



Týdny  
pro duševní  
zdraví

10. září – 10. říjen

 **Annabell**

### Karlínské dny duševního zdraví

Karlínský den pro duševní zdraví je neziskovou akcí, kde si můžete zdarma vyzkoušet různé workshopy a poslechnout moderované diskuze s odborníky. Letošního ročníku se účastní i organizace...

**ne 10. 9.**

11:00 - 18:00

Praha 8, Karlínské náměstí  
jiná akce



**dům tří  
přání**

Vracíme dětem  
barvy do života.

### Karlínské dny duševního zdraví

Karlínský den pro duševní zdraví je neziskovou akcí, kde si můžete zdarma vyzkoušet workshopy a poslechnout moderované diskuze s odborníky. Letošního ročníku se účastní znovu i Dům tří...

**ne 10. 9.**

11:00-18:00

Karlín, Karlínské náměstí 8  
jiná akce



### PLSTĚNÍ - kreativní workshop Komunitního centra Dílna

Srdečně zveme všechny tvořivé nadšence na workshop PLSTĚNÍ, který na 3. ročníku Karlínského dne pro duševní zdraví povedou lektoři Komunitního centra Dílna. Přijďte si vyrobit krásnou drobnost z...

**ne 10. 9.**

11:00 - 18:00

Praha - Karlín, Karlínské náměstí  
jiná akce



### DOSTUDUJ.FIT na Karlínském dni pro duševní zdraví

Ani na třetím ročníku úspěšné akce Karlínský den pro duševní zdraví nebude chybět Fokus Praha, a to s programem Dostuduj.fit, který podporuje studenty v psychické krizi a nepohodě. U našeho stánku...

**ne 10. 9.**

11:00 - 18:00

Praha 8 - Karlín, Karlínské  
náměstí  
jiná akce



### Překročme hranice - týden sociálních, zdravotních a dalších návazných služeb

Prezentace poskytovatelů sociálních a návazných služeb, doprovodný program.

**ne 10. 9.**

13.00-17:00

Kyjov, Strážovská 1247/22  
dny otevřených dveří

Pořádáno v rámci festivalu  
**(Ne)blázní, 23**  
Turnove!

### **Křehká duše umělcova**

Talent, jedinečnost, genialita – dar, nebo prokletí? Proč mají umělci větší sklony k depresím? A kteří z nich svým démonům nakonec podlehli? Beseda s Karolínou Zoe Meixnerovou a Markem Blažíčkem.

**po 11. 9.**

13:00

Turnov, Skálova 2336  
diskuze/beseda

### **Festival duševního zdraví v Náručí**

Pojďme společně mluvit o duševním zdraví. Jsme komunitní tým na Praze-západ a letos jsme se rozhodli uspořádat třídenní Festival duševního zdraví. Nabízíme vám tak unikátní program vedený...

**po 11. 9.-st 13. 9.**

Řevnice, Pod lipami u řevnického nádraží  
happening

### **Vernisáž výstavy tvorby lidí s duševním onemocněním s Pjér la Šé'zem**

Přijďte se seznámit s pestrou tvorbou lidí s duševním onemocněním v unikátním prostoru bývalého skladu Dřevák, hostem vernisáže je psycholog a psychoterapeut Pjér la Šé'z, který výstavu zahájí...

**po 11. 9.**

16:30 - 18:00

Řevnice, Pod Lipami ( u nádraží  
Řevnice)  
výstava

### **Egon a Honza**

Egon a Honza. Honza a Egon. Dvě nezkrotné duše, které se celý život milovaly, ač si nikdy nepatřily. Divadelní beseda o lásce, zbabělosti a literatuře.

**po 11. 9.**

18:00

Turnov, Skálova 2336  
divadlo

### **Příběhy o šílené duši s Divadlem Psycheche**

Zveme vás na představení integračního souboru Divadla Psycheche v nezapomenutelném prostoru bývalého skladu. Příběhy o šílené duši je integrační divadelní inscenace o duši a z duše. Jedná se o...

**po 11. 9.**

18:00

Řevnice, Pod Lipami u  
řevnického nádraží  
divadlo

### **Další úhel pohledu na zkušenost s traumatem**

Tomáš Paprštejn zažil v dětství sexuální zneužívání, manipulaci a citové vydírání. Svým příběhem chce pomáhat k tomu, aby se to už nikomu nestalo. Svým vyprávěním přiblíží základní...

**út 12. 9.**

9:00

Turnov, Skálova 2336  
diskuze/beseda



**Baobab slaví 26 let**  
organizace pomáhající lidem

**den otevřených dveří 12. 9. 2023**

**od 10:00**  
 10:00 - 10:15: Vítejte u nás  
 10:15 - 10:45: Přednáška: Baobab jako zdroj vitamínů a minerálů  
 10:45 - 11:15: Přednáška: Baobab jako zdroj vitamínů a minerálů  
 11:15 - 11:45: Přednáška: Baobab jako zdroj vitamínů a minerálů  
 11:45 - 12:00: Přednáška: Baobab jako zdroj vitamínů a minerálů  
 12:00 - 12:15: Přednáška: Baobab jako zdroj vitamínů a minerálů  
 12:15 - 12:30: Přednáška: Baobab jako zdroj vitamínů a minerálů

**12. 9. 2023**  
 10:00 - 14:00

**12. 9. 2023**  
 10:00 - 14:00

**12. 9. 2023**  
 10:00 - 14:00

**12. 9. 2023**  
 10:00 - 14:00



## Den otevřených dveří a oslava 26. narozenin Baobab

Vážení a milí,

srdečně vás zveme k nám do Baobabu na den otevřených dveří a oslavu narozenin naší organizace. Akce proběhne v úterý 12. 9. 2023 v sídle naší organizace na adrese...

**út 12. 9.**

10:00-14:00  
 Praha 4, Pujmanové 1219/8  
 dny otevřených dveří

**NÁRUČ**  
 Centrum sociální rehabilitace  
 zve na  
**Kulatý stůl**  
**Zaměstnání jako cesta k zotavení**

Panelská diskuse o možnosti zaměstnávání lidí s duševním onemocněním. Místo: Sklad 15, Dřevicko, Pod Lipami, inženýrské město

**12. září 2023 od 10 do 12 hodin**

**Účastníci panelové diskuse:**

**Dr. T. Tamasová** - ředitelka, Terezijské pracoviště pro duševně nemocné, Ústav pro zdravotní služby pro duševně nemocné  
**Bc. Jitka Hrbáčková** - úřednice, Úřad práce, Úřad práce, Úřad práce  
**Mgr. Miroslav Hájek** - ředitel, Úřad práce, Úřad práce  
**Mgr. Dana Šnajdrová** - ředitelka, Úřad práce, Úřad práce  
**Mgr. Dana Šnajdrová** - ředitelka, Úřad práce, Úřad práce  
**Mgr. Dana Šnajdrová** - ředitelka, Úřad práce, Úřad práce

**Program a přehledná tabulka:**



## Kulatý stůl na téma Zaměstnávání jako cesta k zotavení

Zveme k diskusi o tom, jaké jsou možnosti v oblasti zaměstnávání lidí s duševním onemocněním, připravili jsme setkání u kulatého stolu v rámci Festivalu duševního zdraví pořádaného spolkem Náruč...

**út 12. 9.**

10:00 - 12:00  
 Řevnice, Pod Lipami u řevnického nádraží  
 konference

**\* Veletrh sociálních služeb**



## Fokus Praha na Veletrhu sociálních služeb v Benešově

Přijďte na Veletrh sociálních služeb v Benešově a zastavte se u stánku Fokusu Praha. Seznámíte se nejen s tím, co nabízí lidem s duševním onemocněním Komunitní tým v Benešově, ale také s...

**út 12. 9.**

11:00 - 16:00  
 Benešov, Masarykovo nám.  
 jiná akce

Spolufinancováno Evropskou unií  
 Kraj Vysočina

**FOKUS VYSOČINA** pořádá  
**TÝDNY PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ**

"Duše v bezpečí"

**12.9.2023 / 11:00 - 15:00**  
 Náměstí TGM Chotěboř

Program zaměřený na téma  
**DUŠE V BEZPEČÍ**

**WORKSHOPY** Nepanikař  
**BESEDY** Progress Rescue

Centrum primární prevence - Spektrum  
 Taneční skupina Chotě Crew  
**HUDEBNÍ VYSTOUPENÍ HIGH FIVE**



## Týdny duševního zdraví Chotěboř

FOKUS Vysočina letos uspořádá Týdny duševního zdraví už po jednatřicáté. Téma letošních TDZ v Chotěboři je Duše v bezpečí. K tomuto tématu se také budou na náměstí TGM vázat workshopy, besedy a...

**út 12. 9.**

11:00 - 15:00  
 náměstí TGM  
 happening



## JDI A NAJDI SE. NIC JINÉHO TI NEZBÝVÁ...

Společné sdílení toho, co nás vede vydat se na cesty. Zváni jsou všichni, kteří někdy uslyšeli volání cest.

**út 12. 9.**  
14,00 hodin  
Skuteč, Tyršova 389  
diskuze/beseda



## Fokus Praha na Dni zdraví a sociálních služeb Prahy 8

Srdečně zveme všechny návštěvníky Dne zdraví a sociálních služeb ke stánku Fokusu Praha a Centra duševního zdraví pro Prahu 8. Představíme vám naše služby, které poskytujeme lidem se závažnými...

**út 12. 9.**  
14:00 - 18:00  
Praha 8, Lodžská  
jiná akce

## PSYMLÁTOR na Dni zdraví a sociálních služeb Prahy 8

Psymulátor je zážitkový stan, který Green Doors vytvořilo ve spolupráci se svými klienty za účelem osvěty duševního zdraví. Jde o interaktivní prostor, kde na návštěvníka působí vizuální...

**út 12. 9.**  
14:00 - 18:00  
Praha 8, Lodžská  
jiná akce



## Když si blízký vezme život: beseda a pochod

Proč to udělal? Mohl jsem tomu zabránit? Jak to říct dětem a přátelům? Kdo mi pomůže a komu se raději vyhnout? Proč si na život sáhnou i děti, může být sebevražda dědičná?

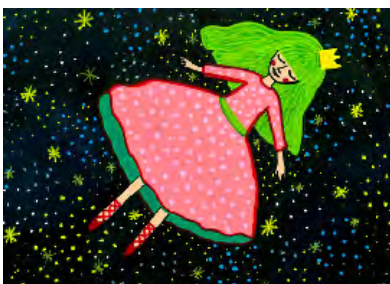
**út 12. 9.**  
17:00  
Praha 7, Františka Křížka 460  
diskuze/beseda

Pří...

## Vernisáž výstavy JE OK BÝT VÍLA?

Srdečně vás zveme na vernisáž výstavy JE OK BÝT VÍLA? autorky Anny Valouškové, ilustrátorky knihy Na antidepresivech o antidepresivech, kterou vydává Fokus Praha. Vernisáž se koná od 18:00 v...

**út 12. 9.**  
18:00  
Praha 1, Týnská 6 Praha 1  
výstava



Pořádáno v rámci festivalu  
**(Ne)blázní, 23**  
Turnove!

### Jak na to vše nebýt sama

Beseda s psychologkou, terapeutkou a doulou Ivou Klímovou.

Mateřství je období, na které se mnoho žen těší. Není však vždy jen plné radosti a pohody, ale může ho provázet také únava, pochybnosti...

**st 13. 9.**

10:30

Turnov, Skálava 540  
diskuze/beseda



**VÝMĚŇÁK**  
BLEŠÁK A FESTÁK

STŘEDA 13. 9. 2023 od 15 hodin  
CAFÉ ROBINSON, Mladých 325, Pardubice

Vystoupí kapela **WIKLO VOZOVNA** a kapela **Ruari**  
V kavárně bude probíhat výstava **PŘIBĚHY DUŠE**  
Centrum duševního zdraví pořádá besedu  
"Nějme v řím stní!"  
Hlavním cílem besedy je ukázat, že žít duševním onemocněním in náložní

Malování na obličeje • Dobří bublifuk • Stánky s prodejem  
Přesahující beseda s výstavou a koncertem v rámci festivalu (Ne)blázní, 23. Turnov, Skálava 540. Vstupné zdarma. Více informací na www.centrumdusevnizdravi.cz

VÝMĚŇÁK • 100% • 100% • 100%

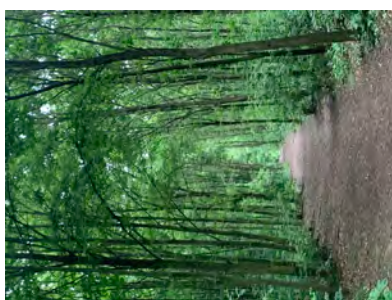
### Výměňák blešák a festák

V rámci festivalu a blešího trhu Výměňák se můžete těšit na vystoupení Bódi a Skaldy z kapely Dukla Vozovna, kapely Ruari, v prostorách kavárny bude probíhat výstava PŘIBĚHY DUŠE fotografky Anny...

**st 13. 9.**

15:00-20:00

Pardubice, Mladých 325  
hudební akce



### Workshop Lesní myslí Praha

Workshop nabídne jednoduché nástroje z finského konceptu Lesní mysl, které slouží k péči o své duševní i fyzické zdraví a podpoře odolnosti. Po úvodu a seznámení si v terénu (lese) vyzkoušíme...

**st 13. 9., st 20. 9.**

Praha 6, Obora Hvězda  
workshop



**NARUČ**  
Národní sociální rehabilitační centrum  
**Duševní zdraví dětí, dospívajících a jejich blízkých**

Provozováno Největšími odborníky v České republice  
Sklad 13/Dřevák  
Pod Lipami, nádraží Řevnice  
**13. září 2023**

**Nevypuště duši**  
Workshop určený odborníkům, rodičům a blízkým osobám

**16:00 Jak pečovat o dětské duševní zdraví?**  
Máte pocit, že vaše dítě nebo mladý člověk z vašeho okolí potřebuje psychickou pomoc? Chcete mu ji poskytnout, ale nevíte jak a bojíte se, že zvolíte nevhodná slova a zároveň máte strach z...

Pro více informací kontaktujte:  
E-mail: naruc@nrc.cz | Telefon: 252 331 111 | Adresa: Sklad 13, Dřevák

### Jak pečovat o dětské duševní zdraví s lektory z Nevypuště duši

Máte pocit, že vaše dítě nebo mladý člověk z vašeho okolí potřebuje psychickou pomoc? Chcete mu ji poskytnout, ale nevíte jak a bojíte se, že zvolíte nevhodná slova a zároveň máte strach z...

**st 13. 9.**

16:00-18:00

Řevnice, Pod Lipami u  
řevnického nádraží  
workshop



## RESPEKT K JINAKOSTI

Akce s názvem RESPEKT K JINAKOSTI má představit veřejnosti fyzické a duševní odlišnosti, se kterými se v dnešní době potýkáme. Každý člověk má právo na důstojnost a respekt, bez ohledu na svůj...

**st 13. 9.**

16:00- seminář MOJE TĚLO JE MOJE, 19:00- hudební koncert Říčany, Tyrše a Fügnera 105/7 happening



## Nejsme v tom sami

Hlavním cílem besedy „Nejsme v tom sami“ je ukázat, že život duševním onemocněním nekončí, i když pro rodinné příslušníky přináší novou a často obtížnou zkušenost. Rodinní příslušníci...

**st 13. 9.**

17:00  
Pardubice, Bělehradská 389  
diskuze/beseda



## Veletrh sociálních a návazných služeb

Prezentace poskytovatelů sociálních a návazných služeb Kyjovska, trénink paměti, doprovodný program.

**čt 14. 9.**

9:30-16:00  
Kyjov, Masarykovo nám. 30  
happening



## Dny otevřených dveří v Amice

Informace o službě \* malé občerstvení z kuchyně našich klientů\*možnost vyrobit si práníčko, svíčku, nebo jiné handmade výrobky. Od 14:30 do 16.30 možnost konzultace s rodinným terapeutem/psychologem.

**čt 14. 9., út 26. 9.**

Valašské Meziříčí, Příční 523  
dny otevřených dveří



### Týdny duševního zdraví Pelhřimov

Týdny duševního zdraví (TDZ) přibližují veřejnosti téma duševních onemocnění a destigmatizaci. FOKUS Vysočina letos uspořádá TDZ už po jednatřicáté. Téma letošních TDZ v Pelhřimově je Duše v...

**čt 14. 9.**

10:00 - 16:00  
Pelhřimov, městské sady  
happening

### 20. výročí Domu Přemysla Pittra pro děti

14. září 2023 pořádá Dům tří přání k 20. výročí otevření pobytové služby v Domě Přemysla Pittra - ZAHRADNÍ SLAVNOST, jejímž cílem je představit širší veřejnosti atraktivní formou novou...

**čt 14. 9.**

14:00-19:00  
Praha-Ruzyně, Karlovarská  
337/18  
jiná akce

### Sebepoškozování a duševní obtíže mladistvých

Kulatý stůl má podpořit hlavně rodiče, kteří u svých dětí sebepoškozování aktuálně řeší. Co k tomu naše děti vede? Jak s nimi mluvit? Jak ošetřit sebe jako rodiče? Kde hledat pomoc? Zapojte se do...

**čt 14. 9.**

17:00  
Turnov, Skálova 2336  
diskuze/beseda

### Týdny pro duševní zdraví na Mariánském náměstí

Přijďte přímo na Mariánské náměstí podívat se na výstavu s příběhy lidí, kterým do života vstoupilo vážné duševní onemocnění a která zve do STUDIA DUŠE. Nebo na open air koncert pro duševní...

**čt 14. 9., po 18. 9.-út 19. 9.,  
čt 21. 9.**

Praha 1, Mariánské náměstí,  
Mariánské náměstí  
jiná akce

### JE OK NEBÝT OK - open air koncert pro duševní zdraví

Pro všechny, kterým není lhostejné jejich duševní zdraví a kteří mají odvahu říct JE OK NEBÝT OK. Přijďte si s námi užít podvečer s party hudbou, kde zahraje PRAGO UNION a něco něco. Centrum Prahy...

**čt 14. 9.**

18:00 - 20:30  
Praha 1, Mariánské nám.  
hudební akce



Pořádáno v rámci festivalu  
**(Ne)blázní, 23  
Turnove!**

### Den otevřených dveří

Den otevřených dveří FOKUS a přilehlých sportovišť se širokou nabídkou sportovních aktivit a her pro děti i dospělé (ve spolupráci s TJ Turnov a Centrem pro rodinu Náruč)

**pá 15. 9.**

9:00 - 17:00

Turnov, Skálova 2336  
dny otevřených dveří

**POHUS Vysočina** pořádá  
**TÝDNY PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ**  
"Duše v bezpečí"

**15.9.2023 / 9:00 - 13:00**  
Sportovní hala ZŠ Resslova, Hlinsko

FOTBALOVÝ TURNAJ LIDÍ SE ZKUŠENOSTÍ  
S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM  
SE ŽÁKY A STUDENTY MÍSTNÍCH ŠKOL

WORKSHOPY NA TÉMA "DUŠE V BEZPEČÍ"

VIRTUÁLNÍ BRÝLE - PSYCHOBUDKA

OBČERSTVENÍ ZAJIŠTĚNO

### Týdny duševního zdraví Hlinsko

Týdny duševního zdraví (TDZ) přibližují veřejnosti téma duševních onemocnění a destigmatizaci. FOKUS Vysočina letos uspořádá TDZ už po jednatřicáté. V Hlinsku se pro velký úspěch uspořádá i...

**pá 15. 9.**

9:00 - 13:00

Hlinsko, Resslova 603  
sportovní akce

Pořádáno v rámci festivalu  
**(Ne)blázní, 23  
Turnove!**

### Zahradní slavnost

9:00 - Jóga na terase

9:45, 10:00, 10:15 - Starty běžeckých závodů v maskách

11:00 - O Šípkové Růžence

13:00 - Prodýchni se do pohody

15:00 - Jóga smíchu

16:30 - ...

**so 16. 9.**

9:00 - 22:00

Turnov, Skálova 2336  
jiná akce



### Sociální izolace mladistvých / hikikomori

Jak může dojít k sociální izolaci - Hikikomori, tj. dlouhodobému vyhýbání se lidem, nevycházení? Základní symptomy, příčiny a hlavně "jak se z toho dostat ven." Osobní příběh...

**po 18. 9.**

16:00

Rokycany, Jiráskova 481  
diskuze/beseda



### Premiéra dokumentu "Eliška" a beseda

Duševní zdraví v předivě vztahů někdy vzkvétá a někdy naopak trpí. Pojďte se s námi podívat na příběh Elišky, ve kterém hraje hlavní roli láska, která se stala spouštěčem duševní nemoci, jejím...

**po 18. 9.**

18:00 - 19:30

Praha 1, Mariánské nám. 1  
jiná akce





### **Centrum duševního zdraví pro Prahu 9 na Dni zdraví**

Centrum duševního zdraví pro Prahu 9 představí svoje služby na Dni zdraví polikliniky Prosek, kde sídlíme. Zastavte se u stánku Centra a seznámte se s jeho službami i s týmem, který nabízí podporu lidem S...

**út 19. 9.**  
9:00 - 16:00  
Prosek, Lovosická 440  
jiná akce



### **Den otevřených dveří centra duševního zdraví v Náchodě**

Využijte příležitost se s námi potkat a dozvědět se o tom, jak je možné podporovat osoby, kterým do života vstoupilo duševní onemocnění.

**út 19. 9.**  
10:00 až 19:00  
Náchod, Tyršova 59  
dny otevřených dveří

Co se bude dít?

Mezi 10:00 a 17:00...

### **ZOTAVIT SE MUSÍŠ I TY**

Lektorky - Dana Chrtková a Markéta Vítková Vás seznámí s konceptem Zotavení, který je posílil v převzetí života do vlastních rukou, budou Vás inspirovat vlastním příkladem a prožitými zkušenostmi...

**út 19. 9.**  
13,00 hodin  
Skuteč, Tyršova 389  
přednáška



### **Dožínky duševní pohody**

Na nádvoří a v parkánové zahradě historické budovy na Wurmově ulici se uskuteční 19. září již třetí ročník akce Dožínky duševní pohody. Návštěvníci se mohou těšit na koncerty, trhy...

