



pomáháme žít
život s rakovinou

Centrum Amelie Liberec

Program – březen 2023

Pravidelné bezplatné aktivity pro onkologicky nemocné a jejich blízké:

INDIVIDUÁLNÍ:

Konzultace s psychologem

- každé pondělí 9:00-12:00

Objednání na telefonu 608 458 301 či emailu :psycholog .liberec@amelie-zs..cz

Sociální poradenství-Centrum Amelie

- úterý • 9.00–12.00

Objednání na telefonu 776 671 225 či emailu: socialni.liberec@amelie-zs.cz

Výživové poradenství

- distančně – po telefonu a mailu

Objednání na telefonu 608 458 277

Bezplatné zapůjčení knih s onkologickou problematikou – Centrum Amelie

- úterý • 9.00–12.00

Objednání na telefonu 776 671 225 či emailu: socialni.liberec@amelie-zs.cz

SKUPINOVÉ:

Plavání – Bazén Liberec

- pondělí 13., 20. a 27. 3. 10:00-12:00
- středa 1., 15., 22., 29. 3. 16:15-18:15

Pojďte si námi zaplavat do osvěžujících vod libereckého bazénu.

Přihlášení a více informací na tel.: 608 458 277

Zdravotní cvičení – Oblačná 45

- čtvrtek 2. a 16. a 30. 3. • 16.30–17.30

Cvičení je na bázi jógy a zdarma.

Přihlášení a více informací na tel.: 608 458 277

Online setkávání – podpurná online skupina

- každé liché pondělí od 16:30 do 17:30

Více na: www.amelie-zs.cz/online-setkavani-podpurna-online-skupina/

Relaxace– online

- každé pondělí • 11.30–12.30

Více na: www.amelie-zs.cz/relaxaceinfo

PROdýchej – online skupina pro plicně nemocné

- pondělí 6. 3. • 16:30 – 17:30

Více na: www.amelie-zs.cz/prodychej-online-skupina-pro-plicne-nemocne

Vracím se do práce – online skupina

- úterý 7. 3. • 9.00–10:30

Více na: www.amelie-zs.cz/vracim-se-do-prace-online

ZooObjektiv –Zoo Liberec

- středa 8. 3 • 18:00 - 20:00

Více na: www.amelie-zs.cz/zooobjektiv-13

Přihlášení na tel.: 608 458 277

Hrátky (nejen) s pamětí – Centrum Amelie

- středa 15. a 29. 3. • 13:00-14:00

Více na: www.amelie-zs.cz/hratky-nejen-s-pameti-4

Přihlášení na tel.: 608458277

Výlet na zámek Sychrov

- 18. 3. • 10:31

Více na: www.amelie-zs.cz/vylet-na-zamek-sychrov

Přihlášení na tel.: 608458277

Více informací na tel. 608 458 277 nebo na e-mailu liberec@amelie-zs.cz

Amelie, z.s. • Krajská nemocnice Liberec Husova 10,

• budova U, 1. patro, vchod z ulice Jablonecká 14 • 460 03 Liberec



pomáháme žít
život s rakovinou

Centrum Amelie Liberec

Program – březen 2023

AKCE I PRO VEŘEJNOST

Týdny pro neziskový sektor – Krajská vědecká knihovna Liberec

- **čtvrtek 2. 2. - čtvrtek 9. 3.**

Výstava neziskových organizací v regionu. Amelie s nabídkou svých služeb je její součástí.

Více informací na: www.amelie-zs.cz/tydny-pro-neziskovy-sektor-3

Výstava obrázků dětí na podporu onkologicky nemocných v OC FORUM

- **středa 1.1. - pátek 31. 3.**

Akce Tulipánového měsíce. Více na: www.tulipanovymesic.cz/aktivity/vystava-obrazku-deti-na-podporu-onkologicky-nemocnych-v-oc-forum

Setkání s Amelií v knihovně - Krajská vědecká knihovna v Liberci

- **pondělí 6. 3. 15.00–19.00**

Akce Tulipánového měsíce. Více na: www.tulipanovymesic.cz/aktivity/amelie-v-knihovne

Benefiční rozdávání tulipánů v OC FORUM

- **středa 8. 3. 10.00–19.00**

Akce tulipánového měsíce. Více na: tulipanovymesic.cz/aktivity/tulipany-oc-forum

Výživa a její vliv na obtíže omezující příjem stravy u onkologicky nemocných – online

- **středa 14. 3. 18.00–19.00**

Akce Tulipánového měsíce.

Více na: www.tulipanovymesic.cz/aktivity/vyziva-a-jeji-vliv-na-obtize

Den otevřených dveří - Centrum Amelie Liberec v Liberci

- **středa 15. 3. 15.00–19.00**

Akce Tulipánového měsíce. Více na: www.tulipanovymesic.cz/aktivity/dod-liberec

Onkologická diagnóza jako příležitost žít smysluplněji – online přednáška

- **středa 22. 3. od 18:00**

Akce Tulipánového měsíce: Více na: www.tulipanovymesic.cz/aktivity/onkologicka-diaqnoza

Psychosomatika a onkologické onemocnění – Krajská vědecká knihovna Liberec

- **čtvrtek 30.3. •16:30-17:30**

Akce Tulipánového měsíce.

Více na: www.tulipanovymesic.cz/aktivity/psychosomatika-a-onkologicke-onemocneni

Koncert Iuventus, Gaude! – Eurocentrum Jablonec nad Nisou

- **čtvrtek 30.3. •18:00**

Akce tulipánového měsíce.

Více na: www.tulipanovymesic.cz/aktivity/onkologicka-nemoc-v-rodine

VŠECHNY AKCE ZDARMA