

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz



CHRC

duben 2023

Milí přátelé CHRCu!

Duben, ještě tam (v CHRCu) budem!

Některé Ledovci podobné organizace si duben připomínají jako „měsíc bláznovství“. Nevím vlastně, proč zrovna duben, ale hodí se mi to do úvodu tohoto chrcového programu: i my se v dubnu v CHRCu snažíme, aby – jak se říká v Toseví – byl hlas lidí s vlastní zkušeností s duševním onemocněním víc slyšet. Svědčí o tom i náš dubnový program.

V programu Vás upozorňujeme na pondělní akce Toseví, na čtvrtěční IT poradnu s Romanem a na anomálie kolem velikonoce (ta dobrá anomálie je sobotní aprílové Kraslicování v Ledcích).

Dobrá zpráva je, že provoz CHRCu letos opět podpořilo Ministerstvo zdravotnictví. Děkujeme! Doufáme dál, že budou podpořeny ještě nějaké další grantové žádosti na podporu CHRCu. Ale beztak to nebude tolik, aby dobrovolnictví dál nezůstávalo pro CHRC klíčové!

Všechny aktivity CHRCu jsou zdarma a naprostá většina aktivit je průběžně otevřená pro každého nově příchozího. Uzavřená je jen středěční svépomocná skupina, tzn. zájemci se musí napřed domluvit s Vladkou, vladimira.krizova@ledovec.cz.

CHRCový program zveřejňujeme vždy na začátku měsíce na webu www.ledovec.cz a na ledoveckém Facebooku <https://www.facebook.com/chrcplzen>. Najdete ho už taky na adrese www.chrc.cz. Podoba prezentace CHRCu na téhle adrese ale ještě není taková, že bychom se tím chtěli chlubit. 😊

Kontaktní osoby pro CHRC jsou Martin (hlavně programové věci, martin.fojticek@ledovec.cz) a Lenka (provozní a termínové věci, chrc@ledovec.cz, tel.: 737 957 669).

1. dubna sobota	15:00	Velikonoční kraslicování v Ledcích – malování kraslic, pletení pomlázek, jarmark. Vstup zdarma.
3. dubna pondělí	17:00	Rodičovská skupina
4. dubna úterý	13:00	Cesty k zotavení (pro online link se prosím ozvěte předem Lence nebo Honzovi, Míša nebude)
5. dubna středa	14:00	Svépomocná skupina (uzavřená)
7. dubna pátek		VELKÝ PÁTEK - svátek

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

10. dubna pondělí	VELIKONČNÍ PONDĚLÍ - svátek
11. dubna úterý	13:00 Cesty k zotavení (pro online link se prosím ozvěte předem Lence nebo Honzovi, Míša nebude)
12. dubna středa	14:00 Svépomocná skupina (uzavřená) 16:00 Výtvarka s Josefínou a Zuzkou
13. dubna čtvrtek	16:00 Svépomocná skupina Úsměv mámy - www.usmevmamy.cz
14. dubna pátek	13:00 Výlet s Lenkou, když počasí dovolí. Sraz v CHRCu.

17. dubna pondělí	15:30 Zajídání emocí – seminář o jídle, jeho roli v našich životech a o tom, jak nepoužívat jídlo k tlumení nepříjemných pocitů. Recovery college seminář Toseví s Petrou Mocovou a Martinou Šilhánkovou (samostatný plakát)
18. dubna úterý	13:00 Cesty k zotavení (pro online link se prosím ozvěte předem Míše nebo Lence)
19. dubna středa	14:00 Svépomocná skupina (uzavřená)
20. dubna čtvrtek	14:00 IT peerování s Romanem – peer poradna pro každého, kdo potřebuje poradit s čímkoli na svém chytrém telefonu, tabletu, počítači, ... 16:00 Zpívaná s Lukášem – možno i na Skype https://join.skype.com/oO6imh1hyCmQ
21. dubna pátek	13:00 Bačkova kavárna s Lenkou

24. dubna pondělí	15:00 Setkání členů a příznivců Toseví, tentokrát s filmem! Tématem je zotavování a zotavení, promítat budeme film Marylin má černé oči.
25. dubna úterý	13:00 Cesty k zotavení (pro online link se prosím ozvěte předem Míše nebo Lence)
26. dubna středa	14:00 Svépomocná skupina (uzavřená) 16:00 Výtvarka s Josefínou a Zuzkou
28. dubna pátek	13:00 Bačkova kavárna v rámci Dnů dobrovolnictví V Bačkově kavárně vás od 13:00 do 15:30 čeká nejen káva, ale také možnost zažít, jak vypadá přivítání na Ledovci. Vítání nebo také welcoming je důležitým bodem toho, co děláme, a vám nabízíme příležitost nechat se ledovecky přivítat a následně být tím, kdo přivítá dalšího příchozího . A právě laskavé a respektující přijetí lidí, kteří přicházejí na akce Ledovce, je jednou z oblastí, kde byste se jako dobrovolníci mohli na Ledovci zapojit.

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



Adresa CHRCu je Boženy Němcové 30.



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



Pomáhající  Plzeň

