

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

CHRC

prosinec 2022



Milí přátelé CHRCu!

Zdravíme Vás v předvánočním čase! Přání kolegů ze střeďeční výtvarky je také předvánoční: pokud máte nějaké **NEPOTŘEBNÉ NEBO I POŠKOZENÉ VÁNOČNÍ OZDOBY**, prosím vezměte je do CHRCu, na střeďečních výtvarkách je využijeme. A ještě jedna zpráva, víceméně už vánoční: mezi svátky bude CHRC otevřený, nebojte se stavit!

V listopadu proběhly čtyři semináře spolku Toseví ve stylu recovery college, děkujeme a moc se těšíme na další. Druhý běh kopírovacího kurzu dokončilo 21. listopadu 13 účastníků, gratulujeme! Další běh Rychlokurzu pomoci prostřednictvím vlastní zkušenosti s duševním onemocněním, což je plný název „kopírovacího kurzu“, plánujeme na jaro 2023. Pokud máte o kurz zájem, napište Martinovi (martin.fojticek@ledovec.cz), ozveme se Vám, jakmile budeme znát podrobnosti, termín a tak.

Upozorňujeme, že i v prosinci je k dispozici IT peer poradna s Romanem. Také skupina kolem páteční kavárny s Lenkou se pěkně rozrůstá!

Každopádně připomínáme, že všechny aktivity CHRCu jsou zdarma a naprostá většina aktivit je průběžně otevřená pro každého nově příchozího. Uzavřená je jen střeďeční 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>. Kontaktní osoba pro CHRC celkově je Martin (martin.fojticek@ledovec.cz) a pro páteční program Lenka (chrc@ledovec.cz, od ledna bude mít Lenka i chrcový telefon!)

2. prosince pátek 13:00 Bařkova kavárna s Lenkou

6. prosince úterý 13:00 Cesty k zotavení – i online <https://meet.google.com/hye-dvvg-iis>
15:00 IT peerování s Romanem

7. prosince střeďa 14:00 Svépomocná skupina (uzavřená)
16:00 Skupina Úsměv mámy (samostatný plakát)

8. prosince čtvrtěk 15:00 **Jindra Jašík: O zotavení, peerování a o životě vůbec** (beseda s peerem a propagátorem zotavení z Moravy), www.schizahelp.cz

9. prosince pátek 13:00 Bařkova kavárna

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

12. prosince pondělí	17:00	Rodičovská skupina
13. prosince úterý	13:00	Cesty k zotavení – i online https://meet.google.com/hye-dvvg-iis
14. prosince středa	14:00	Svépomocná skupina (uzavřená)
	16:00	Výtvarný klub s Josefínou a Zuzkou
15. prosince čtvrtek	16:00	IT peerování s Romanem (pozor, až v 16:00!) (od 17:00 je možné se stavit na Sousedský předvánoční svařák na vile , Karoliny Světlé 13)
16. prosince pátek	13:00	Bačkova kavárna s Lenkou

19. prosince pondělí	16:00	Zpívaná s Lukášem – i online https://join.skype.com/oO6imh1hyCmQ
20. prosince úterý	13:00	Cesty k zotavení – i online https://meet.google.com/hye-dvvg-iis
21. prosince středa	14:00	Svépomocná skupina (uzavřená)
	16:00	Výtvarný klub s Josefínou a Zuzkou

27. prosince úterý	13:00	Cesty k zotavení – i online https://meet.google.com/hye-dvvg-iis
28. prosince středa	16:00	Vánoční zpívaná s Lukášem a Martinem – i online https://join.skype.com/oO6imh1hyCmQ
30. prosince pátek	13:00	Bačkova kavárna s Lenkou

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



Adresa CHRCu je Boženy Němcové 30.

Děkujeme podporovatelům CHRCu!



Pomáhající Plzeň

