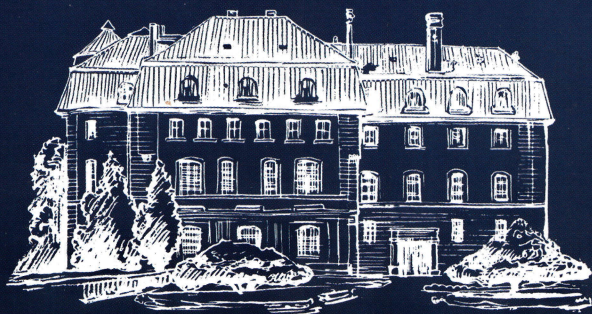




OLÚP, n.o. PREDNÁ HORA

Sme špecializovaná nemocnica poskytujúca zdravotnú starostlivosť v oblasti liečby závislostí všetkých druhov a liečby psychických porúch.

KONTAKT

telefón: 058/4866 121

e-mail: ivana.maueroва@olup-prednahora.sk

web: www.olup-prednahora.sk



načítaj ma



Odborný liečebný ústav psychiatrický, n.o.
Predná Hora



[olup_predna_hora](https://www.instagram.com/olup_predna_hora)



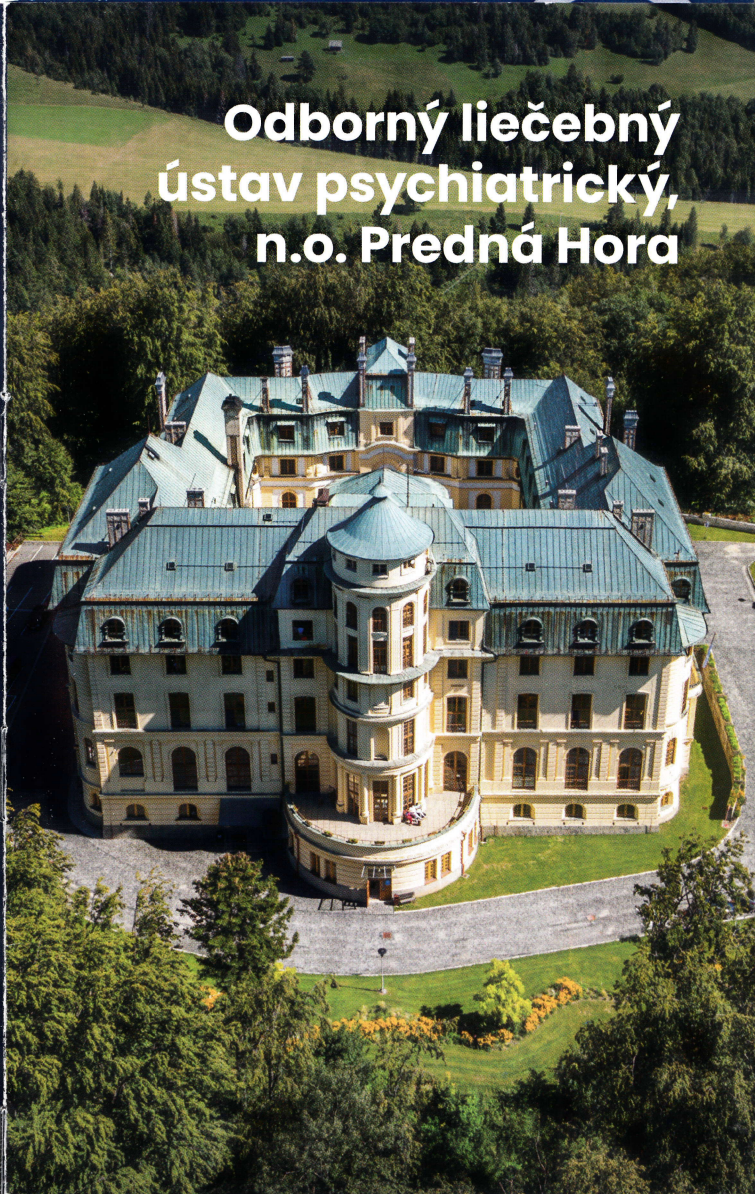
OLÚP, n. o. Predná Hora

NÁJDETE NÁS



Muránska Huta, časť Predná Hora č. 126
049 01 Muráň

Odborný liečebný
ústav psychiatrický,
n.o. Predná Hora



Doliečovanie
olup, n.o. predná hora





DOLIEČOVANIE

v Olúpe, n.o. predná hora

nevyhnutná súčasť života ľudí
liečiacich sa od závislosti.

