



JAK ZVLÁDNOUT OBAVY a STRACH...

... z návratu rakoviny, jejího zhoršení či z blížící se kontroly u lékaře

Díky moderní onkologické léčbě lze v mnoha případech dosáhnout remise onemocnění, plného uzdravení nebo minimálně nemoc dostat pod kontrolu. Přes tento nesporný pokrok zde však stále zůstávají zmiňované obavy a strachy, které mohou výrazně snižovat kvalitu našeho života, obtěžovat nás v myšlenkách či způsobovat stres.

V rámci nové přednášky si budeme ukazovat, jak s obavami pracovat tak, aby nás neobtěžovaly více, než je nezbytné. A to jak u lidí, kteří mají léčbu již za sebou, tak i u těch v aktivní léčbě či s nevléčitelnou formou nemoci. Přednáška nedává zaručené návody, ale může být dobrou inspirací jak pro vlastní práci s myšlenkami a emocemi, tak i při pomoci druhým v naší blízkosti.

Shodná přednáška „**Jak zvládnout obavy a strach**“ proběhne v těchto městech:

8.10.2026 Olomouc, (v rámci konference OKNO do ONKO)

13.10.2026 České Budějovice, od 17:30 do 19:00

19.10.2026 Brno, od 15:00 do 16:30

4.11.2026 Praha, od 18:00 do 19:30

12.11.2026 Ústí nad Labem, od 13:00 do 14:30



**PSYCHO-
ONKOLOGICKÁ
SEKCE**
ČESKÉ ONKOLOGICKÉ SPOLEČNOSTI
ČLS JEP



Termíny pro další města, podrobnější informace, místa konání a možnost registrace najdete [\(ZDE\) REGISTRACE:](#)

Stránka projektu: <https://www.linkos.cz/pacient-a-rodina/mysliprotirakovine/>

Na setkání s Vámi se těší přednášející:

PhDr. Ing. Martin Pospíchal, Ph.D.

předseda Psychoonkologické sekce České onkologické společnosti ČLS JEP



Partneři projektu MysliProtiRakovině

