



pomáháme žít život s rakovinou

Centrum Amelie Olomouc

Program
březen 2021

út 2. března • 15.30–17.00

Procházka historickou Olomoucí

- S novou sociální pracovnící Amelie Evou Davidovou projdete historická zákoutí Olomouce a seznámíte se nejen s jejich příběhy, ale také s vaší průvodkyní. Sraz je v 15.15 hodin u světelné tabule naproti vlakovému nádraží. Z technických důvodů je třeba se přihlásit předem nejpozději do 1. 3. na e-mailu olomouc@amelie-zs.cz.

út 9. března • 18.00–19.30

Tematické měsíce: Psychická první pomoc jako cesta z akutní krize

- On-line přednáška Mgr. et Mgr. Bianky Hudcové o tom, jak můžeme prožívat krizové situace a jak je krok po kroku zvládnout tak, abychom pomohli sobě nebo našim blízkým. Na přednášku v přímém přenosu se připojíte přes odkaz www.amelie-zs.cz/krize.

čt 11. března • 16.30–18.00

Výživa podle ájurvedy

- Bude-li to možné, setkáme se přímo v Centru Amelie, kde vás lektorka Michala Kubalová seznámí se zásadami nejstaršího systému péče o zdraví, ájurvedy. Dozvíte se, jak můžete prostřednictvím výživy harmonizovat tělo a duši, a lektorka pro vás připraví i ukázky pokrmů.

út 16. března • 16.30–18.00

Výtvarná dílna

- Bude-li to možné, sejdete se v Centru Amelie s lektorkou Lídou Bednářovou, abyste si vytvořili pěknou velikonoční dekoraci z ruliček od toaletního papíru.

čt 25. března • 15.00–18.00

Dobročinný bazárek

- Přijďte si vybrat z naší nabídky věcí použitých i nových. Vedle šátků, šperků, nádobí či dekorací máme pro vás i krásné zvonečky z různých materiálů. Bazárek proběhne v budově Edelmannaova paláce, sídle Centra Amelie.

so 27. března • 10.00–18.00

Den deskových her

- Po celý den budeme hrát současné deskové hry (např. Dixit, Labyrint, Carcassonne aj.). Akce je otevřená široké veřejnosti a spojená s prohlídkou Centra Amelie. Přijít můžete kdykoli během dne a zůstat, jak dlouho chcete. Vítání budete jak sami, tak s kamarády nebo dětmi.

út 30. března • 17.00–18.00

Spontánní tanec

- Spontánní tanec. Svobodné vyjádření vašeho těla. Cesta k sobě prostřednictvím rytmu a ochoty nechat se vést tím, co cítíte. Přijďte si s námi zatančit do Centra Amelie. Kapacita je omezena, proto je třeba se přihlásit nejpozději do 28. 3. na e-mailu olomouc@amelie-zs.cz.

Vstup na všechny akce je zdarma.

PORADENSTVÍ PRO ONKOLOGICKY NEMOCNÉ A JEJICH BLÍZKÉ

Psychologické poradenství

Co: individuální či párová konzultace s psycholožkou centra jako podpora během léčby i po ní, a to jak pro onkologicky nemocné, tak pro jejich blízké

Nemocní a jejich blízcí při konzultacích obvykle hledají a řeší:

motivaci ke zvládnání života s nemocí	porozumění procesu léčby
komunikaci s blízkými a lékaři	orientaci ve vlastních pocitech a chování
změny vzhledu	zvládnání zátěže
změnu životního stylu a denní režim	partnerské obtíže
podporu v těžkých fázích nemoci	možnosti tzv. druhého názoru (second opinion)
jiný pohled na negativní životní události	zmenšení pocitu viny
komunikaci se zaměstnavatelem	návrat do práce

Psycholožka: PhDr. Jana Gebauerová

Objednání k osobní konzultaci: na tel. 739 005 123 nebo e-mailu olomouc@amelie-zs.cz

Sociální poradenství

Co: pomoc při řešení problému v sociální oblasti, při prosazování práv a zájmů i zprostředkování návazných služeb pro onkologicky nemocné i jejich blízké

V sociálním poradenství klienti nejčastěji řeší:

- na jakou podporu či dávku mají v nemoci nárok a co je k tomu třeba
- kdo a jak pomůže v péči – sociální a zdravotní služby a kontakty na ně
- co dělat při návratu do práce po nemoci
- kde, jak a kdy žádat o invalidní důchod
- jak pracovat s dopady léčby po jejím ukončení
- poradenství v oblasti práv pacienta
- pomoc při sepisování odvolání (námitky) proti rozhodnutí a různých úředních úkonech
- základní informace o udělení plné moci, ustanovení opatrovníka či pro sepsání závěti
- informace o možnostech rehabilitace, lázeňské péče, získání zdravotních pomůcek atd.

Sociální pracovnice: Eva Davidová

Objednání na osobní konzultaci: na tel. 739 005 123 nebo e-mailu olomouc@amelie-zs.cz

KONZULTACE PSYCHOLOGA I SOCIÁLNÍHO PRACOVNÍKA JSOU ZDARMA.



Amelie, z. s.
Horní náměstí 367/5
779 00 Olomouc
(Edelmannův palác, 1. patro)

www.amelie-zs.cz
facebook.com/amelie.zs

