

PŘEHLED AKCÍ PRO VEŘEJNOST – ŘÍJEN 2025

Ve spolupráci s plzeňskými organizacemi, které působí v oblasti sociálních služeb, přinášíme přehled akcí, které se uskuteční v říjnu. Vítání jsou všichni – senioři, rodiny s dětmi, lidé se zájmem o dění ve svém okolí. Přijďte se inspirovat, zapojit nebo si jen užít příjemné chvíle ve společnosti ostatních.

1. – 31. října

OTEVŘENÁ REGISTRACE DO PODZIMNÍHO BĚHU RŮSTOVÉ SKUPINY ŽIVÁ DÍLNA

Skupina je určena dětem ve věku 12 – 15 let, nabízí bezpečné prostředí, kde se mohou setkávat se svými vrstevníky, posilovat své sociální dovednosti a objevovat způsoby, jak pečovat o své duševní zdraví. První setkání proběhne v úterý 11. listopadu 2025 v prostorách Duševního servisu, Lidická 474/6, Plzeň. Pro přihlášení je třeba vyplnit kontaktní formulář (viz. níže) a následně absolvovat úvodní individuální konzultaci v poradně. Kapacita skupiny je omezená. Účast pro děti je zdarma.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSf8mrEuWRPLI3_esqEYJQClwbCKf4_-mKob8e0UrnwJ_mb_6g/viewform

OTEVŘENÁ REGISTRACE DO PODPŮRNÉ SKUPINY SYNAPSE

Skupina je určena pro dospívající děti ve věku 15 – 19 let, které prožívají náročné období nebo mají psychické obtíže. Skupina nabízí bezpečný prostor ke sdílení, posilování psychické odolnosti a podporu při hledání vlastních cest péče o své duševní zdraví a vztahy. První setkání proběhne ve středu 19. listopadu 2025 v prostorách Duševního servisu, Lidická 474/6, Plzeň. Pro přihlášení je třeba vyplnit kontaktní formulář (viz. níže) a následně absolvovat úvodní individuální konzultaci v poradně. Kapacita skupiny je omezená.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeOJf58PyY-0vEhfmonwZ1JYgw1nT3GAm_qAV3oT9pDJkMSkA/viewform

2. října (čtvrtek)

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ V RANÉ PÉČI A V TERAPEUTICKÝCH DÍLNÁCH

Organizace Motýl, z.ú. Vás zve na den otevřených dveří v rámci Týdne sociálních služeb. Akce se koná od 9 do 14 hodin v sídle organizace, na adrese Žlutická 2, Plzeň.

3. října (pátek)

POHÁDKOVÁ ZAHRADA

Organizace Motýl, z.ú. Vás zve na jednorázovou akci pro rodiny s dětmi, která se uskuteční v sídle organizace, na adrese Žlutická 2, Plzeň, a to od 15 do 18 hodin. Pro děti je připraveno 10 soutěžních stanovišť na téma pohádky o létajícím papírovém drakovi. V tvořivé dílně si

malého draka děti i vytvoří. Chybět nebude ani občerstvení a táborák. Za splnění soutěžních stanovišť děti dostanou odměnu. V případě dobrého počasí proběhne akce na zahradě centra, v opačném případě uvnitř budovy. Více informací najdete na <https://www.motyl-plzen.cz/pohadkova-zahrada/>.

6. října (pondělí)

JAK SE PŘIPRAVIT NA PŘIROZENÝ PŘECHOD DÍTĚTE Z MŠ DO ZŠ

Organizace Motýl, z.ú. Vás zve na seminář pro veřejnost, který se uskuteční v sídle organizace, na adrese Žlutická 2, Plzeň, a to od 16 do 18 hodin. Přechod dítěte z mateřské do základní školy je pro dítě velice důležitým krokem. Jeho průběh ovlivňuje motivaci k dalšímu vzdělávání. Proto je velice důležité, aby dítě pravidelně navštěvovalo mateřskou školu a na přechod do první třídy bylo postupně a cíleně připravováno. Seminářem Vás provede lektorka Mgr. Marta Balvínová Kryčová. Více informací najdete na <https://www.motyl-plzen.cz/l/jak-se-pripravit-na-prirozeny-prechod-ditete-z-ms-do-zs/>.

