



Na co se v Centru Amelie Olomouc můžete těšit?

4. března

15.00 – 16.00

Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství

- Po předchozím telefonickém objednání.

16.00 – 16.30

Čajovna

- Slouží jako místo setkávání se s našimi pracovníci, v rámci kterého se lze dozvědět více o činnosti Amelie, objednat se na jednotlivé aktivity nebo poznat nové lidi s podobnými problémy.

16.30 – 18.00

Tematické měsíce / Tulipánový měsíc – Beseda o hledání štěstí v životě

Srdečně vás zveme na besedu s psycholožkou PhDr. Janou Gebauerovou na téma hledání štěstí v životě, inspirované knihou Čtyři dohody. Dozvíte se, jak nehřešit slovem, nebrat si nic osobně, nevytvářet si žádné domněnky a jak vždy dělat vše co nejlépe. Vstup na akci je bezplatný, rezervace nutná na tel.: 739 005 123.

8. března

16.30 – 18.00

Večery s Amelií – Olomoucké ženy

Srdečně vás zveme na výjimečný Večer s Amelií, ve kterém vám PhDr. Hana Pokorná, historička a pedagožka, představí vzpomínkový cyklus Olomoucké ženy, v rámci kterého si připomeneme významné ženy Olomouckého regionu. I vy se můžete zapojit a přijít na akci se svými vzpomínkami, texty či fotografiemi žen z místního regionu, jejichž životní odkazy považujete za inspirativní. Vstup na akci je bezplatný, rezervace nutná na tel.: 739 005 123.

11. března

15.00 – 16.00

Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství

- Po předchozím telefonickém objednání.

13. března

16.00

Tulipánový měsíc – Benefiční bazárek Amelie

Srdečně vás zveme na první letošní Benefiční bazárek Amelie, který nabídne oblečení, módní doplňky, šperky, ruční výrobky, knihy i všelijaké milé drobnosti – nové i s historií. Veškerý výtěžek z Benefičního bazárku Amelie bude věnován na provoz Centra Amelie Olomouc, které poskytuje bezplatnou psychosociální pomoc onkologicky nemocným a jejich blízkým. Dárci bazárku a klienti Centra si mohou z darů vybrat bezplatně!



psychosociální pomoc pro onkologicky nemocné a jejich blízké

Na co se v Centru Amelie Olomouc můžete těšit?

19. března

18.00 – 19.30

Tematické měsíce – Online přednáška Psychosomatika a jak si udržet zdraví

- Jaký vliv má psychika a stres na vznik onemocnění? Jak si preventivně udržet zdravé tělo a mysl? Nenechte si ujít online přednášku s MUDr. V. Chválou, ke které se lze bezplatně připojit na: <https://www.amelie-zs.cz/online>.

25. března

15.00 – 16.00

Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství

- Po předchozím telefonickém objednání.

16.30 – 17.00

Čajovna

- Slouží jako místo setkávání se s našimi pracovníky, v rámci kterého se lze dozvědět více o činnosti Amelie, objednat se na jednotlivé aktivity nebo poznat nové lidi s podobnými problémy.

17.00

Večery s Amelií – Závěr Tulipánového měsíce a beseda s Jitkou Kubešovou

Srdečně vás zveme na zakončení programu Tulipánového měsíce 2019. Těšit se můžete na besedu s paní Jitkou Kubešovou, autorkou knih „Milionář k snídani“ a „I v ráji může pršet“. Čekají vás nejen ukázky z tvorby, ale i úvahy o lásce, snech, nadějích a tulipánech. Večerem vás provede PhDr. Hana Pokorná, patronka umělecké skupiny Talentovaní Umělci.

Těšíme se na Vás opět v pondělí 1. dubna!

Popis aktivit programu pro onkologicky nemocné a jejich blízké:

Individuální konzultace, rodinné/párové poradenství

Vede:

sociální poradenství - Mgr. Tereza Kvapil Pokorná, DiS.
psychologické poradenství - PhDr. Jana Gebauerová
Objednat se může jak nemocný, tak jeho blízký každé pondělí od 15 do 16 hodin a každé úterý od 14 do 16 hodin.

Čajovna

Slouží jako místo setkávání se s našimi pracovníci, v rámci kterého se lze dozvědět více o činnosti Amelie, objednat se na jednotlivé aktivity nebo poznat nové lidi s podobnými problémy.

Hlavalamky a mozko-cviky

Vede: Mgr. Tereza Kvapil Pokorná, DiS.
Prostřednictvím jednoduchých úkolů dochází k procvičování paměti, pozornosti a jiných poznávacích funkcí. Jedná se o otevřenou skupinu.

Podpůrná skupina

Vede: PhDr. Jana Gebauerová
Sebezkušenostní otevřená skupina pro onkologicky nemocné a jejich blízké, kde se prostřednictvím vzájemného naslouchání a sdílení, lze dozvědět něco nového o sobě.

Společná cesta

Vede: PhDr. Hana Pokorná
Relaxační, mentální a pohybové aktivity, které slouží k poznání sebe sama, nalezení motivace a nástrojů seberozvoje. Jedná se o otevřenou skupinu.



Arteterapie

Vede: Soňa Šebela

Pomocí různých technik lze nahlédnout na naše životní cesty, bez toho abychom je hodnotili či posuzovali. Dochází ke zpřístupnění vnitřních obrazů a forem, s kterými lze pracovat. Není nutné umět kreslit či malovat. Jedná se o otevřenou skupinu.

Výtvarná dílna

Vede: Ludmila Bednářová

Seznámení se s různými výtvarnými technikami, které jsou nenáročné a zároveň překvapí nápaditostí. Při tvoření dochází k relaxaci a příjemnému strávení volného času. Jedná se o otevřenou skupinu.

Objednávání na individuální konzultace a poradenství na tel.: (+420) 739 005 123

olomouc@amelie-zs.cz

Ostatní aktivity lze navštívit bez objednání. Veškeré aktivity Centra Amelie Olomouc jsou bezplatné.

Amelie, z.s. - Centrum Amelie Olomouc

Horní náměstí 367/5

Olomouc 779 00

www.amelie-zs.cz