**út 19. 9.**  
14 - 21  
Olomouc, Wurmová 7  
jiná akce

**DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ  
NA PSYCHIATRICKÉ KLINICE  
FAKULTNÍ NEMOCNICE HK**  
úterý 19. 9. 2023 od 15 hodin




**PROGRAM:**  
15:00  
Prof. MUDr. Jiří Masopust, Ph.D.  
Úvodní slovo

**16:00-16:45**  
Prof. MUDr. Irena Jandová, Ph.D.  
II. příloha: úvodní slovo a pomoc, přednáška

**16:45-18:15**  
Přednáška

**16:15-16:45**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**17:15-17:45**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**18:15-18:45**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**19:00-19:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**19:30-20:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**20:00-20:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**20:30-21:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**21:00-21:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**21:30-22:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**22:00-22:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**22:30-23:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**23:00-23:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**23:30-24:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**24:00-24:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**24:30-25:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**25:00-25:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**25:30-26:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**26:00-26:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**26:30-27:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**27:00-27:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**27:30-28:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**28:00-28:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**28:30-29:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**29:00-29:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**29:30-30:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**30:00-30:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**30:30-31:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**31:00-31:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**31:30-32:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**32:00-32:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**32:30-33:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**33:00-33:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**33:30-34:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**34:00-34:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**34:30-35:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**35:00-35:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**35:30-36:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**36:00-36:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**36:30-37:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**37:00-37:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**37:30-38:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**38:00-38:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**38:30-39:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**39:00-39:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**39:30-40:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**40:00-40:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**40:30-41:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**41:00-41:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**41:30-42:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**42:00-42:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**42:30-43:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**43:00-43:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**43:30-44:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**44:00-44:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**44:30-45:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**45:00-45:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**45:30-46:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**46:00-46:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**46:30-47:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**47:00-47:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**47:30-48:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**48:00-48:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**48:30-49:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**49:00-49:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**49:30-50:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**50:00-50:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**50:30-51:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**51:00-51:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**51:30-52:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**52:00-52:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**52:30-53:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**53:00-53:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**53:30-54:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**54:00-54:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**54:30-55:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**55:00-55:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**55:30-56:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**56:00-56:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**56:30-57:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**57:00-57:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**57:30-58:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**58:00-58:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**58:30-59:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**59:00-59:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**59:30-60:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**60:00-60:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**60:30-61:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**61:00-61:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**61:30-62:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**62:00-62:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**62:30-63:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**63:00-63:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**63:30-64:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**64:00-64:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**64:30-65:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**65:00-65:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**65:30-66:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**66:00-66:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**66:30-67:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**67:00-67:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**67:30-68:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**68:00-68:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**68:30-69:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**69:00-69:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**69:30-70:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**70:00-70:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**70:30-71:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**71:00-71:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**71:30-72:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**72:00-72:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**72:30-73:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**73:00-73:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**73:30-74:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**74:00-74:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**74:30-75:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**75:00-75:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**75:30-76:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**76:00-76:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**76:30-77:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**77:00-77:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**77:30-78:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**78:00-78:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**78:30-79:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**79:00-79:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**79:30-80:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**80:00-80:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**80:30-81:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**81:00-81:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**81:30-82:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**82:00-82:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**82:30-83:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**83:00-83:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**83:30-84:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**84:00-84:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**84:30-85:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**85:00-85:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**85:30-86:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**86:00-86:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**86:30-87:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**87:00-87:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**87:30-88:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**88:00-88:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**88:30-89:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**89:00-89:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**89:30-90:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**90:00-90:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**90:30-91:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**91:00-91:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**91:30-92:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**92:00-92:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**92:30-93:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**93:00-93:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**93:30-94:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**94:00-94:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**94:30-95:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**95:00-95:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**95:30-96:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**96:00-96:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**96:30-97:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**97:00-97:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**97:30-98:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**98:00-98:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**98:30-99:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**99:00-99:30**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**99:30-100:00**  
Přednáška: úvodní slovo a pomoc

**Den otevřených dveří na  
Psychiatrické klinice Fakultní  
nemocnice Hradec Králové**  
Nenechte si ujít program Dne  
otevřených dveří na Psychiatrické  
klinice FNHK.

**út 19. 9.**  
15:00  
Hradec Králové, Sokolská 581  
581  
dny otevřených dveří

Úvodním slovem Vás v 15 hodin  
přivítá prof. MUDr. Jiří Masopust,  
Ph.D. a na něj naváže prof. MUDr.  
Ladislav...



**Co nám duševní nemoc blízkého  
vzala a dala**

„Beseda s manželi Okáčovými-  
společný života jeho úskalí z pohledu  
člověka s vlastní zkušeností s duševní  
nemocí a také ze strany jeho blízké  
osoby.“

**út 19. 9.**  
17  
Rožnov pod Radhoštěm,  
Chodská 534  
diskuze/beseda

**Na antidepresivách  
o antidepresivách**

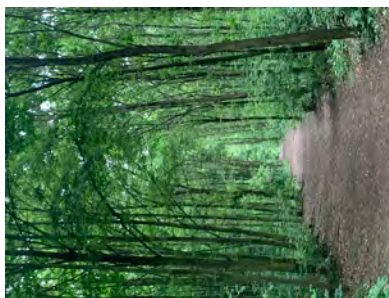


**10 + 1 rozhovorů**  
Kateřiny Kudláčové

**O antidepresivách - Beseda  
a křest knihy**

Srdečně zveme všechny, které  
zajímá, jaké to je, žít s antidepresivy i  
bez nich. Ve spolupráci s Městskou  
knihovnou Praha pořádáme besedu k  
tomuto tématu s odborníky i s lidmi,  
kteří mají s...

**út 19. 9.**  
18:00 - 19:30  
Praha 1, Mariánské náměstí 1  
diskuze/beseda



**Workshop Lesní mysli II - Praha**

Workshop nabídne jednoduché  
nástroje z finského konceptu Lesní  
mysl, které slouží k péči o své  
duševní i fyzické zdraví a podpoře  
odolnosti. Po úvodu a seznámení si v  
terénu (lese) vyzkoušíme...

**st 20. 9.**  
16:30 - 18:30  
Praha 6, obora Hvězda  
workshop



### Hospodský duše-kvíz

Hospodským duše-kvízu se soutěží hravým způsobem dozví fakta o duševním zdraví, péči o něj, o mýtech vztahujících se k duševní nemocem. Jednotlivé družstvo tvoří max. 5 členů na první tři...

**st 20. 9.**

18:00 - 20:00  
Hradec Králové, Náměstí 5.  
května 835  
jiná akce



### Premiéra dokumentu "Káťa" a beseda

Nahlédneme do života křehké ženy, která hledá své místo ve světě a čelí přitom záludným překážkám, které vytváří její vlastní duše. S balíkem diagnóz duševních nemocí se vypořádává...

**čt 21. 9.**

18:00 - 19:30  
Praha 1, Mariánské nám. 1  
jiná akce



### Přednáška nejen o jídle, dietě a hubnutí

Služba Domino zve širokou veřejnost na besedu s výživou poradkyní Nikolou Homolkovou. Přednáška zaměřená na zdravý životní styl se koná v rámci celorepublikové osvětové akce Týdny pro duševní...

**pá 22. 9.**

12:00-14:00  
Jizerská 281/4  
přednáška



### Workshop Lesní mysl - Zdechovice

Workshop nabídne jednoduché nástroje z finského konceptu Lesní mysl, které slouží k péči o své duševní i fyzické zdraví a podpoře odolnosti. Po úvodu a seznámení si v terénu (lese) vyzkoušíme...

**pá 22. 9.**

13:30 - 15:30  
Zámecký park, Zdechovice,  
Zámecký park, Zdechovice  
workshop



### Virtuální realita a beseda na téma duševní zdraví

Nakoukněte pod pokličku duševním onemocněním skrze zážitek a besedu s odborníky. Ve virtuální realitě můžete prožít film Goliath. Hlavnímu hrdinovi vstoupila do života schizofrenie a strávil mnoho...

**pá 22. 9.**

15:00 až 19:00  
Hradec Králové, Dukelská třída  
3/5  
jiná akce



### Uteč z kolony! vol. 2

Srdečně Vás zveme na 2. ročník benefičního běhu areálem Psychiatrické nemocnice Bohnice.

Délka trasy: 4 km, 6 km

Startovné: zaměstnanci PNB a pacienti zdarma, předprodej 400...

**so 23. 9.**

12:00 - 18:00

Praha 8 - Bohnice, Ústavní 249 sportovní akce



### Lesní mysl - Kutná Hora

Workshop nabídne jednoduché nástroje z finského konceptu Lesní mysl, které slouží k péči o své duševní i fyzické zdraví a podpoře odolnosti. Po úvodu a seznámení si v terénu (lese) vyzkoušíme...

**ne 24. 9.**

10 - 12

Kutná Hora, Sklenářův dolík, Kutná Hora workshop



### Sportem k duši- Duší k sportu.

Rádi byste pobyli na čerstvém vzduchu? Seznámili se s novými lidmi? Vyzkoušeli nové sporty? Máte jedinečnou možnost! Rádi bychom Vás pozvali na Sportovní odpoledne, které se bude konat v parku Pod...

**út 26. 9.**

13:00- 17:00

Praha 8, Pod Čimickým hájem 201 sportovní akce



### Neblázni, seznam se!

Chceš najít lásku, kamaráda, parťáka na výlet nebo třeba spolubydlícího? Tak přijď 26. září do Kina Kavalírka a začni se seznamovat. Zveme všechny, kteří si chtějí do života pustit novou duši...

**út 26. 9.**

15:00

Praha 5 - Smíchov, Plzeňská 2576/210 jiná akce

*S přítelem po boku není žádná cesta příliš dlouhá.*





### **Můj život se schizofrenií**

Jaký má dopad psychotické onemocnění na každodenní život člověka a s čím krom onemocnění musí ještě bojovat? Zazní osobní příběh a cesta za zotavením.

**út 26. 9.**

15:00

Domažlice, Pivovarská 10  
diskuze/beseda



### **Méně je někdy více**

„Léky, vitamíny a doplňky stravy. Jak se v nich vyznat, jak je racionálně užívat a brát pouze ty, které potřebujeme.“

**út 26. 9.**

17

Rožnov pod Radhoštěm,  
Chodská 534  
diskuze/beseda



### **Zaplavená duše**

Jaký je vnitřní svět člověka s duševní nemocí? Co pomáhá jeho zotavení? Agentura Pondělí vás zve na setkání s lidmi, kteří mají zkušenost s duševním onemocněním a vším, co k tomu patří...

**st 27. 9.**

10:00 odborná veřejnost, 14:00  
laická veřejnost, 16:30 vernisáž  
obrazů  
Rumburk, Hálkova 1140  
diskuze/beseda



### **DEJ ŠANCI BARVÁM ŽIVOTA**

V rámci TDZ můžete vidět i naši výstavu Barvy života, kterou tentokrát do Jablonce nad Nisou přiveze Fokus Liberec, obecně prospěšná společnost. K vidění bude přímo v Central Jablonec od odpoledne 27...

