



pomáháme žít  
život s rakovinou

# Centrum Amelie Liberec

## Program – červenec 2021

**Pravidelné bezplatné aktivity pro onkologicky nemocné a jejich blízké:**

### **INDIVIDUÁLNÍ:**

#### **Konzultace s psychologem**

- **dle Vašich potřeb**

Rozhovor s odborníkem o jakémkoliv problému, který vás tíží v souvislosti s onkologickým onemocněním.

*Objednání na telefonu 608 458 277*

#### **Sociální poradenství**

- **úterý a čtvrtek 9.00–12.00**

Pomoc při řešení problémů ve zdravotně-sociální oblasti.

*Objednání na telefonu 608 458 277 či emailu: liberec@amelie-zs.cz. 8.,13.,15.7. na Lince Amelie 739004333*

#### **Výživové poradenství**

- **distančně – po telefonu a mailu**

Pomoc při řešení problémů s výživou a nastavením správného jídelníčku s nutriční terapeutkou Lucií Vaňkovou.

*Objednání na telefonu 608 458 277*

#### **Bezplatné zapůjčení knih s onkologickou problematikou**

- **úterý a čtvrtek 9.00–12.00**

*Objednání na telefonu 608 458 277 či emailu: liberec@amelie-zs.cz,8.,13.,15.7. na telefonu 608 975 288*

### **SKUPINOVÉ:**

#### **Vracím se do práce– online skupina**

- **úterý 20. 7. 9.00–10.30**

Pro všechny s onkologickým onemocněním, kteří hledají práci nebo informace ohledně zaměstnávání.

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

Přihlášení na emailu socialni@amelie-zs.cz či telefonu 739 004 222.

#### **Zdravotní cvičení – Oblačná 450/1**

- **čtvrtek 15.,22. 7. • 16.30–17.30**

Zdravotní cvičení pro onkologicky nemocné a jejich blízké probíhá i o prázdninách.

*Objednání a více informací na:*

<https://www.amelie-zs.cz/zdravotni-cviceni-5/>

#### **Plavání – Bazén Liberec**

- **od středy 7. 7. • 16.15-17:15**

Plavání pro onkologicky nemocné a jejich blízké probíhá i o prázdninách.

**Plaveme každé pondělí a středu ve stejný čas.**

*Objednání a více informací na:* <https://www.amelie-zs.cz/plavani-pro-onkologicky-nemocne-a-jejich-blizke/>

#### **Online setkávání – podpůrná skupina**

- **středa 14. 7. • 16.30–17:30**

Sdílení zkušeností, pocitů a emocí spojených s onkologickou nemocí vlastní či blízkého

Více informací na <https://www.amelie-zs.cz/online-setkavani-podpurna-online-skupina/>

#### **Podpůrná skupina pro rodiče onkologicky nemocných dětí-online**

- **středa 7. 7. • 16.30–18:00**

Podpůrná skupina s vytvořením bezpečného místa pro vzájemné sdílení pocitů, myšlenek a zkušeností při péči o nemocné dítě.

Více informací na <https://www.amelie-zs.cz/podpurna-skupina-pro-rodice/>

Více informací na tel. **608 458 277** nebo na e-mailu [liberec@amelie-zs.cz](mailto:liberec@amelie-zs.cz)

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

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

## Program – červenec 2021

### AKCE PRO VEŘEJNOST

#### Botanická zahrada

• **čtvrtek 1. 7.** • **15:30-17:30**

Botanická zahrada v Liberci je nejstarší v České republice. Má nejpestřejší sbírky exotických rostlin. Může se pyšnit nejdéle pěstovanou bonsají i nejstarší kamelií v Evropě. Disponuje sbírkou největších leknínovitých rostlin světa a mnoha dalšími nej. Přihlášení a více informací na <https://www.amelie-zs.cz/botanicka-zahrada/>

#### Nádory štítné žlázy - online

• **úterý 20. 7.** • **17:00**

Přednáška MUDr. Jolany Tampierové o diagnostice, léčbě a následné péči při onkologickém onemocnění štítné žlázy.

Přednáška je on-line, přístupná pouze 20.7. od 17:00 na: <https://www.amelie-zs.cz/online>

#### Výlet na zříceninu hradu Zvířetice

• **sobota 24. 7.** • **10:30**

Amelie v Liberci vás zve na letní vycházku na zříceninu středověké pevnosti Zvířetice.

Nejstarší část původního hradu byla postavena již v období 1318 rodem Markvarticů. Značné oblíby doznal hrad v romantickém 19. století, kdy byl cílem mnoha poutníků a výletníků, včetně Karla Hynka Máchy, který jej dokonce vypodobnil i ve svém díle.

<https://www.amelie-zs.cz/vylet-na-zrizeninu-hradu-zviretice/>

#### Pouť na Srbské

• **sobota 31. 7.** • **15:30**

Pouť pořádá nezisková organizace Okrašlovací spolek Horní Řasnice – Srbská. Třešinkou na dortu bude hudební vystoupení oblíbené francouzsko-české zpěvačky a herečky Evy Cendors v kapli Panny Marie Sněžné v Srbské.

Přihlášení a více informací na <https://www.amelie-zs.cz/pout-na-srbske/>

