

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

CHRC

v prosinci 2018



Boženy Němcové 9, Plzeň – Lochotín

Clubhouse Ledovce dýchá atmosférou adventu, přijďte se podívat, jak to vypadá!

Otevřeno bude **od pondělí do čtvrtka od 13:30 do 17:00 a pátky podle programu.**

Pokračujeme se skupinou Slyšení hlasů, rodičovskou skupinou, seminářem tvůrčího psaní a seznamkou. Nebude chybět adventní bazar a pro zdatné novoroční výšlap na Radyni!

Svépomocná a muzikoterapeutická skupina jsou uzavřené skupiny, přidat se k nim můžete po domluvě s jejich vedoucími (nejde na ně přijít bez ohlášení).

Ostatní aktivity jsou otevřené pro každého (ohleduplného 😊) příchozího.

Vstup na všechny akce je zdarma!

Konkrétně den po dni se bude dít toto:

3. prosince pondělí	14:00	Pojďme si hrát
	16:00	skupina Jak mi spiritualita může pomoci v zotavení?
4. prosince úterý	14:30	Cesty k zotavení
5. prosince středa	14:00	SPORT – procházka ke kolomazné peci. Sraz ve 14:00 ve Frišově vile
	14:00	Svépomocná skupina
	15:30	Stakeholderská porada (vedoucí skupin + další aktivní lidé CHRCu)
	16:00	Reformní pracovní skupina lidí s vlastní zkušeností s duševním onemocněním (první krajské setkání v rámci reformy, zván je každý!)
	16:00	výtvarný workshop
6. prosince čtvrtek	14:00	Šachy
	15:30	seminář TVŮRČÍ PSANÍ
7. prosince pátek	10:00	muzikoterapeutická skupina

10. prosince pondělí	14:00	Pojďme si hrát
	17:00	rodičovská skupina
11. prosince úterý	14:30	Cesty k zotavení
	14:00	SPORT – Předvánoční bowling v ČEZu. Sraz ve 13:30 v Guldenerově ulici. Cena 150,- /hod. se rozpočítá mezi účastníky

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

- | | | |
|----------------------|-------|--|
| 12. prosince středa | 14:00 | Svépomocná skupina |
| | 16:00 | výtvarný workshop |
| 13. prosince čtvrtek | 14:00 | Šachy |
| | 15:30 | seminář TVŮRČÍ PSANÍ |
| | 17:00 | Zpívaná s Janou, Lukášem, Zdeňkem, ... |
| 14. prosince pátek | 10:00 | muzikoterapeutická skupina |

Adventní bazar po celý týden!

Od čtvrtka 13. prosince můžete opět přinést do CHRCu věci (knihy, oděvy, vybavení domácnosti, ...), které vy nepotřebujete, ale mohou ještě někoho potěšit nebo se stát vánočními dárky.

A v týdnu od 17. do 20 prosince si můžete z těchto věcí vybrat věci, které potěší vás! Neprodáváme, nekupujeme, jen se navzájem potěšujeme!

- | | | |
|----------------------|-------|--|
| 17. prosince pondělí | 14:00 | Pojďme si hrát |
| | 16:00 | skupina Jak mi spiritualita může pomoci v zotavení? |
| | 17:00 | SEZNAMKA – společenský večírek pro nezadané |
| 18. prosince úterý | 14:30 | Cesty k zotavení |
| | 16:00 | Předvánoční posezení (cukroví, teplé nápoje, móóóžná i koledy už ...) |
| 19. prosince středa | 14:00 | SPORT – bazén na Slovanech. Sraz ve 14:00 před bazénem. |
| | 14:00 | Svépomocná skupina |
| | 16:00 | výtvarný workshop |
| 20. prosince čtvrtek | 14:00 | Šachy |

Přes vánoční svátky vás zveme:

- | | | |
|-----------------------------|-------|---|
| 27. prosince čtvrtek | 15:00 | Vánoční posezení + zpívaná - cukroví, koledy, ... |
| 1. ledna 2019 úterý | 9:00 | Novoroční pochod na Radyni! Sraz v 9:00 na vlakovém nádraží. |

Pravidelný rytmus CHRCu obnovíme v pondělí 7. ledna 2019! Těšíme se na vás!

Zdraví Martin, Mirka, Hanka a spol., ledovec@ledovec.cz

Kontakt na doprovázení z FN: Jana Eismanová, tel.: 735 176 595

CHRC podporuje:

