

**CENTRUM PSYCHOONKOLOGII**  
**Harmonogram zajęć**  
**SIERPIEŃ 2010**

13 sierpnia, godz. 12.00-14.00

**Dieta w chorobie nowotworowej**

Wykład prowadzony przez doc. dr hab. Małgorzatę Schlegel- Zawadzką.

16 sierpnia, godz. 17.00-19.00

**Spotkanie ze sztuką.** Warsztat prowadzony przez Ulę Lesicką.

19 sierpnia, godz. 10.00-15.30

**Poczucie własnej wartości.** Trening prowadzony przez Jerzego Smakosza.

Poniedziałki, godz. 11.00-14.00

**Porady rehabilitacyjne.** Konsultacji udziela Helena Grzesik.

Czwartki, 9.00-10.30 i 19.30-21.00

**Zajęcia Nordic Walking.** Miejsce: Park Jordana i Błonia.

Prowadzenie Hanna Naborowska. Karnet miesięczny: 60 zł.

Wtorki, godz. 11.30-13.00 oraz piątki, godz. 18.00-19.30

**Zajęcia rehabilitacji ruchowej.** Miejsce: Krakowski Warsztat Jogi.

**UWAGA!** W sierpniu zajęcia odbywają się w siedzibie joga SADHANA przy ul. Długiej 17 (pasaż wenecki).

**Ponadto:**

- indywidualne konsultacje z psychologiem
- indywidualne konsultacje z onkologiem
- wykłady na temat chemio- i radioterapii.

**Trwają zapisy do:**

- grupy terapeutycznej wg Programu Simontona
- grupy choreoterapii
- grupy muzykoterapii.

**Zapraszamy również do udziału w warsztatach wyjazdowych  
w ramach projektów:**

**BLIŻEJ ŻYCIA, BLIŻEJ CZŁOWIEKA:** warsztaty wg Programu Simontona oraz zajęcia ruchowe dla osób chorych onkologicznie, które ukończyły 50 rok życia lub posiadają orzeczenie o niepełnosprawności.

Koszt udziału, z pobytem i wyżywieniem : 250 zł / os.

**WIĘCEJ WIEDZY, WIĘCEJ ZDROWIA, WIĘCEJ ŻYCIA:** warsztaty rehabilitacji psychofizycznej dla osób niepełnosprawnych z diagnozą onkologiczną. W ramach warsztatów - spotkania z psychologiem (grupowe i indywidualne), doradcą zawodowym (grupowe i indywidualne), zajęcia z onkologiem i dietetykiem oraz zajęcia ruchowe. Udział w warsztatach wraz z pobytem i wyżywieniem jest bezpłatny.

**WARSZTATY WIELOSPECJALISTYCZNE DLA OSÓB CHORYCH I WSPIERAJĄCYCH z całego kraju,** podczas których odbywają spotkania z psychologiem (grupowe i indywidualne), zajęcia z onkologiem i dietetykiem, zajęcia ruchowe i relaksacyjne. Koszt udziału z noclegiem i wyżywieniem: 350 zł / os.

**KTO SZUKA TEN ŻYJE:** w programie 9- dniowe warsztaty grupowe oraz indywidualne konsultacje z psychologiem i doradcą zawodowym.

Udział w warsztatach wraz z pobytem i wyżywieniem jest bezpłatny.

Więcej informacji na [www.ktoszukatenzyje.pl](http://www.ktoszukatenzyje.pl)

Więcej informacji znajdą Państwo w recepcji na ul. Kopernika 19 e w Krakowie  
oraz na stronie [www.unicorn.org.pl](http://www.unicorn.org.pl) oraz [www.centrumpsychoonkologii.pl](http://www.centrumpsychoonkologii.pl)  
lub pod numerem telefonu: (12) 432 61 00 w godzinach 9:00 do 15:00