CIELE DOLIEČOVANIA

- ✓ posilnenie a upevnenie sa v abstinencii
- ✓ udržanie zmeny a posilnenie motivácie k zmene
- ✓ udržanie novovybudovaného životného štýlu
- ✓ získanie odborných rád a skúseností
- ✓ riešenie relapsu, krízových situácií a iných problémov



**PRE ROK 2026 SME
ROZŠÍRILI MOŽNOSTI
DOLIEČOVANIA:**

KLUB

Doliečovanie v pôvodnej forme sa bude konať raz mesačne, v piatok a sobotu. Klub už nebude zameraný len na závislosť od alkoholu, ale bude otvorený pre pacientov s akýmkoľvek typom závislosti.

***V rámci novozriadeného
Psychosociálneho centra sme pre Vás
pripravili novú formu doliečovania
v dennom stacionári.***

STACIONÁRNE DOLIEČOVANIE

Koná sa prvé tri piatky v mesiaci. Každý piatok je primárne venovaný inej oblasti závislosti:

1. týždeň: závislosť od ilegálnych drog
2. týždeň: nelátkové závislosti
3. týždeň: závislosť od alkoholu

Stacionárneho doliečovania sa môžu zúčastniť abstinujúci klienti s akoukoľvek závislosťou.

(vysvetlenie: Napr. Ak máte závislosť od alkoholu a cítite potrebu intenzívnejšieho doliečovania, môžete sa prihlásiť aj na termín, ktorý je primárne určený pre ilegálne drogy alebo nelátkové závislosti, do naplnenia kapacity 20 osôb)

STACIONÁRNE DOLIEČOVANIE



Stretnutie abstínujúcich klientov v malej skupine s komplexným programom – intenzívna forma doliečovania. Rodinní príslušníci sa stacionárneho doliečovania **nezúčastňujú**; odporúčame im kluby a rodinnú terapiu

PRE KOHO

- Pacienti krátko po ukončení liečby (odporúčame do 2 rokov)
- Pacienti odliečení v iných zariadeniach – pri prvej návšteve potrebné odporúčanie od psychiatra

ZAMERANIE

- Adaptácia na život v abstincií a riešenie aktuálnych problémov
- Skupinová terapia: psychiatrická a psychoterapeutická starostlivosť
- Relaxačné a podporné aktivity

KAPACITA

Max. 20 osôb

REGISTRÁCIA

Povinná

**REGISTÁCIA na našom webe
povinná do štvrtka 15:00 hod.**

web: www.olup-prednahora.sk
e-mail: ivana.mauerova@olup-prednahora.sk
tel: 058/4866 121

PROGRAM DŇA



- | | |
|---------------|---|
| 8.00 – 8.30 | prezencia |
| 8.30 – 9.30 | komunita |
| 9.30 – 10.15 | lekárska vizita |
| 10.15 – 12.15 | skupinová terapia |
| 12.15 – 13.15 | obed |
| 13.15 – 13.45 | relaxačné cvičenie so sestrou |
| 13.15 – 14.15 | individuálne pohovory
s psychológom podľa indikácie
lekára a psychológa |
| 13.45 – 14.00 | prestávka |
| 14.00 – 14.30 | diskusia a záver |

Pre plynulý chod stacionárneho doliečovania prosíme o dodržiavanie stanoveného programu, najmä spoločného začiatku – komunity. Odporúčame ubytovať sa deň vopred v našich ubytovacích kapacitách.

NEZDRAVOTNÍCKE SLUŽBY OLÚP, n.o.

Predná Hora:

- **Stravovanie:** účastník stacionárneho doliečovania má nárok na bezplatný obed
- **Ubytovanie:** možnosť využitia Apartmánov Nádeje so zvýhodnenou cenou
 - Kapacita: 24 lôžok
 - Rezervácia: tel. 0902 965 073

Nezdravotnícke služby sú spoplatnené podľa aktuálneho cenníka OLÚP, n. o. Predná Hora.



Termíny a témy

Rok 2026: prehľad tém a termínov STACIONÁRNEHO DOLIEČOVANIA

JANUÁR



09.01. – závislosť od ilegálnych drog
16.01. – nelátkové závislosti
23.01. – závislosť od alkoholu

FEBRUÁR



06.02. – závislosť od ilegálnych drog
13.02. – nelátkové závislosti
20.02. – závislosť od alkoholu

MAREC



06.03. – závislosť od ilegálnych drog
13.02. – nelátkové závislosti
20.03. – závislosť od alkoholu

APRÍL



02.04. – závislosť od ilegálnych drog
10.04. – nelátkové závislosti
17.04. – závislosť od alkoholu

