



POZVÁNKA

na odpolední seminář dne 6. června 2024, od 13.00 do 17.00 hod
v Hotelu ILF, Budějovická 15/743, Praha

O čem si budeme povídat tentokrát?

NÁROČNÉ EMOCE A MYŠLENKY **možnosti jejich zvládnání v průběhu léčby a po jejím ukončení** **pro nemocné a jejich blízké**

Přednášející: *PhDr. Ing. Martin Pospíchal, Ph.D. (psycholog specializující se na zvládnání stresu a prevenci onkologických onemocnění)*
MUDr. Petr Pavlíček (hematoonkolog specializující se na problematiku mnohočetného myelomu)

Onkologické onemocnění, stejně jako jeho léčba přinášejí do života nemocného člověka, ale i jeho blízkých řadu náročných emocí a s nimi spojených myšlenek. Ty pak výrazně ovlivňují každodenní život a jeho kvalitu. V některých případech mohou mít vliv i na úrovni biologických pochodů, a to včetně imunitního systému.

Ne vždy však musíme být jen jejich pasivní oběti, a ne všechny nepříjemné emoce jsou automaticky negativní, či snad škodlivé.

V rámci přednášky si budeme ukazovat, jak jim o něco lépe porozumět. Jak je možné s nimi do určité míry pracovat, aby se zmírnil jejich případný nežádoucí dopad na naši psychiku i zdraví.

Přednáška nedává zaručené návody, ale může být dobrou inspirací pro vlastní práci s myšlenkami a emocemi, která nás v léčbě či nemoci zatěžují.

Jak se na seminář nejlépe dostat MHD?
metrem (trasa C), zastávka Budějovická

Prosíme o potvrzení Vaší účasti nejpozději do 30. května 2024

na e-mailové adrese: koordinatorka@mnohocetnymyelom.cz
nebo telefonicky na čísle **603 310 523 formou SMS**