KVĚTEN V CENTRU Anabell

V měsíci **květnu** se můžete jako každý rok těšit na **Měsíc bez diet**. Že diety nepatří k životu a jejich střídání může vést k poruchám příjmu potravy, už od nás víte. 6. května, kdy oslavíme Mezinárodní den bez diet, pro vás máme připravené překvapení. Sledujte náš **facebook**.

Celý **květen** se můžete v rámci této tradiční akce těšit na **memy** na našem **facebooku**, **online videa a reels**, **charitativní běh** a jiné. Věříme, že si s námi **Měsíc bez diet** i letos krásně užijete.

21. květen 2024 si zapište do svých diářů. V tento den se bude konat již **4. ročník** našeho charitativního běhu **S Anabell kolem Česka**.

Můžete **běhat, jít na procházku, jet na bruslích**, a to **kdekoliv po Česku**. Kdo budete chtít běžet s trenérkou (**Vendulou Horčičkovou** - **Srovnejhlavu.cz**), přidáte se k nám v tento den v **18:00** v **pražské Stromovce**.

Startovné zakoupíte přes Darujme.cz **zde**.
Facebookovou událost naleznete **zde**.

Jeden **běžec hrdina** získá krásné **dárky** od **Waterdrop** a **Flowerski náušnice**.

Všechny dary z charitativního běhu **S Anabell kolem Česka** poputují na telefonickou krizovou pomoc na **Lince Anabell**.

Děkujeme všem za podporu a za to, že běháte s námi.

VYUŽITÍ ZÁZRAČNÉ OTÁZKY PŘI PRÁCI S KLIENTY S PORUCHAMI PŘÍJMU POTRAVY

Techniku tzv. **zázračné otázky** používám u klientů s poruchou příjmu potravy velmi ráda.

Pro tyto klienty je často značně složité představit si, že by se něco mohlo změnit (že by mohli být zdraví, nezatížení myšlenkami na jídlo, úzkostí, výčitkami, sebenenávistí apod.). Celý článek **Mgr. et Mgr. Anety Marcalíkové** si můžete přečíst **zde**.

DUŠEVNÍ ZDRAVÍ DOSPÍVAJÍCÍCH V ÉŘE PANDEMIE

Poslední dobou se stále více **dospívajících potýká** s narůstajícím výskytem **duševních onemocnění**, včetně **poruch příjmu potravy**, **úzkostí**, **depresí**, **školních problémů**, **sebepoškozování** a dalších vážných problémů. Tento jev není projevem slabosti nebo nedostatku vůle u dospívající generace, ale spíše důsledkem dlouhodobého stresu, se kterým nebyla zvyklá se vypořádat.

Celý článek **Mgr. Vladimíry Osadníkové** si můžete přečíst **zde**.

ANABELL BRNO HLEDÁ PEER KONZULTANTA/KONZULTANTKU

Máte vlastní zkušenost s poruchou příjmu potravy? Dokážete tuto zkušenost využít k podpoře dalších osob se stejnou nebo podobnou zkušeností? Nebojíte se o své zkušenosti hovořit s našimi klienty, ale také na besedách pro rodiče a veřejnost?

Odpověděli jste na všechny otázky **ANO**? Pak neváhejte a pošlete k nám do Kontaktního centra Anabell Brno svůj profesní životopis s průvodním motivačním dopisem. Více informací naleznete v **inzerátu**.

BESEDA S PSYCHIATRICKOU SESTROU V ANABELL BRNO

14. května 2024 od 16:00 proběhne v Anabell Brno **beseda s psychiatrickou sestrou**.

Co se stane, když se dítě dostane do dětské psychiatrické nemocnice? Jak celá hospitalizace probíhá? Jak často mohou rodiče dítě navštěvovat? Jsou situace, kdy k hospitalizaci nemusí dojít? Na všechny tyto a mnohé další otázky vám odpoví psychiatrická sestra **Alena Nevrtalová**.

Jelikož je kapacita našich prostor omezená, prosíme o rezervaci místa na našem **e-mailu**.

VYUŽIJTE MOŽNOST PEER KONZULTACE V ANABELL PRAHA

V **Anabell Praha** můžete stále využívat možnosti **peer konzultace,** a to jak **po e-mailu**, tak v rámci **podpůrných svépomocných skupin** nebo **individuálně**.

Těšit se na vás bude **Pavlína Joudalová**. Kontaktovat ji můžete na **e-mailu** nebo telefonicky (775 904 778).

SVÉPOMOCNÁ SKUPINA V ANABELL OSTRAVA

I v měsíci **květnu** se můžete těšit na tradiční **svépomocnou skupinu** pro **klienty s poruchami příjmu potravy**. Skupina proběhne **22. května 2024** od **16:30**. Své místo je třeba si rezervovat na **e-mailu**.

Těšíme se na společné setkání.

DUBNOVÉ MULTIDISCIPLINÁRNÍ SETKÁNÍ VE FNO

11. dubna 2024 proběhlo **multidisciplinární setkání** ve **Fakultní nemocnici Ostrava**. Toto setkání podporuje naše napojení na **Služby následné péče** a my jsme za něj velmi rádi.

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

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.