6. – 10. října (pondělí - pátek)

DNY DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ 2025

Ledovec, z.s. pořádá ve dnech 6. – 10. října Dny duševního zdraví v Moving Stationu na Jižáku – Koperníkova 56, Plzeň. Program pro veřejnost je prakticky každé odpoledne a večer (viz. příloha tohoto přehledu).

6. října, 13. října, 20. října, 27. října (pondělí)

MŠE SVATÁ

Pozvánka na mši svatou pro klienty Domova sv. Aloise a veřejnost, která se koná každé pondělí od 14:45 hod. Vstupné zdarma. Akce se koná v Domově sv. Aloise, Hradištěská 30, Plzeň – Slovany.

8. října 18 – 19 hod. (středa)

RELAXACE: TERAPIE 6 ZVUKŮ

Terapeutická linka Sluchátko, z.ú. Vás zve na webinář zaměřený na relaxaci a její význam pro zdraví a duševní pohodu. Dozvíte se, proč je relaxace důležitá, jaké jsou její základní podmínky, a vyzkoušíte si praktické techniky, které můžete snadno zařadit do každodenního života. Součástí programu bude nácvik správného dechu pro zvukovou relaxaci a také praktická ukázka Terapie šesti zvuků – tradiční techniky podporující vnitřní rovnováhu a klid. Webinářem Vás provede RSDr. Jan Vavříčka. Lektor se dlouhodobě ve své praxi zabývá nácvikem relaxací, uplatňuje metody zvládání a překonávání stresu. Webinář je zdarma a je určený pro širokou veřejnost. Je nutná registrace vyplněním registračního formuláře na následujícím odkazu: [Relaxace: Terapie 6 zvuků | Linka Sluchátko](#)

15. října (středa)

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ DUŠEVNÍHO SERVISU!

Jste srdečně zváni na komunitní den plný klidu, sdílení a setkávání, připravený DušeVním servisem, který poskytuje své služby pod hlavičkou Ordinaria z.s.. Můžete se setkat s poradci, nahlédnout do prostor, seznámit se s jejich činností a zažít jak fungují. Dozvíte se, co vše nabízejí: pro jednotlivce, rodiny nebo školy a firmy. Na dvoře bude prskat oheň, přichystají něco dobrého k opečení pro masožravce i vegetariány. Pro děti i dospělé bude připraven program, který propojí hravost, odpočinek a možnost na chvíli zpomalit. Akce probíhá od 15 do 18 hodin na adrese DušeVní servis, Lidická 6/474, Plzeň.

16. října (čtvrtek)

TANEČNÍ VEČERY PRO HANDICAPOVANÉ

Spolek Tak pojd' s náma stále pokračuje ve svých tanečních večerech, kde Vás každý měsíc jejich taneční mistři naučí nějaký nový tanec nebo jeho část. Proto přijďte a můžete si vyzkoušet, jak jste na tom v tanečních krocích i Vy. Taneční večer se koná od 16 hodin v restauraci Ěčko (Guldenerova 17, Plzeň). Nutná rezervace míst na e-mailu: takpojd'snama@seznam.cz, nejpozději dva dny před konáním akce. Vstupné zdarma. Akce je určena pro lidi s handicapem, jejich kamarády a rodinné příslušníky.

19. října (neděle)

DOBROČINNÝ BAZÁREK

Tato akce se koná v Salesiánském středisku mládeže v Plzni – Lobzích. Příjem oblečení je v pátek 17. října od 15 do 18 hodin a samotný dobročinný bazárek probíhá v neděli 19. října od 10 do 14:30 hodin. Výtěžek bazárku půjde na podporu práce s dětmi a mládeží.

24. října (pátek)

TANEČNÍ VEČER PRO DŘÍVE NAROZENÉ

Statutární město Plzeň zastoupené Odborem sociálních služeb Magistrátu města Plzně Vás zve na Taneční večer pro dříve narozené, který se koná v malém sále Měšťanské besedy od 18 hodin. Akce se koná pod záštitou Ing. Jiřího Šrámka, radního pro oblast sociálních věcí a aktivního života seniorů. Hrát bude kapela Plzeňské duo. Vstupné zdarma.