

CHRC

v říjnu 2018



Boženy Němcové 9, Plzeň – Lochotín

Clubhouse Ledovce pokračuje v nabitě podzimní sezóně! Podívejte se na další novinky!

Otevřeno bude **od pondělí do čtvrtka od 13:30 do 17:00 a pátky podle programu** (setkáte se tam nově s Mirkou Ladmanovou, vítáme ji!).

Pokračujeme s novinkami ze září: skupinou Slyšení hlasů, rodičovskou skupinou, seminářem tvůrčího psaní a seznamkou.

V říjnu se můžete nově těšit na muzikoterapeutickou skupinu, pohybový seminář a skupinu Jak mi spiritualita může pomoci v zotavení. Proběhne i jeden seminář v rámci recovery college!

V listopadu se těšte na literární klub se spisovatelem Vratislavem Ebrem a na další akce.

Konkrétně den po dni se bude dít toto:

1. října pondělí	13:30	BAŤKOVA KAVÁRNA	
	17:00	rodičovská skupina	
2. října úterý	14:30	Cesty k zotavení	
	16:00	skupina HEARING VOICES	
3. října středa	14:00	SPORT – projížďka na kolech, kola je možné si zapůjčit v Ledovci, trasa dle domluvy, sraz ve 14h v CHRCu	
	14:00	Svépomocná skupina	
	16:00	výtvarný workshop	
4. října čtvrtek	14:00	Šachy & Pojdme si hrát	
5. října pátek	10:00	muzikoterapeutická skupina	NOVĚ!!!
	16:45	pohybové sebepoznávání	NOVĚ!!!
<hr/>			
8. října pondělí	13:30	BAŤKOVA KAVÁRNA	
	16:00	skupina Jak mi spiritualita může pomoci v zotavení?	NOVĚ!!!
9. října úterý	14:30	Cesty k zotavení	
10. října středa	12:00	SPORT – procházka na Radyni a Andrejšky, sraz ve 12 h na vlakovém nádraží, odjezd vlaku 12:28 h, svačinu a pití s sebou	
	14:00	Svépomocná skupina	
	16:00	výtvarný workshop	
11. října čtvrtek	14:00	Šachy & Pojdme si hrát	
	15:30	seminář TVŮRČÍ PSANÍ	
12. října pátek	10:00	muzikoterapeutická skupina	
<hr/>			
15. října pondělí	13:30	BAŤKOVA KAVÁRNA	
	14:30	seminář s Alenou Furimskou	RECOVERY COLLEGE!
16. října úterý	14:30	Cesty k zotavení	

	16:00 skupina HEARING VOICES
17. října středa	14:00 SPORT – minigolf v Borském parku, sraz ve 14 h na konečné tramvaje na Borech
	14:00 Svépomocná skupina
	16:00 výtvarný workshop
18. října čtvrtek	14:00 Šachy & Pojdme si hrát
	15:30 seminář Tvůrčí psaní
19. října pátek	10:00 muzikoterapeutická skupina
	16:45 pohybové sebepoznávání
22. října pondělí	13:30 BAŤKOVA KAVÁRNA
	16:00 skupina o spiritualitě
23. října úterý	14:30 Cesty k zotavení
24. října středa	14:00 SPORT – bazén na Slovanech, sraz ve 14 h před bazénem u tram č. 2
	14:00 Svépomocná skupina
25. října čtvrtek	14:00 Šachy & Pojdme si hrát
	15:00 LITERÁRNÍ KLUB s knihou Jaroslava Irovského „.... s duší beadníka“
26. října pátek	10:00 muzikoterapeutická skupina
29. října pondělí	17:00 SEZNAMKA – společenský večírek pro nezadané
30. října úterý	14:30 Cesty k zotavení
31. října středa	13:30 SPORT – bowling v ČEZu, sraz ve 13:30 h v Guldenerově ulici u budovy ČEZu, cena 150 Kč/1h
	14:00 Svépomocná skupina

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

CHRC podporuje:

