

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

CHRC

v lednu 2019



Boženy Němcové 9, Plzeň – Lochotín

Clubhouse Ledovce vstupuje do nového roku, pojdte nakročit s námi!

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

Pokračujeme se skupinou Slyšení hlasů, skupinou o spiritualitě, rodičovskou skupinou, seminářem tvůrčího psaní a dalšími již zaběhlými aktivitami.

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:

1. ledna	NOVOROČNÍ VÝŠLAP NA RADYNI – sraz v 9h na hl. nádraží
----------	---

7. ledna pondělí	14:00 Pojdme si hrát 17:00 rodičovská skupina
8. ledna úterý	14:30 Cesty k zotavení 16:00 skupina HEARING VOICES
9. ledna středa	14:00 SPORT – procházka k lávce u sv. Jiří, sraz u točny, na konečné trolejbusu na Doubravce ve 14 h. 14:00 Svépomocná skupina 16:00 výtvarný workshop
10. ledna čtvrtek	14:00 Šachy 16:00 Literární klub – hosty budou spisovatel a knihkupec Vratislav Ebr a herečka Aťka Janoušková

14. ledna pondělí	14:00 Pojdme si hrát 16:00 skupina Jak mi spiritualita může pomoci v zotavení?
15. ledna úterý	14:30 Cesty k zotavení

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

16. ledna středa	14:00	SPORT – bazén na Slovanech. Sraz ve 14 h před bazénem.
	14:00	Svépomocná skupina
	16:00	výtvarný workshop
17. ledna čtvrtek	14:00	Šachy
	15:00	seminář TVŮRČÍ PSANÍ
<hr/>		
21. ledna pondělí	14:00	Pojďme si hrát
22. ledna úterý	14:30	Cesty k zotavení
	16:00	skupina HEARING VOICES
23. ledna středa	14:00	SPORT – ping pong v Totemu. Sraz ve 14 h v CHRCu. 150 Kč/hod. rozpočítá se mezi účastníky.
	14:00	Svépomocná skupina
	16:00	výtvarný workshop
24. ledna čtvrtek	14:00	Šachy
	16:00	Literární klub – novoroční setkání nad novými knihami
<hr/>		
28. ledna pondělí	14:00	Pojďme si hrát
	16:00	skupina Jak mi spiritualita může pomoci v zotavení?
29. ledna úterý	14:30	Cesty k zotavení
30. ledna středa	14:00	SPORT – procházka na Mikulku. Sraz ve 14 h v CHRCu.
	14:00	Svépomocná skupina
31. ledna čtvrtek	14:00	Šachy
	15:00	seminář TVŮRČÍ PSANÍ

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

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

Doufáme, že CHRC i v roce 2019 podpoří:



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



Pomáhající  Plzeň