

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

CHRC

v březnu 2019



Boženy Němcové 9, Plzeň – Lochotín

Clubhouse Ledovce se chystá na jaro, čeká nás jarní výhrab, ošetření sněhem zlomených větví a kdo najde v zahradě první sněženku, vyhrává!

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. Pokračuje SKUPINA O ŽIVOTOSPRÁVĚ.

SPORT mění svůj název na SPORTOVNÍ AKTIVITY, to abyste se nebáli, že se jen výkonně sportuje a přidali se:-)

Svépomocná skupina je uzavřená, přidat se k nim můžete po domluvě s jejím koordinátorem (nejde na ni 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:

4. března pondělí	14:00	Pojďme si hrát
	17:00	rodičovská skupina
5. března úterý	14:30	Cesty k zotavení
	16:00	skupina HEARING VOICES
6. března středa	14:00	sportovní aktivity – procházka na Chlum, sraz na konečné trolejbusu 16 na Doubravce
	14:00	svépomocná skupina
	16:00	výtvarný workshop
7. března čtvrtek	14:00	šachy
	16:00	Literární klub s Marií Kielbasovou (HOST!)

11. března pondělí	14:00	Pojďme si hrát
	16:00	skupina Jak mi spiritualita může pomoci v zotavení?
12. března úterý	14:30	Cesty k zotavení
	16:00	Skupina o životě

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

13. března středa 14:00 sportovní aktivity – bowling v ČEZu, sraz v Guldenerově ulici před budovou ČEZu, cena 150 Kč/h
14:00 svépomocná skupina
16:00 výtvarný workshop

14. března čtvrtek 14:00 šachy
15:00 seminář TVŮRČÍ PSANÍ

18. března pondělí 14:00 Pojdme si hrát

19. března úterý 14:30 Cesty k zotavení
16:00 skupina HEARING VOICES

20. března středa 14:00 sportovní aktivity – bazén na Slovanech, sraz před bazénem
14:00 svépomocná skupina
16:00 výtvarný workshop

21. března čtvrtek 14:00 šachy
16:00 Literární klub s Barborou Dvoreckou (HOST!)

25. března pondělí 14:00 Pojdme si hrát
16:00 skupina Jak mi spiritualita může pomoci v zotavení?

26. března úterý 14:30 Cesty k zotavení
16:00 Skupina o životosprávě

27. března středa 14:00 sportovní aktivity – procházka kolem Boleveckých rybníků, sraz v CHRCu
14:00 svépomocná skupina

28. března čtvrtek 14:00 šachy
15:00 seminář TVŮRČÍ PSANÍ

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

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

CHRC podporuje:



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



Pomáhající 