

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz



CHRC

červenec 2023

Milí přátelé CHRCu!

Prázdniny přináší změnu životního rytmu pro řadu z nás. Řada našich pravidelných aktivit je přerušena aktivitami dovolenkového rázu. To je vidět i v červencovém programu CHRCu. Některá pravidelná setkání nebudou (nebo nebudou tak pravidelná jako ve školním roce), naopak přibude řada jednorázových akcí. Srdečně Vás na všechna setkání zveme!

Napřed co v červenci nebude: nebude se scházet středeční svépomocná skupina, nesejde se skupina Úsměv mámy. Jedno úterý (18. 7.) se nesejdou Cesty k zotavení, jeden pátek nebude Kavárna s Lenkou (21. 7.).

A teď změny: místo Zpívané s Lukášem bude CHRCový táborák v Ledcích (26. 7.). Výtvarka se sejde jen jednou (19. 7., zato v srpnu se bude malovat v CHRCu i po stěnách). Rozbíhající se Tvůrčí psaní se díky husovskému svátku sejde jen jednou (20. 7.).

A tady jsou ty prázdninové jedinečnosti (většinou je k nim udělaný samostatný plakát): protože se toho o prázdninách děje hodně na Ledovci v Ledcích, pořádáme dva dobrovolnické „chystací dny“ (4. a 24. 7.). Úplně poprvé v dějinách CHRCu bude v pátek 28. 7. v rámci kavárny takzvaný „swap“, tj. něco jako výměnná burza oblečení. V Ledcích bude poslední neděle v červenci tradiční pouťové veselí a o týden před tím „akce měsíce“ - celorepublikový Peerský slet od 20. do 22. 7. Na tuhle diskusní akci jste zváni všichni, které zajímá téma zapojení lidí s vlastní zkušeností s duševní nemocí do systému péče o duševní zdraví u nás. Čili klidně se přijďte podívat, i když nejste peer.

1. června rituálním okopírováním se na kopírce ukončilo Rychlokurz pomáhání prostřednictvím vlastní zkušenosti s duševním onemocněním neboli co-peerovací kurz jedenáct absolventů. Gratulujeme!

Opatrně oznamujeme, že se během prázdnin chystá začít v CHRCu setkávat nová svépomocná skupina sestavená z absolventů denního stacionáře plzeňské psychiatrické kliniky, držíme jim palce a jakmile budeme vědět víc, nabídneme. A víme už o dalších nových možnostech pravidelných setkání, která se v CHRCu chystají po prázdninách. Těšte se a mějte pěkné prázdniny!

CHRCový program zveřejňujeme vždy na začátku měsíce na webu www.ledovec.cz, www.chrc.cz a na ledoveckém Facebooku <https://www.facebook.com/chrcplzen>. 😊

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).

Jde nám o zotavení!

www.zotaveni.cz

4. července úterý	10:00 a dál do odpoledne	Chystací den v Ledcích (samostatný plakát)
	13:00	Cesty k zotavení (pro online link se prosím ozvěte Lence nebo Míše)
7. července pátek	13:00	Baťkova kavárna s Lenkou
11. července úterý	13:00	Cesty k zotavení (pro online link se prosím ozvěte Lence nebo Míše)
14. července pátek	13:00	Baťkova kavárna s Lenkou
18. července úterý	POZOR! NEBUDOU Cesty k zotavení!	
19. července středa	16:00	Výtvarka s Josefínou a Zuzkou
20. července čtvrtek	17:00	Tvůrčí psaní s Honzou a Davidem – rozbíhající se skupina pro všechny, kteří cokoli píší nebo psát chtějí (nebo si rádi poslechnou tvorbu někoho dalšího)
20. – 22. července	PEERSKÝ SLET V LEDCÍCH (samostatný plakát)	
21. července pátek	POZOR! NEBUDE Páteční kavárna (ale jste srdečně zváni na jakoukoli část Sletu v Ledcích)	
24. července pondělí	10:00 a dál do odpoledne	Chystací den v Ledcích (samostatný plakát)
25. července úterý	13:00	Cesty k zotavení (pro online link se prosím ozvěte Lence nebo Míše)
26. července středa	18:00	CHRCový táborák v Ledcích (samostatný plakát)
28. července pátek	13:00	Páteční kavárna s Lenkou a v jejím rámci První CHRCový SWAP (výměna oblečení – viz samostatný plakát)
30. července neděle	Svatojakubské pouťové veselí v Ledcích (po celý den, samostatný plakát teprve bude 😊)	

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



Adresa CHRCu je Boženy Němcové 30.



Pomáhající Plzeň

