KVĚTEN
v Anabell

Měsíc bez diet

@centrum.anabell

@anabell_cz

CELÝ KVĚTEN V ANABELL BRNO, PRAHA A OSTRAVA.

www.anabell.cz

MĚSÍC BEZ DIET
V ANABELL BRNO

Anabell livestream

Živé vysílání s peer konzultantkou Zuzanou Rajdlovou

Livestream bude probíhat na na Instagramu @anabell_cz.

Příběh o cestě peer konzultantky z poruchy příjmu potravy.

Kdy: 6. 5. od 16:00

Měsíc bez diet

Beseda pro lékaře a zdravotnické pracovníky v Anabell Brno

Online beseda s dětskou lékařkou Terezou Filovou, která bude zaměřena na problematiku poruch příjmu potravy z pohledu lékařů a zdravotnických pracovníků.

Kdy: 12. 5. od 17:00 do 18:30

Přihlášky posílejte na e-mail: katerina.sevcikova@anabell.cz

Program besedy: jaké druhy poruch příjmu potravy rozlišujeme, jaká je jejich diagnostika, fyzikální vyšetření, laboratorní vyšetření, jaké jsou indikace k hospitalizaci, komplikace u poruch příjmu potravy, terapie a její možnosti.

Měsíc bez diet

Beseda s Janem Cahou v Anabell Brno

Jak se zdravě pohybovat a nastavit sportovní výživu pro výkon i zdraví

Kdy: 19. 5. od 17:00 do 19:00

Maximální kapacita 15 účastníků

Cena: 100,- Kč/osoba

Řekneme si, kde hledat minimální, optimální, ale i nadlimitní množství pohybových aktivit. Které jsou pro vás nejvhodnější, a jak právě ony kombinovat s vhodně nastavenou sportovní výživou. A to nejen s ohledem na výkon a výkonnost, ale hlavně také s ohledem na zdraví a optimální regeneraci.

Přihlášky posílejte na e-mail:

katerina.sevcikova@anabell.cz

Měsíc bez diet

Beseda s Milanem Kořenem v Anabell Brno

Cvičení versus zdraví

Kdy: 26. 5. od 17 hodin

Cena: 100,- Kč/osoba

Maximální kapacita 15 účastníků

Přihlášky posílejte na e-mail: katerina.sevcikova@anabell.cz

Beseda s fitness trenérem Milanem Kořenem se bude věnovat zdravému životnímu stylu, možnostem sportování během už rok trvající pandemie i tématu dopingu při cvičení.

Měsíc bez diet

Akreditovaný seminář o poruchách příjmu potravy v Anabell Brno

SPECIFIKA PRÁCE S LIDMI S PORUCHAMI PŘÍJMU POTRAVY V POMÁHAJÍCÍCH PROFESÍCH

Kdy: 27. 5.
od 8:00 do 17:00

Cena: 1.600,- Kč/osoba

Maximální kapacita
8 účastníků

Přihlášky posílejte
na e-mail:

katerina.sevcikova@anabell.cz

Na programu budou:

Teoretická východiska problematiky poruch příjmu potravy

Specifika práce s cílovou skupinou

Užitečné techniky

Měsíc bez diet

SVÉPOMOCNÉ SKUPINY V ANABELL BRNO

11. a 27. května vždy od 15:00 proběhnou v Anabell Brno SVÉPOMOCNÉ SKUPINY.

Skupiny budou vedené peer konzultantkou a psycholožkou. Počet účastníků je omezený, ohledně naplnění kapacity se můžete informovat na adresách: **monika.jezberova@anabell.cz** a **zuzana.rajdlova@anabell.cz.**

MĚSÍC BEZ DIET
V ANABELL PRAHA

Cyklus skupinových setkání pro rodiče v Anabell Praha: Vše, na co jste se chtěli zeptat

10. 5. s nutriční terapeutkou Alenou Teofil.

17. 5. s peer konzultantkami Zuzanou a Luisou.

24. 5. s psychoterapeutkou Terezou Uhlíkovou a sociální pracovnicí Kateřinou Sloviakovou.

Vždy od 18:00 do 19:30

Cena: 150 Kč

Kontakt:
praha@anabell.cz

Měsíc bez diet

Specifika práce s lidmi s poruchami příjmu potravy v pomáhajících profesích

Akreditovaný workshop v Anabell Praha

Kdy: 31. 5. od 10:00 do 17:00

Maximální kapacita 10 osob

Cena: 1600 Kč/osoba

Přihlášky posílejte na e-mail:
praha@anabell.cz

Měsíc bez diet

MĚSÍC BEZ DIET
V ANABELL OSTRAVA

Jsme v tom spolu!

Svépomocná skupina pro klienty Anabell Ostrava

Cítíte, že jste v tom sami? Chtěli byste sdílet svou zkušenost? Přijďte za námi na svépomocnou skupinu, kterou povede peer konzultantka Vladimíra Osadníková. Společně se můžeme vzájemně podpořit!

Jsme v tom spolu!

Kdy: 20. 5. od 15:30 do 17:30

Kapacita: 6 osob

Měsíc bez diet

Nejsme v tom sami!

Svépomocná skupina pro rodiny v Anabell Ostrava

Skupina pro všechny rodiče, kteří řeší problematiku poruch příjmu potravy.

Skupinu povedou psycholožka a peer konzultantka.

Kdy: 27. 5. od 15:30 do 17:30

Kapacita: 6 osob

Cena: 250 Kč

Měsíc bez diet

S ANABELL KOLEM ČESKA

Virtuální běh nebo procházka, které pořádáme v rámci Měsíce bez diet!

23. 5. proběhne po celém Česku **virtuální běh**, kterým podpoříte CENTRUM ANABELL, které pomáhá osobám s poruchami příjmu potravy a jejich blízkým. **My v květnu běháme bez diet, běhejte s námi.**

Startovné si zakoupíte **zde.**
Startovné činí 100 Kč, ale můžete přispět i více.

Označujte fotky z běhu **#behamproanabell**
a **#sanabellkolemceska**

Děkujeme, že běháte s námi!