***Program – Březen 2023***

 **Cestovatelský klub: Kostarika - cesta za poznáním**

**• 6. 3. od 16:00 – 18:00**

Inspirativní povídání o cestě na Kostariku

**Psychika a nádorové onemocnění**

**• 7. 3. od 16:30 – 17:30**

Onkologické onemocnění vzniká v psychosomatickém pojetí především

tam, kde je člověk vystaven nadměrnému nebo dlouhotrvajícímu stresu.

**Výživa a její vliv na obtíže omezující příjem stravy u onkologicky nemocných pacientů (online přednáška)**

**• 14. 3. od 18:00** Připojte se z pohodlí domova na setkání s nutriční terapeutkou na **www.amelie-zs.cz/prednaska**

**Workshop: fotografování a pózování s Miss Planet**

**• 15. 3. od 16:30 – 18:00**

Co je vlastně fotopóza? A co samotné pózování? Dozvíme se na workshopu s modelkou.

**Dechová rehabilitace nejen u onkologicky nemocných**

**• 21. 3. od 16:30 – 17:30**

Správné dýchání a umět pracovat se svým dechem je důležité pro všechny.

**Onkologická diagnóza jako příležitost žít smysluplněji (online přednáška)**

**• 22. 3. 2023 od 18:00** Hrozící smrt jako pokyn k životu. Proces vyrovnání se s diagnózou online zde: [**www.amelie-zs.cz/prednaska**](http://www.amelie-zs.cz/prednaska)

**Invalidita a návrat do práce po rodičovské dovolené nejen pro onkologicky nemocné**

**• 28. 3. od 17:00 – 18:30**

Zjištění onkologického onemocnění během rodičovské dovolené nebo v těhotenství je velmi náročná oblast.

**Procházka - park Pod Kotábem - Košinka**

**• 29. 3. od 15:00 – 17:00**

Krásné vyhlídka a nečekaná místa nás čekají

sraz na zastávce U Kříže

 **pod**



***Aktivity***

 ***2018 T***