MÁJ



08.05. – závislosť od ilegálnych drog
15.05. – nelátkové závislosti
22.05. – závislosť od alkoholu

JÚN



05.06. – závislosť od ilegálnych drog
12.06. – nelátkové závislosti
26.06. – závislosť od alkoholu

JÚL



03.07. – závislosť od ilegálnych drog
10.07. – nelátkové závislosti
17.07. – závislosť od alkoholu

AUGUST



07.08. – závislosť od ilegálnych drog
14.08. – nelátkové závislosti
21.08. – závislosť od alkoholu

SEPTEMBER



04.09. – závislosť od ilegálnych drog
11.09. – nelátkové závislosti
18.09. – závislosť od alkoholu

OKTÓBER



02.10. – závislosť od ilegálnych drog
09.10. – nelátkové závislosti
16.10. – závislosť od alkoholu

NOVEMBER



06.11. – závislosť od ilegálnych drog
13.11. – nelátkové závislosti
20.11. – závislosť od alkoholu

Témy jednotlivých stretnutí sa stanovujú
v priebehu rannej komunity podľa aktuálnych
potrieb zúčastnených.

KLUB



Stretnutie abstínujúcich klientov a ich rodinných príslušníkov pod odborným vedením.

PRE KOHO

- Abstínujúci klienti v dlhodobej abstinencii
- Rodinní príslušníci klientov

ZAMERANIE

- Skupinová terapia a podpora pre riešenie problémov v dlhodobej abstinencii
- Piatok a sobota: skupinová terapia pod vedením službukonajúceho psychológa/psychoterapeuta

KAPACITA

neobmedzená

REGISTÁCIA na našom webe
povinná do štvrtka 15:00 hod.

web: www.olup-prednahora.sk
e-mail: recepacia@olup-prednahora.sk
tel: 058/4866 111

PROGRAM DŇA PIATOK



- 07.00 – 9.30** prezencia
09.30 – 10.30 skupinová terapia
10.30 – 10.45 prestávka
10.45 – 12.20 skupinová terapia
12.20 obed
12.30 – 13.30 prestávka
13.30 – 15.00 spoločná diskusia k aktuálnej téme klubu
15.15 ukončenie oficiálnej časti programu dňa

PROGRAM DŇA SOBOTA

- 07.00 – 9.30** prezencia
09.30 – 10.30 skupinová terapia
10.30 – 10.45 prestávka
10.30 – 12.20 spoločná diskusia k aktuálnej téme klubu
12.20 ukončenie oficiálnej časti programu dňa

NEZDRAVOTNÍCKE SLUŽBY OLÚP, n.o. Predná Hora:

Stravovanie: od 01. 01. 2026 má nárok na bezplatné stravovanie iba pacient
- Rodinný príslušník si môže zakúpiť obed podľa platného cenníka v Klientskom centre po prihlásení na klub a objednaní si obeda

Ubytovanie: možnosť využitia Apartmánov Nádeje so zvýhodnenou cenou
- Kapacita: 24 lôžok
- Rezervácia: tel. 0902 965 073

Nezdravotnícke služby sú spoplatnené podľa aktuálneho cenníka OLÚP, n. o. Predná Hora.

Termíny a témy

Rok 2026: prehľad tém a termínov

KLUBOV



JANUÁR

30.-31.01.

Čo z liečby si abstinent potrebuje pripomínať aj keď dlhodobo abstínuje?



FEBRUÁR

27.-28.02.

Čo sa zmenilo v mojich vzťahoch v abstinencii a akú mám spätnú väzbu od svojho okolia?



MAREC

27.-28.03.

Nevytváram si inú závislosť?



APRÍL

24.-25.04.

Ako vyzerá môj životný štýl v abstinencii? Zmenil som to, čo som si predsavzal na liečbe? Ako moju zmenu prijalo okolie?



MÁJ

29.-30.05.

Ako reagujem na rizikové situácie v abstinencii? Ako reagujem na recidívu svojich kamarátov – abstinentov?



JÚL

24.-25.07.

Ako pracujem so spätnou väzbou a sebareflexiou v abstinencii?



AUGUST

28.-29.08.

Vyrovnal som sa s vinou a s dôsledkami mojej závislosti? Odpustil som si?



OKTÓBER

23.-24.10.

Aké výzvy ma čakajú v živote abstinenta, aj keď už dlhodobo abstínujem?



NOVEMBER

27.-28.11.

Abstínujem ale nezmenil som sa. Čo s tým?



DECEMBER

04.-05.12.

Ako si vážim vyššie hodnoty v živote? Umenie, krása, duchovno, pomoc iným. Majú tieto hodnoty miesto v mojom abstinentskom živote?