

Program CHRCu na únor 2026



ul. Boženy Němcové 30, Plzeň

Milí přátelé,

v únoru nás čeká o něco klidnější program, ale i tak toho bude dost pro všechny!

Kavárna s Jiřinou bude každý týden v úterý, rozjíždějící se skupina pro lidi s úzkostmi a depresemi, kterou povede Markéta a David, hledá stálé členy, kteří potom budou chodit pravidelně, a tak je již 2x měsíčně.

Petrova kavárna se mění na podpůrnou skupinu pro abstinující závislé, Petr i kocour stále zůstávají beze změn.

S Markétou také můžete vyrazit do kina, film se bude vybírat dle aktuální nabídky a s Říšou můžete 1x za 14 dní vyrazit na pinčes do centra na Krašovské, nezapomeňte na přezůvky.

Program CHRCu vždy na aktuální měsíc zveřejňujeme na webu a Facebooku Ledovce. Můžeme Vám ho pravidelně posílat mailem (napište na chrc@ledovec.cz). Neostýchejte se si napsat nebo zavolat i o informace k jednotlivým akcím! Kontakty jsou následující: Lenka (lenka.mirovska@ledovec.cz), tel.: 737 957 669), Markéta (tel.: 733 139 307), Ondra (tel.: 731 485 608), Říša (tel.: 735 511 789), David (tel.: 704 157 551), Petr (tel.: 736 293 100), Tereza (svepomoc.ppp@seznam.cz), Martin (martin.fojticek@ledovec.cz).

Těšíme se na setkání s Vámi!

2. února pondělí	13:30	Cesty životem TOSEVÍ – otevřená svépomocná skupina
	19:00	Anonymní alkoholici
3. února úterý	11:00	Čajovna s Markétou
	14:00	Kavárna s Jiřinou
	16:30	Podpůrná skupina pro abstinující závislé s Petrem a kocourem
	19:00	Emotions Anonymous – skupina pro lidi, které trápí emoční obtíže
4. února středa	10:00	Čajovna a vaření s Markétou
	14:00	Svépomocná skupina (uzavřená)
	16:00	Výtvarka s Josefínou a Olgou
	18:00	Anonymní narkomani
5. února čtvrtek	17:00	Rodičovská skupina
6. února pátek	13:00	Kavárna s Lenkou
9. února pondělí	13:30	Cesty životem TOSEVÍ – otevřená svépomocná skupina
	16:00	Setkání s tranzicí s Josefínou v Karolíně Světlé 13, ulice nad CHRCem
	17:00	Podpůrná skupina pro abstinující závislé s Petrem a kocourem – výjimečně od 17h
	19:00	Anonymní alkoholici
10. února úterý	10-11:30	Čajovna s Markétou
	12-13:30	Skupina pro lidi s úzkostí a depresí, skupinu vede Markéta
	14:00	Kavárna s Jiřinou
	17:00	Deskovky s Hankou a Danem
11. února středa	19:00	Emotions Anonymous – skupina pro lidi, které trápí emoční obtíže
	10:00	Kino s Markétou – sraz 13:00 před Plazou, výběr filmu dle programu, vstupné si Hradí si hradí každý sám
	14-16	Pinčes s Říšou Krašovská aktivita centrum (přezůvky s sebou), Říša tel. 735 511 789
	14:00	Svépomocná skupina (uzavřená)
	16:00	Svépomocná skupina s Terezou pro lidi s poruchami příjmu potravy
	18:00	Anonymní narkomani

12. února čtvrtek	15-16:30	Uzavřená skupina pro aktivní moderátory CHRcu, kteří vedou program nebo podpůrné skupiny (Pokud váháte, zda je tato skupina pro Vás, ozvěte se Ondrovi)
13. února pátek	13:00	Kavárna s Lenkou
16. února pondělí	13:30	Cesty životem TOSEVÍ – otevřená svépomocná skupina – tentokráte s Lenkou
	16:00	Zpívání s Lenkou a Martinem
	19:00	Anonymní alkoholici
17. února úterý	10:00	Čajovna s Markétou, hraní her
	14:00	Kavárna s Jiřinou
	19:00	Emotions Anonymous – skupina pro lidi, které trápí emoční obtíže
18. února středa	10:00	Čajovna s Markétou
	14:00	Svépomocná skupina (uzavřená)
	16:00	Výtvarka s Josefínou a Olgou
	18:00	Anonymní narkomani
20. února pátek	13:00	Kavárna s Lenkou
23. února pondělí	13:30	Cesty životem TOSEVÍ – otevřená svépomocná skupina
	16:30	Relax s Petrem – přijďte si užít chvilku klidu s řízenou relaxací
	19:00	Anonymní alkoholici
24. února úterý	10:00	Čajovna s Markétou, hraní šipek
	12-13:30	Skupina pro lidi s úzkostí a depresí, skupinu vede Markéta
	14:00	Rozžívání webu zotaveni.cz s Aničkou – vítán je každý, koho zajímá téma zotavení
	17:00	Deskohraní s Hankou a Danem
	19:00	Emotions Anonymous – skupina pro lidi, které trápí emoční obtíže
25. února středa	10:00	Čajovna s Markétou
	14-16	Pinčes s Říšou Krašovská aktivity centrum (přezůvky s sebou), Říša tel. 735 511 789
	14:00	Svépomocná skupina (uzavřená)
	16:00	Svépomocná skupina s Terezou pro lidi s poruchami příjmu potravy
	18:00	Anonymní narkomani
26. února čtvrtek	17:00	Tvůrčí čtení a psaní s Janou a Davidem
27. února pátek	13-15	Kavárna s Davidem