



pomáháme žít
život s rakovinou

Centrum Amelie Liberec

Program –září 2020

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. K dispozici vám bude psycholožka Mgr. Klára Háková
objednání na telefonu 608 458 277

Sociální poradenství:

- **každé úterý (mimo 15. 9.)**
- **každý čtvrtek 9.00–12.00**

Konkrétně: úterý 1.9.,8.9.,22.9.,29.9.

čtvrtek 3.9.,10.9.,17.9.,24.9.

Pomoc při řešení problémů ve zdravotně-sociální oblasti, zprostředkování služeb, pomoc při jednání s úřady, pomoc při sepisování žádostí nebo odvolání.

Mgr. Petra Kuntošová

sociální pracovnice Centra Amelie v Liberci

objednání na telefonu: tel:608458277

Bezplatné zapůjčení knih s onkologickou problematikou

- **úterý a čtvrtek • 9.00–12.00**

Konkrétně: úterý 1.9.,8.9.,22.9.,29.9.

čtvrtek 3.9.,10.9.,24.9.

objednání na telefonu 608 458 277

SKUPINOVÉ:

Plavání - Bazén Liberec

- **pondělí a středa • 16.00–17.00**

Plavání je aktivitou, která je onkologicky nemocným doporučována pro rehabilitaci jako jedna z nevhodnějších.

objednání na telefonu 608 458 277

Senior fitness – Bazén Liberec

- **čtvrtek 3.,10.,17.,24.9. • 14:00-15:30**

Nenáročná cvičení na protáhnutí a posílení těla ve vlnách bazénu v Liberci.

objednání na telefonu 608 458 277

Zdravotní cvičení – Oblačná 450/1

- **čtvrtek 3.,17.9. • 16.30–17.30**

Zdravotní cvičení je postaveno na prvcích jógy a má pozitivní dopad jak na fyzický tak i psychický stav.

objednání na telefonu 608 458 277

AKCE PRO VEŘEJNOST

ZOOobjektiv

- **středa 9. 9. • 18:00-20:00**

Neformální setkání a beseda s ošetřovateli zvířat liberecké Zoo.

Sraz: 17:50 předchozí vchod do Zoo

objednání na telefonu 608 458 277

Objednávání a 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

www.amelie-zs.cz

www.facebook.com/amelie.zs

Liberecké podzemí-kryt civilní ochrany

• sobota 12. 9. • 10:00

Návštěva libereckého krytu civilní ochrany s výstavou plynových masek, ochranných obleků i původního vybavení – plně funkční strojovny a filtro-ventilační zařízení.

Objednání na telefonu 608 458 277

Charitativní cvičení pro Amelii-Studio Endorfin, FitnessLife

• úterý, středa 15 a 16. 9.

V tyto dny podpoří získané vstupné bezplatné služby pro onkologicky nemocné a jejich blízké.

Prevence rakoviny plic-online přednáška

• středa 23. 9. - online přednáška 18:00-19:30

Přednáška onkoložky MUDr. A. Aschermannové o tom, jak chránit naše plíce před rakovinou

Přednáška volně přístupná v aktuální čas na: <https://www.amelie-zs.cz/online>

Možnosti náhradní rodinné péče při neplodnosti-Krajská vědecká knihovna v Liberci

• čtvrtek 24. 9. 16:30-17:30

Jaké jsou možnosti a typy náhradní rodinné a další informace na přednášce Mgr. Petry Bělohávkové, sociální pracovnice organizace Centrum pro rodinu Náruč

Bez nutnosti objednání

Veškeré akce zdarma

