

Program pro dobré zdraví:

BUK

Každé pondělí 13.30–15 hod.

Program je určený pro lidi se zkušeností s psychotickým onemocněním, v případě volné kapacity i pro lidi s jiným závažným duševním onemocněním.



Začínáme opět v září 2022.

Cílem programu je směřování k udržení zdravé kondice a dosažení optimálnější váhy, osvojení si zdravých stravovacích návyků, včetně zhotovení jídelníčku a směřování k pravidelné fyzické aktivitě. Podpora skupiny motivuje k větší aktivitě a zdravému životnímu stylu.

VEDOUCÍ PROGRAMU

Bc. Jana Vitásková

Příhlášky na e-mailu: jana.vitaskova@ondrejov.cz

či telefonech 221 633 635, 775 707 289