



sobota 30.10.

10 – 18

Halloween

PODZIMNÍ DEN PRO CELOU RODINU

10:00

Pohyb, kterého se nemusíte bát. HŘIŠTĚ HORY

11:30

Pohybové hry na čerstvém vzduchu inspirováno Halloweenem

13:00

Věštění 21. století

14:00

Práce s přírodními materiály jako forma psychohygieny pro celou rodinu

Vše zdarma.

Podpořeno z rozpočtu Karlovarského kraje na investiční podporu terénních a ambulantních sociálních služeb 2021 a z rozpočtu MPSV ČR Rodina 2021.



10.00 - HŘIŠTĚ HORY

" Pohyb, kterého se nemusíte bát"

Protažení ztuhlých svalů, dále volným tempem k lesu (Nordic walking). Po návratu z lesa si zacvičíme na židlích, zjistíme jak zregenerovat tělo při každodenním sedavém zaměstnání/sezení ve škole. Programem provede certifikovaná lektorka Nordic walking a ergoterapeutka působící na rehabilitačním odd. v Nemocnici Ostrov (garant doc. Pavel Kolář).

11.30

Pohybové hry na čerstvém vzduchu inspirováno Halloweenem

zábavné hry pro děti i dospělé

Hory 16

14.00

"Věštění 21.století"

Péče o duševní zdraví by se mělo stát neodmyslitelnou součástí života každého člověka. V arteterapeutické aktivitě se spojuje kreativita s relaxací, která je určená každému, kdo má chuť a zájem zharmonizovat sebe, své okolí.

Nemusíte se obávat náročnosti techniky tvoření, s námi to zvládne každý. Pokusíme se tímto přispět a ovlivnit nejen rodinné vztahy, zpříjemnit rodinnou atmosféru a dopřát si strávit čas jinak než jste zvyklí. Lektorka je psychoterapeutkou - Psychoanalýza u doc. Václava Mikoty

Hory 16



15:00

"PSYCHOHYGIENA"



Práce s přírodními materiály jako forma psychohygieny pro celou rodinu (zaměřeno na oslavu tradičních svátků)

10.00- 18.00

Individuální poradenství pro zájemce z oblasti psychoterapie, osobnostního rozvoje, výchovného poradenství.

Místo konání: Hory 16, Hory

Omezený počet účastníků, nutné přihlášení na tel.: 774 434 525 (B. Turoňová),
nebo mailem bludistekv@seznam.cz

Není třeba účastnit se celého programu, přijít můžete jen na vybrané aktivity kdykoli v průběhu celého dne.



BLUDIŠTĚ z.s.

