LEDEN

v Anabell

PF 2023

Vítáme vás v roce 2023 a přejeme vám hlavně zdraví a pohodu.

V **Anabell** můžete i v tomto roce využívat všechny naše služby: odborné sociální poradenství, internetové poradenství, Linku Anabell, rodinné poradenství, peer konzultace a další.

Sledujte náš **newsletter**, kde vás pravidelně informujeme o všech novinkách, které se u nás dějí.

Děkujeme vám, že jste s námi.

ABYSTE SE U NÁS CÍTILI LÉPE

V **Anabell Praha** naše terapeutické místnosti prošly změnami a jsou pro vás nyní více zútulněné, abyste se v nich cítili příjemněji.

Těšíme se na vaši návštěvu v roce 2023.
Tým Anabell Praha

ANABELL OSTRAVA TAKÉ ON-LINE

Nezapomínejte, že některé naše služby v **Anabell Ostrava** můžete využít také **on-line**, například přes Skype.

O dostupnosti a domluvení si termínu nás kontaktujte prosím na e-mailu **ostrava@anabell.cz** nebo telefonním čísle **602 236 457**.

SVÉPOMOCNÁ SKUPINA V ANABELL OSTRAVA

12. 1. 2023 můžete v **Anabell Ostrava** navštívit **svépomocnou skupinu** pro klienty s poruchami příjmu potravy. Budeme se na vás těšit **od 16:30 do 17:30**.

Pro veškeré informace můžete kontaktovat Mgr. Vladimíru Osadníkovou (**vladimira.osadnikova@anabell.cz**).

ROZHOVOR S JULIÍ HOJDYSZOVOU – PRVNÍ VICEMISS, KTERÁ VRÁTILA SVOJI KORUNKU

Julii Hojdyszové je 22 let a žije ve Frýdku-Místku. Stala se v listopadu 2022 **první vicemiss** a v přímém přenosu **vrátila své předchůdkyni korunku**, čímž překvapila nejen všechny diváky v sále.

Julie je studentkou marketingové komunikace na Univerzitě Tomáše Bati ve Zlíně. Volný čas nejraději tráví s rodinou a v přírodě. Od malička miluje módu, byla nejmladší členkou Unie moravských kouzelníků a věnuje se modelingu.

Julie nám odpověděla na několik otázek navazujících na náš poslední rozhovor, který byl na téma: zkušenost s poruchou příjmu potravy. Nyní se cítí vyléčená a jde na své cestě životem spokojeně dál. Celý rozhovor si můžete přečíst **zde**.

STÁT SE PEER KONZULTANTKOU/KONZULTANTEM V ORGANIZACÍCH ANABELL A CHUŤ ŽIŤ NENÍ JEN O VLASTNÍ ZKUŠENOSTI S PORUCHOU PŘÍJMU POTRAVY

Centrum Anabell pracuje s **peer konzultanty** od svého založení, jelikož **zakladatelka** a současná ředitelka **Jana Sladká Ševčíková** si sama poruchou příjmu potravy prošla, úspěšně se vyléčila a sama několik let **vedla** v **Anabell svépomocné skupiny**.

Podobně je tomu i ve slovenské organizaci **Chuť žiť**, kterou **založila Valentína Sedileková** a sama si poruchou příjmu potravy taktéž prošla. Celý článek na téma: **stát se peer konzultantkou/konzultantem v organizacích Anabell a Chuť žiť není jen o vlastní zkušenosti s poruchou příjmu potravy** si můžete přečíst **zde**.

CO POMÁHÁ NAVOZENÍ DOBRÉ SPOLUPRÁCE PSYCHOLOGA A NUTRIČNÍHO TERAPEUTA

Při spolupráci **psychologa s nutričním terapeutem** je velmi důležitá **vzájemná otevřenost**. Otevřenost k názorům, myšlenkám, zkušenostem a odborným znalostem druhé strany. A samozřejmě otevřenost a transparentnost v komunikaci.

To bývá zvláště cenné v situacích, kdy se práce na **klientově zakázce** nějakým způsobem komplikuje, nepřichází požadovaná změna, jedna ze stran má určité pochyby či nejasnosti apod. Celý **článek** psycholožky Anabell Ostrava Mgr. et Mgr. **Anety Marcalíkové** si můžete přečíst **zde**.

KDYŽ MI ANABELL ZMĚNILO ŽIVOT

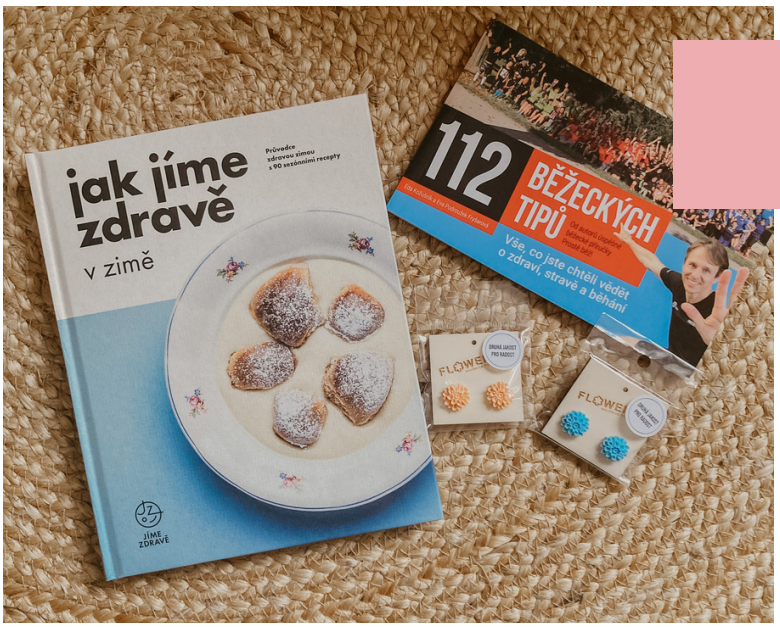
Přečtěte si motivující **příběh klientky**, která si prošla **poruchou příjmu potravy** a sama říká, že jí **Anabell změnilo život**.

Celý příběh najdete **zde**.

JAK PROBÍHÁ VZDĚLÁVÁNÍ PRO PEER KONZULTANTY OD ANABELL A ORGANIZACE CHUŤ ŽIŤ?

Jak probíhá **vzdělávání pro nové peer konzultanty** od **Anabell** a organizace **Chuť žiť**, nám prozradila v rozhovoru **Natália Meliš-Čuga**, která se věnuje v **Anabell Praha** peer konzultacím.

Celý rozhovor si můžete přečíst **zde**.



NOVOROČNÍ DÁRKY V PROJEKTU BĚHÁM PRO ANABELL

V **lednu** se můžete v našem **charitativním projektu Běhám pro Anabell** těšit na tyto dárky: kuchařka **Jak jíme zdravě v zimě**, kniha **112 běžeckých tipů** a náušnice **Flowerski**.

Děkujeme vám za přízeň a podporu v minulém roce a že stále běháte s námi.

Více informací o projektu a jak se zapojit, najdete na **www.behamproanabell.cz**.

VYDÁVÁNÍ NEWSLETTERU ANABELL BYLO V ROCE 2022 PODPOŘENO Z NÁRODNÍHO DOTAČNÍHO TITULU RODINA V RÁMCI PROJEKTU „MEZI NÁMI 2022“. DĚKUJEME ZA PODPORU.