ÚNOR V CENTRU Anabell

POTKEJTE SE S NOVÝMI PSYCHOLOŽKAMI V ANABELL BRNO

V **Anabell Brno** se od **února** můžete potkat se dvěma novými **psycholožkami.**

A to psycholožkou **Bc. Markétou Hermannovou** ve Službě následné péče a **Mgr. et Mgr. Katarínou Azzamovou** v Sociálně aktivizační službě.

KURZY PRO SOCIÁLNÍ PRACOVNÍKY V ANABELL BRNO

V **Anabell Brno** se můžete v následujících měsících těšit na dva **kurzy pro sociální pracovníky.**

1. 3. 2024 - Zvládání náročných jednání se zájemci o službu.

19. 4. 2024 - Zvládání náročného plánování a hodnocení spolupráce.

Přihlášky na jednotlivé kurzy naleznete na **zde**.

OTEVŘENÁ MOTIVAČNĚ-PODPŮRNÁ SKUPINA V ANABELL PRAHA

V **Anabell Praha** stále probíhá **otevřená motivačně-podpůrná skupina**. Skupiny se vždy účastní dva pracovníci Anabell Praha.

Skupina probíhá vždy **ve čtvrtek** a její nejbližší únorové termíny jsou: **8. 2. 2024** a **22. 2. 2024**.

Skupina je určena všem, kteří se potýkají s **poruchou příjmu potravy** či se cítí být ohroženi vznikem tohoto onemocnění a také jeho rozvojem.

Je určena zájemcům **od 15 let věku** a zájemci mohou vystupovat anonymně.

Zájemci mohou získat informace o kapacitě na e-mailové adrese **praha@anabell.cz** nebo telefonním čísle **775 904 778**.

SVÉPOMOCNÁ SKUPINA V ANABELL OSTRAVA

Již 1. 2. 2024 proběhne v **Anabell Ostrava svépomocná skupina pro klienty s poruchou příjmu potravy**.

Skupina se bude konat od **16:00 do 17:30**.

Prosíme klienty a případné zájemce o skupinu, aby napsali na email **vladimira.osadnikova@anabell.cz**. Skupina má omezený počet míst.

Těšíme se na vás.

PODPORA RODIČŮ DĚTÍ S PORUCHOU PŘÍJMU POTRAVY

V **Anabell Ostrava** se stále můžete obracet na **Služby následné péče**.

Služby následné péče jsou otevřené **osobám s poruchou příjmu potravy starším 12 let**, které byly hospitalizovány nebo využívají či využívaly ambulantní lékařskou péči v souvislosti s poruchou příjmu potravy.

Více informací naleznete **zde**.

ÚNOROVÉ DÁRKY PRO BĚŽCE HRDINU

V měsíci **únoru** se v našem **charitativním projektu Běhám pro Anabell** můžete těšit na krásné dárky značky **Puma**. Na běžce hrdinu bude čekat: tričko, batoh, čelenky na běh a čepice s kšiltem.

Více informací o projektu a jak se zapojit naleznete **zde**.

Děkujeme, že běháte s námi.

ANOREXIE
- MŮJ NEPŘÍTEL -

Jmenuji se ... a jsem tady s mentální anorexií.

Tak zněla má první věta na ranním komunitním kruhu v nejmenované léčebně. Ozval se smích. Slovo mentální zřejmě připadalo některým pacientkám směšné. Seděla jsem uprostřed kruhu, shrbená na židli, a kolem mě seděli další pacientky s lékaři. S anorexií jsem tu byla jediná.

Celý příběh od autorky *Sama sebou* si můžete přečíst **zde**.

PSYCHOTERAPIE JAKO KLÍČOVÝ NÁSTROJ V LÉČBĚ PORUCH PŘÍJMU POTRAVY

Poruchy příjmu potravy představují závažné problémy duševního zdraví, které mohou negativně ovlivnit celkovou kvalitu života. V léčbě těchto poruch může sehrávat klíčovou roli právě psychoterapie.

Celý článek **Mgr. Vladimíry Osadníkové** naleznete **zde**.

SVÉPOMOCNÉ SKUPINY: PODPORA A SÍLA VE SDÍLENÍ NA CESTĚ K UZDRAVENÍ Z PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY

Poruchy příjmu potravy vyžadují komplexní léčbu. Jednou z forem podpory, která získává stále větší popularitu, jsou svépomocné skupiny. Tyto skupiny poskytují prostředí, kde osoby s poruchami příjmu potravy mohou vzájemně sdílet své zkušenosti, nalézt podporu a společně pracovat na uzdravení.

Celý článek **Mgr. Vladimíry Osadníkové** naleznete **zde**.

REDAKČNÍ RADA: MGR. MARIE NOVOTNÁ A VEDENÍ CENTRA ANABELL, Z. Ú.
© CENTRUM ANABELL, Z. Ú., 2024

POUŽITÉ FOTOGRAFIE: CANVA.COM

VYDÁVÁNÍ NEWSLETTERU ANABELL JE V ROCE 2024 REALIZOVÁNO Z PROJEKTU „MÍT SE RÁD NE/STAČÍ“ (REG. ČÍSLO 2024/CAU/PVP/210) S PODPOROU MINISTERSTVA ZDRAVOTNICTVÍ ČR.
DĚKUJEME ZA PODPORU I DALŠÍM DONÁTORŮM, KRAJSKÉMU ÚŘADU JIHOMORAVSKÉHO KRAJE, KRAJSKÉMU ÚŘADU MORAVSKOSLEZSKÉHO KRAJE A MAGISTRÁTU MĚSTA BRNA.