**st 27. 9.-po 9. 10.**

Jablonec nad Nisou, Komenského  
18  
výstava

### **Nejíst není řešení**

Zajímá vás téma poruchy příjmu potravy a chcete se o něm dozvědět více?

Tak navštivte 27.9. 2023 Kontaktní centrum Anabell Brno.

**st 27. 9.**

14:00 - 15:30

Brno, Masarykova 506/37  
diskuze/beseda

V rámci odpoledního programu vám budou...



EVROPSKÁ INSPIRACE V PÉČI O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ  
PŘÍKLADY ZAJÍMAVÉ PÉČE O LIDI S DUŠEVNÍM  
POTÍZEM V NORSKU A NIZOZEMÍ  
PŘEDNÁŠEJÍCÍ MGR. PETR SALAMON  
27. 9. 2023 V 16:00 HODIN

GAFFRI & KAVÁRNA SIBIL, HLAVNÍ TRŽDA, SÁDKOVY OSTRAVA PORUBA

Podpora: Město Písek, Město Blatná, Město Dobruška, Město Litomyšl, Město Písek, Město Třebíč, Město Vyškov, Město Znojmo, Město Brno, Město Olomouc, Město Brno, Město Olomouc, Město Brno, Město Olomouc

### Evropská inspirace v péči o duševní zdraví

Přednášející peer lektor ing. Petr Salamon bude přednášet na téma : EVROPSKÁ INSPIRACE V PÉČI O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ. Posluchačům přiblíží péči o lidi s duševní nemocí v Norsku a Nizozemí.

st 27. 9.  
16:00-17:00  
Ostrava-Poruba, Hlavní třída  
583/105  
přednáška

POZNEJ DUŠI  
SUŠICE  
2-10.10.2023

20.9.-10.10. 8:00-16:00 KREATIVNÍ DÍLNA - TVOŘENÍ PRO VŠECHNY  
CÍLE: SE VYKRETI POZNÁMKOVÝ BLOK, SEŠIT O DŮLEŽITÝCH MALÝ ŠPERKY  
PŘIJÍTE K NÁM DO SOCIÁLNĚ TERAPEUTICKÉ DÍLNY NA ADRESU: NUŽELICKÁ 60, SUŠICE

15.10. 16:00-18:00 OTUŽOVÁNÍ PŮSOBNÉ BLAHOUDRŽNĚ NEJEN NA TĚLO, ALE I NA DUŠI  
CÍLE: SE SEZNÁMÍ S NAŠÍM SOCIÁLNÍM SLEZEM V ZEMĚ, KAM JSME TĚM DŮLEŽITĚM DŮLEŽITĚ  
PŘIJÍTE NA NEJEDNĚ NABÍDKU 60 KRYVILNÍ MEZ. BOC. AŽ SUŠICE

15.10. 18:00-19:00 OTUŽOVÁNÍ PŮSOBNÉ BLAHOUDRŽNĚ NEJEN NA TĚLO, ALE I NA DUŠI  
CÍLE: SE VYKRETI POZNÁMKOVÝ BLOK, SEŠIT O DŮLEŽITÝCH MALÝ ŠPERKY  
PŘIJÍTE K NÁM DO SOCIÁLNĚ TERAPEUTICKÉ DÍLNY NA ADRESU: NUŽELICKÁ 60, SUŠICE

10.10. 17:30 PROMÍTÁNÍ FILMU PONDOR  
DĚLNÍ SUŠICE 65 MIN.  
OTUŽOVÁNÍ PŮSOBNÉ BLAHOUDRŽNĚ NEJEN NA TĚLO, ALE I NA DUŠI  
SVĚTĚ O TĚM VĚKOVĚ SPASKÁ POTRĚBA, K NI  
KTERÉ PONDOR DO STUDEKÝCH VOD PŘINESL VYSVOBODENÍ Z TRÁNNAT NIMLOSTI  
A UKAZAL CESTU K VĚDOMĚJŠÍMU PROŽÍVÁNÍ  
VSTUP VOLNÝ.

FOKUS PÍSEK, z.ú. [ PROMÍTEJTVY.CZ ]

### Poznej duši - kreativní dílna, tvoření pro všechny

Chcete si vyrobit poznámkový blok, sešit do školy nebo malý šperk? přijďte k nám do sociálně terapeutické dílny na adresu: Nuželická 60, SUŠICE.

po 2. 10.-pá 6. 10.

Nuželická 60  
dny otevřených dveří

CESTA KOLEM DUŠE  
MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK  
2.10.2023

VÝEM PRO ŽIVĚNÍ ŽIVIT SE DĚNEM 23 LET SVĚ CESTY SE STALY NEJEDNĚ MULTIVÝRODNOU  
OSMĚTOU KAPITOU V DĚTSKÉM PSYCHIATRII A DĚTSKÝM PSYCHIATRII SVĚTOVĚM V ČESKÉ REPUBLICE.

10:45 - 11:00 MUDr. VERONIKA ZAGATOVÁ KLADNĚ SLOVO  
DĚTSKÝ PSYCHIATR A DĚTSKÝ PSYCHIATR V PÍSEK, MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK

11:00 - 12:30 LUDĚK JAROSLAV  
DĚTSKÝ PSYCHIATR V PÍSEK, MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK

15:00 - 16:00 LUDĚK JAROSLAV KONCERT  
DĚTSKÝ PSYCHIATR V PÍSEK, MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK

18:00 - 20:00 JOSEF FORMÁNEK AUKČONKA ČITÁNÍ  
DĚTSKÝ PSYCHIATR V PÍSEK, MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK

20:00 - 21:00 AUTODIAGNOSTIKA  
DĚTSKÝ PSYCHIATR V PÍSEK, MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK

TĚŠÍME SE NA VÁS

FOKUS PÍSEK, z.ú. MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK, z.ú. MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK, z.ú. MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK, z.ú.

### Cesta kolem duše - přednáška dětského psychiatra

MUDr. Veronika Zagatová - dětský psychiatr k tématu: o duševním zdraví, o prevenci a podpoře ze strany odborníků.

po 2. 10.  
10:15-11:00  
Písek, Alšovo nám. 75/13  
přednáška

**CESTA KOLEM DUŠE**  
MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK  
2.10.2023

10:45 - 11:00 NÁRODNÍ VEČERKA JIHOČESKÝ FOLKOVÝ SLOVO  
11:00 - 12:30 LUBOŠ HRDLIČKA BESEDA  
15:00 - 16:00 LUBOŠ HRDLIČKA KONCERT  
18:00 - 20:00 JOSEF FORMÁNEK Autorská čtení

TĚŠÍME SE NA VÁS

FOKUS PÍSEK, z.ú. | MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK | MĚSTSKÝ ÚŘAD PÍSEK | CENTRUM KULTURY PÍSEK

**Cesta kolem duše - Luboš Hrdlička**

Beseda se skladatelem a Jihočeským folkovým muzikantem s vlastní zkušeností.

**po 2. 10.**  
11:00-12:30  
Písek, Alšovo nám. 75/13  
diskuze/beseda

Umet žít život s anxiétem

APLA JIŽNÍ ČECHY

**WEBINÁŘ Psychoterapeutická posilovna - okénko o stresu**

V rámci Týdnů pro duševní zdraví 2023 vydáváme nový Informační list, v pořadí již patnáctý, s názvem „Psychoterapeutická posilovna - okénko o stresu“. K přečtení v odkazu na našich...

**po 2. 10.**  
12:30-13:30

jiná akce

**CESTA KOLEM DUŠE**  
MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK  
2.10.2023

10:45 - 11:00 NÁRODNÍ VEČERKA JIHOČESKÝ FOLKOVÝ SLOVO  
11:00 - 12:30 LUBOŠ HRDLIČKA BESEDA  
15:00 - 16:00 LUBOŠ HRDLIČKA KONCERT  
18:00 - 20:00 JOSEF FORMÁNEK Autorská čtení

TĚŠÍME SE NA VÁS

FOKUS PÍSEK, z.ú. | MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK | MĚSTSKÝ ÚŘAD PÍSEK | CENTRUM KULTURY PÍSEK

**Cesta kolem duše - koncert Luboše Hrdličky**

Koncert Jihočeského folkového hudebníka Luboše Hrdličky.

**po 2. 10.**  
15:00-16:00  
Písek, Alšovo nám. 75/13  
hudební akce

**FOKUS I B E R F C**

Beseda Moje jméno není diagnóza

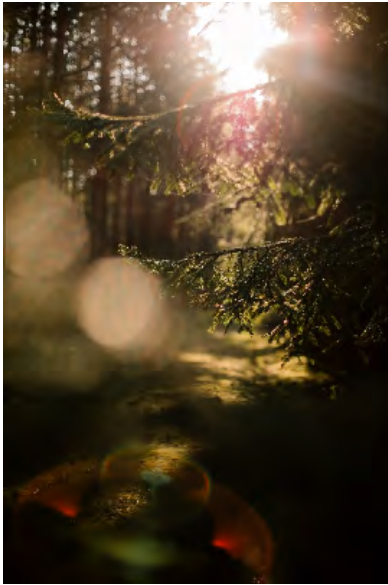
na lovinu

ROZVOJ ČLOVĚKA

**Moje jméno není diagnóza**

Strukturovaná beseda s lidmi se zkušeností s duševním onemocněním. Beseda představí cesty zotavení i problém stigmatizace, nabídne prostor k otázkám a diskuzi. Akce je určená pro každého, koho...

**po 2. 10.**  
15:00 - 17:00  
Jablonec nad Nisou, Emílie Floriánové 8  
diskuze/beseda



### Lesní mysl - Olomouc

Workshop nabídne jednoduché nástroje z finského konceptu Lesní mysl, které slouží k péči o své duševní i fyzické zdraví a podpoře odolnosti. Po úvodu a seznámení si v terénu (lese) vyzkoušíme...

**po 2. 10.**

16 - 18

Olomouc, Bezručovy sady,  
Olomouc  
workshop



### ANATOMIE DEPRESE

V rámci dokumentárního cyklu ŽIVOT ZA ZDÍ bude uveden doposud nejrozsáhlejší díl o vzniku, projevech a léčbě DEPRESE, v němž vystoupí čtrnáct předních odborníků z oblasti péče o duševní zdraví...

**po 2. 10.**

17:00

film/projekce

**CESTA KOLEM DUŠE**  
MĚSTSKÁ KNIHOVNA PÍSEK  
2.10.2023

**10:45 - 11:00** **NUDE** **ČEKALINA JAGROVA** **PROBÍRÁNÍ SLOV**  
11:00 - 12:30 **LUDSKÁ** **ROBOTA** **WOLTER**  
13:00 - 16:00 **LUDSKÁ** **ROBOTA** **KONCERT**  
18:00 - 20:00 **JOSEF FORMÁNEK** **AUTORSKÉ ČTENÍ**  
20:00 - 21:30 **AUTORSKÉ ČTENÍ**

**TĚŠÍME SE NA VÁS**

### Cesta kolem duše - Josef Formánek autorské čtení

Autorské čtení včetně autogramiády autora knih: Úsměvy smutných mužů, Dvě slova jako klíč aj. Povídání s Josefem Formánkem je plné krásných příběhů, fotografií, prožitků zahrnujících...

**po 2. 10.**

18:00 - 20:30

Písek, Alšovo nám. 75/13  
jiná akce

**"Propojování"**  
workshop  
sociálních a zdravotních služeb  
v oblasti péče o duševní zdraví

Mezí spolupracujícími zástupci multidisciplinárních týmů a specializačních pracovníků Múzejskoškolního kraje.  
Workshop je určen zdravotníkům a sociálním pracovníkům.

**GALERIE RUIB**  
Hlavní třída 533/105, 700 00  
Ostrava-Poruba

**ÚTERÝ 3.10. 2023**  
8:00 - 12:00

**OSTRAVA!!!**

### PROPOJOVÁNÍ sociálních a zdravotních služeb v oblasti péče o duševní zdraví

Workshop je určen sociálním a zdravotním pracovníkům, kteří se zabývají pomocí lidem se zkušeností s duševním onemocněním. Svě zkušenosti budou prezentovat zástupci multidisciplinárních týmů ...

**út 3. 10.**

8:00 - 12:00

Ostrava-Poruba, Hlavní třída  
533/105  
workshop





### Z duše

Sedmý ročník výstavy Z duše přibližuje široké veřejnosti témata spojená s duševním onemocněním. Na výstavě můžete shlédnout jak díla uživatelů služby následné péče Domino, tak díla...

út 3. 10.-ne 15. 10.

náměstí Přemysla Otakara II. 1/1  
výstava



### TERAPIE POHYBEM

Že je třeba starat se o duši i o tělo, jsme se většinou dozvěděli, až díky našim životním kotrmelcům. Existují techniky, které dokáží pracovat a uzdravovat obojí. Přijďte si vyzkoušet, jaký vliv...

út 3. 10.

15,00 hodin  
Skuteč, Tyršova 389  
workshop



### Sexualita a prevence sexuálního násilí na internetu

Přednáška je určena především pro rodiče, kteří se zajímají o duševní zdraví dětí. Jak s dětmi mluvit o sexu a sexualitě a jak je chránit před nástrahami v online prostředí, ale i...

út 3. 10.

16:00  
Rokycany, Jiráskova 481  
diskuze/beseda



### Výživou ke zdraví

„Role vlákniny ve stravě a při snižování váhy, jaké potraviny volit, jak je upravit, jak střevní mikrobiom ovlivňuje naše zdraví, rady, tipy a recepty.“

út 3. 10.

17  
Rožnov pod Radhoštěm,  
Chodská 534  
přednáška



### SETKÁNÍ BLÍZKÝCH lidí s duševním onemocněním

PÉČE O DRUHÉ: Co mi dává? Co mi bere?  
Zveme všechny, kteří mají ve své rodině nebo okolí člověka se zkušeností s duševním onemocněním a jakýmkoli způsobem ho podporují. Zveme ale také ty...

út 3. 10.

17.00  
Třinec, Revoluční 609  
diskuze/beseda



### Co je Vám, doktore? - Nástrahy lékařské profese a jak jim čelit

Doktořina je krásná a smysluplná profese. Ale také náročná. Každodenní setkávání s utrpením, velká zodpovědnost, nutnost rychlého rozhodování, noční služby, nezbytnost celoživotního...

út 3. 10.

18:00  
Hradec Králové, třída Karla IV.  
774  
přednáška



## Přihořívá, přihořívá - (vy)hoří! Beseda Nevyhasni

☐ Přihořívá, přihořívá – blížíme se svým pracovním cílům.  
☐ Odškrtnáváme jeden úkol za druhým a žijeme v neustálém pocitu “až”. Až dodělám projekt, až nám klient podepíše...

**út 3. 10.**  
18.00  
Praha 5, Radlická 180/50  
diskuze/beseda



## Producentké případovky na téma: Wellbeing a duševní zdraví v české audiovizí

Jak se v českých reklamních a filmových produkcích wellbeing prosazuje a může vůbec ve filmovém prostředí fungovat? Jak ovlivňuje snaha o dobré pracovní prostředí zakázky a jak s ní pracují...

**st 4. 10.**  
10:30 - 12:00  
Praha 8 - Florenc, Ke Štvanici 4  
diskuze/beseda



## Ozvěny duše - workshop na téma duševního zdraví

Zážitkový a interaktivní workshop aneb jak pečovat o své duševní zdraví, ukázka z preventivního programu Blázníš? no a!

**st 4. 10.**  
10:00 - 11:00  
Strakonice, Na Ohradě 417  
workshop



## Ozvěny duše - očima mámy

Vyprávění z pohledu mámy o psychickém onemocnění jejího syna  
Jak se psychické obtíže syna projevují? Jaké to pro ní, jako pro mámu je?

**st 4. 10.**  
11:00 - 12:00  
Strakonice, Na Ohradě 417  
diskuze/beseda

Co od ní potřebuje syn a co naopak potřebuje ona...

**OZVĚNY DUŠE**  
DDM STRAKONICE  
4.10.2023

TYTOU PŘIHLÍDEK ZEMAN SE BEHÁVÁ JAK... ITY SVĚT KOSTYMET STAVY NEANTISMI TU VARIANTOU  
OSVĚTOVACÍ KAMPANĚ O DUŠEVNÍM ZDRAVÍ A JEJICH S DUŠEVNÍM ZNEKMOŽENÍM V ČESKÉ REPUBLICE.

16:00 PETR „DĚMA“ ŠKABRADA KONCERT  
SPĚVÁ KRYTA HITA ZDRAVÍ ČIL KAPELY ZNEKMOŽENOST A PROJEKTU DĚMOPHOBIA.

**TĚŠÍME SE NA VÁS**

FOKUS PÍSEK, z.ú. DDM Strakonice

**OZVĚNY DUŠE**  
DDM STRAKONICE  
4.10.2023

TYTOU PŘIHLÍDEK ZEMAN SE BEHÁVÁ JAK... ITY SVĚT KOSTYMET STAVY NEANTISMI TU VARIANTOU  
OSVĚTOVACÍ KAMPANĚ O DUŠEVNÍM ZDRAVÍ A JEJICH S DUŠEVNÍM ZNEKMOŽENÍM V ČESKÉ REPUBLICE.

16:00 PETR „DĚMA“ ŠKABRADA KONCERT  
SPĚVÁ KRYTA HITA ZDRAVÍ ČIL KAPELY ZNEKMOŽENOST A PROJEKTU DĚMOPHOBIA.

**TĚŠÍME SE NA VÁS**

FOKUS PÍSEK, z.ú. DDM Strakonice

**SPIRÁLA**  
Ostrava

**Setkání spolu**

4. 10. 2023, 16:00-19:00h, Spirála Ostrava  
Beseda "Normální šílenství"

**Jste tady pro nás.**



## Ozvěny duše - slyšení hlasů, z.s.

Svépomocná skupina pro lidi se zkušeností s neobvyklým vnímáním reality. Předsedkyně skupiny Bc. Romana Stříbrná a další členové skupiny o přístupu: Ten kdo má zkušenost s odlišným...

**st 4. 10.**  
14:30 - 15:30  
Strakonice, Na Ohradě 417  
přednáška

## Ozvěny duše - Petr „Děma“ Škabrada

Koncert zpěváka, kytaristy, zakladatel kapely Zneuzectnost a projektu Démophobia.

**st 4. 10.**  
16:30 - 18:00  
Strakonice, Na Ohradě 417  
hudební akce

## Setkání Spolu

Srdečně vás zveme na besedu "Normální šílenství" s tématem duševního zdraví a nemoci se Spirálou Ostrava a našimi besedujícími z oborů psychiatrie a psychologie. Tradiční akce se bude konat...

**st 4. 10.**  
16:00-19:00h  
Ostrava-Zábřeh, nám. Slov. nár. povstání 2012  
diskuze/beseda

## Kvíz na hlavu

Již po druhé s námi můžete procvičit své mozkové závity nad zapeklitými otázkami s tematikou duševního zdraví a také znalosti o Ústí nad Orlicí. Přijďte, bude to zábava. Na nejlepší týmy...

**st 4. 10.**  
18:00-20:00  
Ústí nad Orlicí, Smetanova 470  
jiná akce



### Charitativní koncert Marie Tilšarová

Charitativní koncert písničkářky Marie Tilšarové, která má osobní zkušenost s duševním onemocněním  
<https://www.marietilsarova.cz/>

**st 4. 10.**  
20:00 - 22:00  
Hradec Králové, Náměstí 5.  
května 835  
hudební akce

**MRAZIVÝ FILM  
SUŠICE  
10.10.2023**

10.10. 17:30 PROMÍTÁNÍ FILMU PONDŘ  
KINO SUŠICE, 65 MIN.  
OTUŽOVÁNÍ PUSOBÍ BLAHODĚRNĚ NEJEN NA TĚLO, ALE I NA DUŠI  
SVĚ O TOM VÍ NIZOZEJSKÁ PČTÁPEČKA KIKI,  
KTERÉ PONDŘ DO STUDENYCH VOD PRINEŠE. VYSVOBČENÍ Z TRAJNAT  
ANILUSTI A UKÁŽAL CESTU K VĚDOUJĚŠNÍMU PROZIVÁNÍ.

**TĚŠÍME SE NA VÁS**

TOMY PRŮ DUŠEVNÍ ZDRAVÍ SE BĚHEM 30 LET SVOJÍ EXISTENCE STAVY NEJEMŮ MULTIMÉDIÁLNÍ  
OSVĚTOVÁ KAMPÁŇ K DUŠEVNÍ ZDRAVÍ A LIDSKÉ SPOLEČNÉ KVALITĚ V ČESKÉ REPUBLICE

FOKUS PÍSEK, z.ú. [PROMÍTEJTYCZ]

### DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ - SOCIÁLNĚ TERAPEUTICKÁ DÍLNA, SOCIÁLNÍ REHABILITACE

Chcete se seznámit s našimi službami? Zajímá Vás téma duševního zdraví?  
Přijďte na adresu: Nuželická 60, kdykoliv mezi 8:00 AŽ 16:00.

**čt 5. 10.**  
8:00 - 16:00  
Sušice, Nuželická 60  
dny otevřených dveří

**CEDR**  
Centrum duševní péče

**JAK PODPOŘIT SVÉ  
DUŠEVNÍ ZDRAVÍ  
NEJEN V TĚŽKÝCH  
ČASECH**

s psychologičkou  
Mgr. Lenkou Beranovou

ČTVRTEK 5. 10. 2023  
16:00  
MĚSTSKÁ KNIHOVNA  
ÚSTÍ NAD ORLÍCÍ

www.kniha.cz  
www.cedra.cz

**Týdny  
pro duševní  
zdraví**

### Jak podpořit své duševní zdraví nejen v těžkých časech

Beseda přináší prostor pro debatu o duševním zdraví a o tom, jak jej podpořit, jak v našem každodenním životě, tak i ve chvílích, kdy prožíváme nějaké těžkosti. Přijďte načerpat sílu a...

**čt 5. 10.**  
16:00 - 17:00  
Ústí nad Orlicí, Příkopy 376  
diskuze/beseda

**CRAZY FEST  
V POKLADU  
5.-6.10.2023**

5. 10. 18:00  
Verníky výstava DOPOJNÍ DĚJÍ

5. 10. 19:30  
**ZPOCENÝ VOKO  
KAZACHSTÁN  
KITTCHEN**

6. 10. 18:30  
**KOFE-IN  
DUNAJ  
MUCHA**

POŘADATEL: OSTRAVSKÝ ÚSTAV PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ  
MUDr. M. Kopeckého 675/21

OSTRAVA

### CRAZY FEST

CRAZY FEST je jedinečný dvoudenní destigmatizační festival na podporu lidí se zkušeností s duševním onemocněním. Letos festival pořádáme již po 10. CRAZY FEST navázal na řadu destigmatizačních...

**čt 5. 10.-pá 6. 10.**  
Ostrava, M.Kopeckého 675/21  
hudební akce

Charita  
Valašské Meziříčí  
—  
Sociální rehabilitace AMKA

**DNY  
DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ**

**JAK ZVLÁDAT DUŠEVNÍ ONEMOCNĚNÍ  
V RODINĚ**

6. 9. 2023 | 17:00 | Café TUCAN | Náměstí 5,  
Valašské Meziříčí

Basoča s odborníkem Martinem Okáčem, který si sám prožil  
duševní onemocnění a jeho manželkou o tom, jak se tak  
s nemocí žít a zvládat každodenní nároky běžného života

**DNY OTEVŘENÝCH DVEŘÍ V AMICE**

14. 9. 2023 a 26. 9. 2023 | 10:00 - 17:00 | Příční 523,  
Valašské Meziříčí

Informace o službě i malé občerstvení z kuchyně našich klientů. /  
Můžete si vybrat si přáníčko, pušičku, nebo jiné drobnosti vyrobené  
tady. Město do města hodí, možnost konzultace s našimi  
terapeuty/psychology

**HRANICE V MEZILIDSKÝCH VZTAZÍCH**

5. 10. 2023 | 17:00 | Kostel Nanebevzetí Panny  
Marie ve Valašském Meziříčí

Hranice jsou součástí každého vztahu. Jak na ně nahlížet a jak je  
moudře nastavovat? Na tyto i další otázky dá odpověď ve své přednášce  
teoložka a psycholožka Kateřina Lachmanová

## Hranice v mezilidských vztazích

Hranice jsou součástí každého vztahu. Jak na ně nahlížet a jak je moudře nastavovat? Na tyto i další otázky dá odpověď ve své přednášce teoložka a psycholožka Kateřina Lachmanová

čt 5. 10.

17:00

Valašské Meziříčí, Stříbrná 7  
přednáška

**PŘÍTOMNOST  
JAKO DAR – JAK  
NASLOUCHAT  
SVÉ MYSLI**



## Přítomnost jako dar - jak naslouchat své mysli

Ve společně stráveném čase se seznámíme a vyzkoušíme pár jednoduchých technik z oblasti jógy, dechových cvičení a naslouchání jemnohmotných procesů na pozadí naší mysli. Cílem těchto praktických...

čt 5. 10.

18:00

Hradec Králové, Na Hradě 91  
workshop

**RECYKLUJEME**



## Skleničkový workshop aneb vyrob si svou skleničku ze skleněné láhve

Přijďte si vyrobit do naší sklářské dílny skleničku ze skleněné lahve! Nic s sebou nepotřebujete, stačí dobrá nálada :)

V případě, že máte nějakou svou oblíbenou kulatou láhev, klidně jí...

pá 6. 10.

12:00 - 16:30

Praha 8 - Bohnice, U Pazderek  
265/22  
workshop

**OBLEČ SVOU DUŠI, ÚSMĚV TI SLUŠÍ  
ANEB KDO Z NÁS JE NORMÁLNÍ?**

BOŘEMI MYTŮ O DUŠEVNÍM  
ONEMOCNĚNÍ - ROZHOVORY  
S REER KONZULTANTKAMI

KONCERT KONZERVATOŘE  
PARDUBICE A KAPELY  
ALCHYMIE

HODNÍ PŘEHLEDNA VE  
SPOLUPRÁCI S  
DOBRODĚCHOEM  
PARDUBICE

Veškeré akce nás provede  
moderátorka Petra Beránková

**SOBOTA**

**7. 10. 2023**

**13:00 - 16:00**

AUTOMATICKÉ MLÝNY  
PARDUBICE



AKČNÍ PŘEHLED  
OEDR PARDUBICE O.P.S.  
V RÁMCI TÝDNE  
PŘEČTENÍ  
KNIHY

POD ZASTÍTKOU MÝSLI  
KAMISTRA PŘEMĚTOŘA  
RUS JARUŠA  
RPOURČEKHO



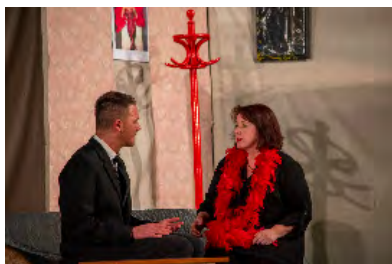
## Obleč svou duši, úsměv Ti sluší - aneb "Kdo z nás je normální?"

Duševní zdraví je právem každého z nás. V rámci akce „Obleč svou duši, úsměv Ti sluší - aneb „Kdo z nás je normální?“ si poslechnete Pardubickou konzervatoř, prohlédnete si modely, které...

so 7. 10.

13:00 - 16:00

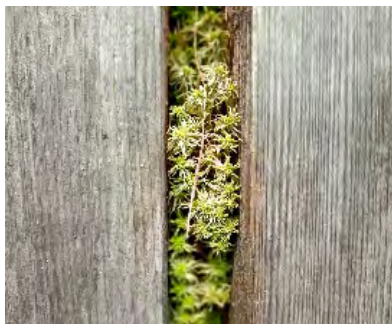
Pardubice, U Mlýnů  
happening



### **BENEFIČNÍ PŘEDSTAVENÍ: Na správné adrese**

Zajímá Vás co se stane, když se čtyři spolubydlící nezávisle na sobě rozhodnou radikálně změnit život a všichni si, bez vědomí ostatních, podají inzerát? Přijďte to s námi zjistit...

**so 7. 10.**  
19.00  
Praha 11, Malenická 1784 1784  
divadlo



### **Workshop Lesní myslí Vrchlabí**

Workshop nabídne jednoduché nástroje z finského konceptu Lesní mysl, které slouží k péči o své duševní i fyzické zdraví a podpoře odolnosti. Po úvodu a seznámení si v terénu (lese) vyzkoušíme...

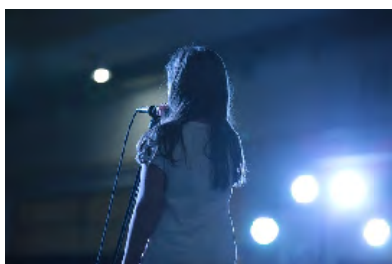
**po 9. 10.**  
16 - 19  
Vrchlabí, Městský park Vrchlabí  
workshop



### **Duševní zdraví není jen o návštěvě psychiatra**

Proč je dobré o duševním zdraví a onemocněních otevřeně hovořit? Co je důležité pro duševní zdraví člověka a pro zotavení se z nemoci? Jak se dnes žije lidem s vlastní zkušeností s duševním...

**po 9. 10.**  
17:00  
Plzeň, Koperníkova 56  
přednáška



### **Slam poetry**

Večer plný autorských textů, poezie, improvizace, pohybu, napětí, emocí a možná i mouder a vtipu. Jak si slameři poradí s tématem letošních Dnů pro duševní zdraví? Vystoupí Nejhodnější Michal...

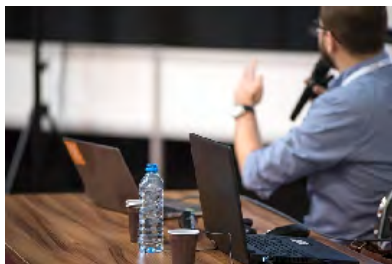
**po 9. 10.**  
19:30  
Plzeň, Koperníkova 56  
jiná akce



### **"Cesta za duševní pohodou"**

Jde o druhý ročník putovní výstavy "Cesta za duševní pohodou", vystavovány jsou práce zhotovené lidmi s duševním onemocněním nejen jen obrazy, ale také básně, karikatury, fotografie.

**út 10. 10.-po 30. 10.**  
Rychnov nad Kněžnou, Hrdinů  
odboje 671  
výstava



### **Odborné setkání: Síť péče o duševní zdraví v Plzeňském kraji**

Regionální setkání pro zástupce poskytovatelů zdravotní a sociální péče. Registrace na: ledovec@ledovec.cz.

**út 10. 10.**  
9:00  
Plzeň, Koperníkova 56  
konference



## SWAPujte s námi

PŘINESTE K VÝMĚNĚ VĚCI, KTERÉ UŽ VÁM NEDĚLAJÍ RADOST, ALE PŘESTO BY MOHLY POSLUŽIT NĚKOMU JINÉMU.

**úterý 10. 10. 2023**  
11:00 - 17:00

Přinést můžete (ale nemusíte):  
KNIHY  
STOLNÍ NÁDOBÍ  
BYTOVÉ DOPLŇKY

TĚŠIT SE MŮŽETE I NA VÝSTAVU TVORBY NAŠICH KLIENTŮ

T. G. Masaryka 115  
Ústí nad Orlicí

tel. kontakt 603 542 697  
mislifva@cedrps.cz

### SWAPujte s námi

Přineste k výměně věci, které už Vám nedělají radost, ale přesto by mohly posloužit někomu jinému. Přinést můžete (ale nemusíte): knihy, stolní nádobí, bytové doplňky. Těšit se můžete...

**út 10. 10.**

11:00 - 17:00

Ústí nad Orlicí, T. G. Masaryka 115  
jiná akce



## FOTBALOVÝ TURNAJ

úterý 10. října 2023  
15 - 17 hod.

Veřejné hřiště ve Stromovce

#1000kniproduševnízdaví

### Fotbalový turnaj v malé kopané

V úterý 10. října se hraje fotbalový turnaj v malé kopané. Každá hra trvá 15 minut a představí se výběr z jihu Čech. Akce se koná v českobudějovické Stromovce na zdejším fotbalovém plácku...

**út 10. 10.**

15.00 - 17.00

České Budějovice, Na Sádkách  
sportovní akce



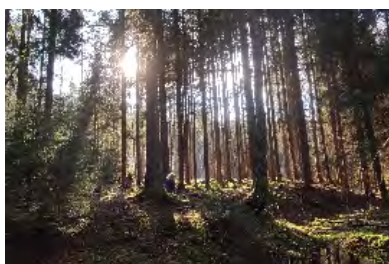
### Moje jméno není diagnóza

Jaký má diagnóza dopad na kvalitu života člověka a jeho okolí? S jakými překážky se musí nemocný potýkat a jak se mu žije? Co je důležité pro jeho duševní zdraví a pro zotavení se z nemoci? O tom a...

**út 10. 10.**

15:00

Domažlice, Pivovarská 10  
diskuze/beseda



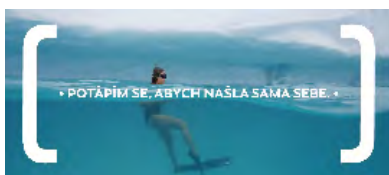
### Lesní mysl - Vilémovce u Lipnice nad Sázavou

Pojďte zjistit, jaké terapeutické účinky vám nabízí pobyt v lese a tento finský koncept. Během dvouapůlhodinové cesty les pocítíte všemi smysly, ukotvíte se v přítomnosti, naladíte se na okolní...

**út 10. 10.**

16:30 - 19:00

Vysočina,  
<https://fb.me/e/2O7HXPLIU>  
workshop



### Promítání filmu Ponor

Otužování působí blahodárně nejen na tělo, ale i na duši. Svě o tom ví nizozemská potápěčka Kiki, která ponor do studených vod přinesl vysvobození z traumat minulosti a ukázal cestu k vědomějšímu...

**út 10. 10.**

17:30 - 19:00

Sušice, Příkopy 178  
film/projekce



### **Pomáhám, ale potřebuji také pomoc**

„Jak zvládat život s člověkem s psychiatrickou diagnózou, jak blízkého podpořit a současně nezapomínat na podporu pro sebe.“

**út 10. 10.**

17

Rožnov pod Radhoštěm,  
Chodská 534  
diskuze/beseda



### **Poznej svého psychoterapeuta**

Veřejné setkání a seznámení se zástupci terapeutů a dalších profesionálů z oblasti péče o duševní zdraví Plzeňského kraje. Setkání vám umožní jak osobní poznání, tak zvýší vaši orientaci v...

**út 10. 10.**

17:00

Plzeň, Koperníkova 56  
diskuze/beseda

WENS SANA, z.ú. uvádí

## MŮŽE SE MOZEK ZMĚNIT?

- JE VŠE JEN PROBLÉM PAMĚTI?
- KOGNITIVNÍ REZERVA
- JAK LZE CVIČIT MOZEK -> KOGNITIVNÍ REHABILITACE

10.10. 2023 • 17:00 • GALERIE RUB  
Hlavní třída 583/105, 700 00 Ostrava-Poruba

VSTUP ZDARMA

Projekt je financován z prostředků Ministerstva zdravotnictví ČR a Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR

### **MŮŽE SE MOZEK ZMĚNIT?**

Přednáška o plasticitě mozku. Co vše je možné změnit trénováním mozku a jak správně mozek cvičit? To vše je téma úvodní přednášky. Naši lektori v neurokognitivní oblasti mají dlouholeté...

**út 10. 10.**

17:00-18:30

Ostrava-Poruba, Hlavní třída  
583/105  
přednáška



### **Vezmi depresi na kafe**

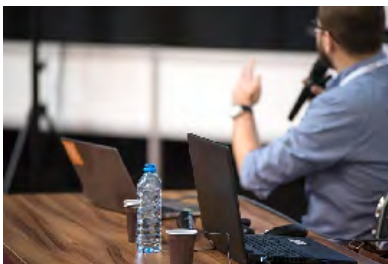
Beseda se Štěpánkou Živčákovou

Co se honí hlavou člověku, který se to rozhodl tady zabalit? Jak se vyrovnat s tím, že jsme nemocní a život nejde podle našeho plánu? Jak můžu pomoci...

**út 10. 10.**

17:00

Jičín, 17. listopadu 861  
diskuze/beseda



### **Odborné setkání: Sdružení Terapeuti ad. Plzeňska**

Setkání členů neformálního sdružení o další vzájemné podpoře a možné společné činnosti. Do diskuze o jakýchkoliv profesionálních otázkách, které je potřeba otevřít, jsou zváni další...

**út 10. 10.**

18:30

Plzeň, Koperníkova 56  
konference





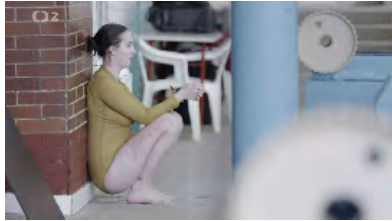
### **Práce s mandalou**

Přednáška nabízí praktický úvod do práce s mandalou pro podporu duševního zdraví. Vybarvováním mandaly ladíte svoji vnitřní kondici, relaxujete tělo a zklidňujete svoji mysl. V případě, že...

**út 10. 10.**

18:00

Blansko, B. Němcové 2a  
přednáška



### **Péče o duši s Alenou Müllerovou**

Co vede mladé lidi k sebeпоškození a díky čemu se mohou zachránit, je téma filmu Marie v hlavě z dokumentárního cyklu Péče o duši, který vznikl v tvůrčí producentské skupině Aleny Müllerové. Po...

**út 10. 10.**

19:30

Plzeň, Koperníkova 56  
film/projekce

### **Den otevřených dveří v Klubu Mosty**

V úterý 10. 10. od 14 hodin

### **Den otevřených dveří v Klubu Mosty**

Srdečně vás zveme na Den otevřených dveří v Klubu Mosty v úterý 10. 10. od 14 hodin. Budete si moci vyzkoušet být cirkusovým artistou, budeme žonglovat, tancovat, zpívat a hrát si. Od 15 hodin bude...

**út 10. 10.**

od 14:00

Praha 8 - Bohnice, Dolákova 24  
dny otevřených dveří



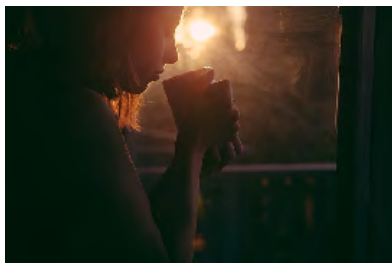
### **Odborné setkání: Duševní zdraví dětí a mládeže v procesu vzdělávání**

Regionální setkání pracovníků vzdělávacích, zdravotních a sociálních institucí k tématu duševního zdraví dětí a mládeže.

**st 11. 10.**

11:30

Plzeň, Koperníkova 56  
konference



### **PH balíček pro pedagogy**

Dvoudenní interaktivní seminář pro učitele a další pracovníky vzdělávacích institucí věnovaný péči o sebe. Na setkání se účastníci teoreticky i prakticky seznámí s tématy týkajícími se stresu...

**st 11. 10.**

13:00

Plzeň, Koperníkova 56  
workshop



### **Vernisáž, beseda a autorské čtení**

Vernisáž k putovní výstavě "Cesta za duševní pohodou" s drobným občerstvením, je doplněna besedou a autorským čtením z básnických sbírek Gustíka Erharta. Gustík je člověk s osobní...

**st 11. 10.**

16:00 - 18:00

Rychnov nad Kněžnou, Hrdinů odboje 671  
diskuze/beseda



### **Výstava "Moje jméno není diagnóza" a beseda**

Organizace Péče o duševní zdraví a Hnutí uživatelů a přátel péče o duševní zdraví Jakalus, z. s. vás zvou na vernisáž výstavy výtvarných prací zhotovených lidmi se zkušeností s duševním...

**st 11. 10.**

16:00

Rychnov nad Kněžnou, Hrdinů odboje 671  
výstava



### **Sebeobětování není řešení**

Setkání pro rodiče dětí s duševním onemocněním a další zájemce o téma, jak pečovat, pomáhat a být nablízku člověku se zkušeností s duševním onemocněním. Tématem nás provedou peer pečovatelka...

**st 11. 10.**

17:00

Plzeň, Koperníkova 56  
přednáška



### **Lze si zachovat duševní zdraví ve válce?**

Beseda s lidmi, kteří mají zkušenost s válkou, ať už osobní nebo profesionální. Setkání s novinářem, ukrajinskou psycholožkou, přednostou psychiatrické kliniky, válečným uprchlíkem, bývalým...

**st 11. 10.**

19:00

Plzeň, Koperníkova 56  
diskuze/beseda



### **Beseda s autorským čtením**

Beseda s Gustíkem Erhartem, básníkářem a kreslířem. Má vydáno několika sbírek básní a v kresbě se zaměřuje na děti. Gusta je člověk, který se zotavil z duševního onemocnění a vede plnohodnotný...

**čt 12. 10.**

16:00 - 18:00

Trutnov, Procházkova 818  
diskuze/beseda



### Lesní mysl Děčín

Workshop nabídne jednoduché nástroje z finského konceptu Lesní mysl, které slouží k péči o své duševní i fyzické zdraví a podpoře odolnosti. Po úvodu a seznámení si v terénu (lese) vyzkoušíme...

**čt 12. 10.**

16 - 18  
Děčín, Děčín, ulice Elišky Krásnohorské u vstupu do parku na Kvádrberku  
workshop



### Vernisáž výstavy NAŠE ULITA

Výstava klientských prací sociální rehabilitace Naše Ulita z.s. která sídlí v Hořicích. Práce vznikly v rámci arteterapie s lidmi s duševním onemocněním a závislostmi. V rámci vernisáže proběhne i...

**čt 12. 10.**

17:00  
Hořice, Husova 551  
výstava



### Workshop jógy smíchu

Smích léčí. To je známé rčení, které jste už jistě někdy slyšeli. A stejně tak je známo, že jóga pomáhá zlepšit jak fyzickou kondici, tak i duševní pohodu člověka. Ale co s vaším tělem a...

**čt 12. 10.**

18:00  
Hradec Králové, Na Hradě 91  
workshop



### DUŠEKVÍZOVÁNÍ vol. 4

Tři ročníky našim kvízovým nadšencům nestačily. Věrní heslu „naš zákazník, náš pán“, proto srdečně zveme na další pohodový večer s kvízem nejen o duševním zdraví. V letošním roce...

**čt 12. 10.**

18:00  
Polička, Vrchlického 53  
jiná akce



### Koncert kapely Midi lidi

„Mám 300 důvodů, proč začít se bát; mám 300 důvodů, proč nemít svět rád; mám 300 důvodů, proč zase to vzdát; mám 300 důvodů, proč nemilovat; ale víc důvodů mám, proč milovat. Zbytečné je...“

**čt 12. 10.**

20:00  
Plzeň, Koperníkova 56  
hudební akce



### **Bez bydlení není zotavení**

Zákon o bydlení má šanci systémově pomoci, aby lidé se zkušeností s duševním onemocněním nezůstávali v ubytovnách, na ulici nebo na dlouhodobé hospitalizaci z důvodu, že nemají zajištěno důstojné...

**pá 13. 10.**

13:00

Plzeň, Koperníkova 56  
přednáška



### **Holky na spektru aneb jak se cestuje s duševním onemocněním**

Jak překonat nemoc a strach při plnění svých snů? Cestovatelky a dobrodružky Anežka Gruberová a Kateřina Obšilová budou vyprávět o svých zážitcích z cest, ale především o tom, co jim při jejich...

**pá 13. 10.**

17:00

Plzeň, Koperníkova 56  
přednáška



### **Pubkvíz**

Dobročinný kavárenský kvíz je zábavnou a smysluplnou akcí, která propojuje příjemné posezení s přáteli s vědomostní soutěží. Připraveno pro vás bude celkem 55 otázek z nejrůznějších oblastí...

**pá 13. 10.**

19:00

Plzeň, Koperníkova 56  
jiná akce



### **koncert Ahoj Hanoi!**

Že hudba léčí duši je nad slunce jasné. Již poněkoličkáte se tomu můžete přesvědčit v Jičíně při akci konané místním střediskem Péče o duševní zdraví. Přijďte na koncert Ahoj Hanoi! =...

**pá 13. 10.**

20:00

Jičín, 17. listopadu 758  
hudební akce



### **Muzikoterapeutický workshop s Honzou Chromečkem**

Přijďte 13.10.2023 na muzikoterapeutický workshop s Honzou Chromečkem (od 10 a od 16 hodin), který dokáže naladit nejen nástroj, ale především rozeznít účastníky, kteří by si na to normálně...

**pá 13. 10.**

od 10:00 a od 16:00

Jičín, 17. listopadu 861  
workshop



### **Celostní přístup ke zdraví**

Co si představíme pod pojmem Celostní medicína? Je to léčení celého člověka? Je to náš celý život? Pojďme se o tom společně pobavit a objasnit si, co vše se pod tímto pojmem skrývá a jaké metody...

**so 14. 10.**

14:15

Strašice, Strašice 652  
přednáška



### **Muzikoterapie zaměřená na zotavení**

Přednáška a workshop s relaxací s terapeutkou Mgr. et Mgr. Janou Fojtíčkovou

"Zvuky a hudba ovlivňují emocionální prožívání, navození důvěry mezi lidmi, blízkost a komunikaci..."

**so 14. 10.**  
15:30  
Strašice, Strašice 652  
hudební akce



### **Moje jméno není diagnóza**

Jaký má diagnóza dopad na kvalitu života člověka a jeho okolí? S jakými překážky se musí nemocný potýkat a jak se mu žije? Co je důležité pro jeho duševní zdraví a pro zotavení se z nemoci? O tom a...

**so 14. 10.**  
18:00  
Strašice, Strašice 652  
diskuze/beseda



### **Petr a písně z Brd**

Sólový projekt kytaristy Petra Šilhánka

**so 14. 10.**  
20:00  
Strašice, Strašice 652  
hudební akce



### **Lesní mysl - Hůrky u Rokycan**

Workshop nabídne jednoduché nástroje z finského konceptu Lesní mysl, které slouží k péči o své duševní i fyzické zdraví a podpoře odolnosti. Po úvodu a seznámení si v terénu (lese) vyzkoušíme...

**ne 15. 10.**  
14 - 17  
Hůrky u Rokycan, Místo srazu:  
Hůrky u Rokycan čp. 111, 33701,  
poté přesun do lesa  
workshop



### **Úzkost - základní orientace a osobní příběh**

Seminář z řady recovery college, seminář jak pro experty na zkušenost - pro ty, kteří úzkost zažívají, tak pro experty na teorii, pro ty, kteří jiným pomáhají. Proč je dobré úzkosti věnovat...

**po 16. 10.**  
16:00  
Rokycany, Jiráskova 481  
diskuze/beseda



### 1 000 kilometrů pro duševní zdraví

V týdnu od 16. do 22. října 2023 vyrazte ven na procházku nebo si zaběhat. Kdekoliv. Pomůžete tím sobě i druhým. Společně s Vámi chceme urazit vzdálenost, která odpovídá trase do italského...

**po 16. 10.-ne 22. 10.**

jiná akce



výstava plastik z umělců

**z duše**

### Z duše: výstava plastik a obrazů

Zveme Vás ve středu 18. 10. v 17 hod. do @solnicecb na vernisáž Z duše: výstava plastik a obrazů: Vlastimil Kačírek, plastiky ze souboru Jemitojedno Daniel Becher, cyklus Obrazy jihočeské...

**st 18. 10.-po 30. 10.**

České Budějovice, Piaristické nám. 490/3  
výstava

**Anabell**

### Nejíst není řešení

Debata s odborníky na téma poruch příjmu potravy, jejíž součástí bude i autorské čtení Barbory Koutné, autorky knihy "Všechno bude dobrý, Beth".

**po 23. 10.**

14:00 - 16:30  
Ostrava, Pivovarská 4/10  
diskuze/beseda

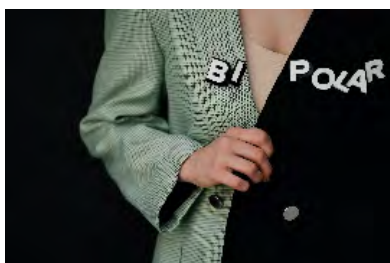


### Kdo je peer a co dělá?

Uvedení do světa profese lidí s vlastní zkušeností s duševním onemocněním, kteří prostřednictvím ní přinášejí naději a pomoc s nalezením cesty za zotavením lidem, kteří se zrovna s duševním...

**út 24. 10.**

15:00  
Domažlice, Pivovarská 10  
diskuze/beseda



### Co mi moje nemoc dala

Seminář o tom, jak se jedna holka rozhodla i z takové životní situace, jako je bipolární afektivní porucha, vytěžit pro sebe maximum, zotavit se, naučit se žít svůj život jinak, více s ohledem na sebe a...

**út 24. 10.**

16:00  
Stříbro, Masarykovo náměstí 15  
přednáška



### Cesta za duševní pohodou

Jde o druhý ročník putovní výstavy, která probíhá v Kralovehradeckém kraji. Vystavovány jsou práce lidí s duševním onemocněním nejen obrazů, ale také karikatur, básní, fotografií.

**út 5. 9.-st 27. 9.**

Trutnov, Slovanské náměstí 165  
výstava

SDÍLENÍ ZKUŠENOSTÍ SE ZAMĚŠTNÁVÁNÍM OSOB S DUŠEVNÍM ONEMOCNĚNÍM NA ČESKOLIPSKU A NOVOBORSKU

Jako pracovníci lidem a duševním onemocněním asistující organizace v jejich životech spojené se zaměstnáním a minimální zátěží přiblížíme negativní dopady realizace typických pracovních situací.

**08.09.2023** Plynovní Lipák, Osvobození 297, Česká Lípa

08:00 - 09:30 Registrace  
 09:30 - 11:00 Diskusní fórum  
 11:00 - 12:00 Odpočinek a občerstvení

**Program**

- Představení diskusního fóra "Diskusní fórum"
- Příběhy osob s duševním onemocněním
- Diskuse, zkušenosti, otázky a odpovědi
- Lidé s duševním onemocněním

**Přihlášení**  
 Zpracování přihlášek a potvrzení účasti pracovníci organizace SPC Česká Lípa, Osvobození 297, 478 01 Česká Lípa  
 e-mail: info@spcckl.cz, telefon: 478 333 333

**FOKUS**  
 L I B E R E C

### Sdílení zkušeností se zaměstnáváním osob s duševním onemocněním na Českolipsku a Novoborsku

Rádi bychom vás proto pozvali na akci: Diskusní fórum pro představitelky zaměstnavatelů, kteří na svých pracovištích zaměstnávají osoby s duševním onemocněním, a organizací Fokus Liberec, o.p.s....

**pá 8. 9.**  
 9:30 - 12:00  
 Česká Lípa, Osvobození 297  
 diskuze/beseda



### Zažít Kyjov jinak

Prezentace služeb SPC Fénix Kyjov - aktivity Komunitního centra, simulátor sluchových halucinací, kognitivní trénink.

**so 9. 9.**  
 9:00 - 16:00  
 Kyjov, Svatopluka Čecha  
 happening

**Zahradní slavnost**

**7.9.2023** SOBOTA  
 10:00 - 18:00

Program:  
 • Hudební program  
 • Vystava obrazů  
 • Vystava fotografií  
 • Vystava keramiky  
 • Vystava dřevěných hraček  
 • Vystava dřevěných hraček  
 • Vystava dřevěných hraček

**JEJKA**  
 REDOVNÍ  
 PRAHA 8

### Zahradní slavnost

Srdečně zveme na komunitní akci s názvem Zahradní slavnost. Hudební program: Cirkus Ponorka, Jindra Mach, Patrik S. Dejmek (hudební žánry pro všechny věkové kategorie) - výstava obrazů...

**čt 7. 9.**  
 15:00 - 18:00  
 Praha 8 - Bohnice, Pod Čimickým hájem 200  
 jiná akce



### Workshop Lesní mysli Brno

Workshop nabídne jednoduché nástroje z finského konceptu Lesní mysl, které slouží k péči o své duševní i fyzické zdraví a podpoře odolnosti. Po úvodu a seznámení si v terénu (lese) vyzkoušíme...

**st 6. 9.**  
 16:30 - 18:30  
 Dusíkova 5, Brno Lesná  
 workshop



## JAK ZVLÁDAT DUŠEVNÍ ONEMOCNĚNÍ V RODINĚ



**Středa 6. září 2023 | 17:00 hodin**  
**Café TUCAN**  
Náměstí 5, Valašské Meziříčí

Beseda s odborníkem Martinem Okáčem, který si sám prošel duševním onemocněním, a jeho manželkou o tom, jak se dá s nemocí žít a zvládat každodenní nároky běžného života

[smikesalmez](#) [amika.valmez](#) [vseivamtkavclmazcz](#)

### Beseda na téma "Jak zvládat duševní onemocnění v rodině"

Beseda s M. Okáčem (peer konzultant) a jeho manželkou na téma "Jak zvládat duševní onemocnění v rodině"

**st 6. 9.**

17:00

Valašské Meziříčí, Náměstí 5  
diskuze/beseda

### VERNISÁŽ - TAK SIS UDĚLAL VÝSTAVU V TAKSISU

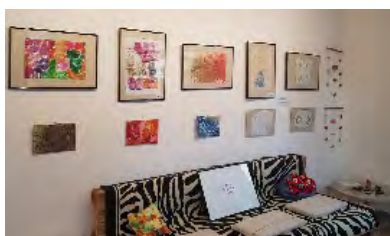
Taksis je prostor, kde se účastníci setkávají a pokud chtějí něco tvořit, tak tvoří. Nyní přišel čas vybrat to nejlepší a pochlubit se rozmanitou tvorbou.

Výstavu můžete shlédnout do 10. 10...

**čt 7. 9.**

17,00 hodin

Skuteč, Tyršova 389  
výstava



Spolek Českých galerií  
a V. kolona vás srdečně zvou  
na výstavu

**FILIP SEDLÁČEK**  
člen Skupiny F

4. - 30. 9. 2023

Kavárna V. kolona,  
Ústavní 249, Praha 8,  
Otevřeno po-pá 12-18h



[www.vkolona.cz](#) [www.vkolona.cz](#) [www.vkolona.cz](#)

### Výstava obrazů člena Skupiny F Filipa Sedláčka

Filip Sedláček se zajímá o malování od dětství. Vystudoval střední uměleckou školu v Praze, obor malba. Inspiruje ho především moderní umění, na které se zaměřuje nejvíce. K tvorbě nejraději...

**so 2. 9.-so 30. 9.**

Praha 8, Ústavní 249  
výstava

### DUŠE PROMLOUVÁ

Výstava DUŠE PROMLOUVÁ je jedinečnou příležitostí, jak představit veřejnosti díla, která vznikla v ARTEATELIÉRU TERAPEUTICKÉHO CENTRA MODRÉ DVEŘE. K vidění budou malby, kresby a linoryty od...

**pá 1. 9.-so 30. 9.**

Praha 9, 198 19, Chlumecká  
765/6  
výstava

