



PORADENSKÁ ČINNOST  
PRO RODINY PEČUJÍCÍ O ZDRAVOTNĚ HENDIKEPOVANÉ, JEJICH PŘÍBUZNÉ  
A DALŠÍ ZÁJEMCE

# CESTA

ZVEME VÁS NA SKUPINOVÁ SETKÁNÍ

Program na únor 2026

**Pátek 6. 2. 2026**

- Relaxační cvičení - povede Iveta Poborská
- Arteterapie - povede arteterapeutka Irena Kohoutová
- Individuální arteterapeutické tvoření, představení jednotlivých prací, zpětná vazba
- Diskuze, sdílení

**Pátek 13. 2. 2026**

- Relaxační cvičení - povede Iveta Poborská
- Zdravý životní styl (práce ve skupinách)- pokračování
- Představení výstupů jednotlivých pracovních skupin - diskuze
- Sdílení

**Pátek 20. 2. 2026**

- Relaxační cvičení - povede Iveta Poborská
- Společné řešení aktuálních problémů účastníků (výměna zkušeností)
- Příprava jarního bazárku (termín, logistika, návrhy účastníků)
- Sdílení