

MREŽA ORGANIZACIJ, KI DELUJE NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA V KOPRSKI  
REGIJI, VAS 10. OKTOBRA 2018

vabi na dogodek

## “OD STISKE DO REŠITVE”



PROGRAM SE IZVAJA BREZPLAČNO NA RAZLIČNIH LOKACIJAH

**ARMERIA**, notranje dvorišče in avla, Titov trg 4, Koper:

**9.00 – 14.00**

- **Gibalni poligon** - Društvo Projekt Človek, SC Piran
- **Labirint nasilja** - Društvo za nenasilno komunikacijo, Koper in CSD Južna primorska: Krizni center za žrtve nasilja Južna Primorska; Krizni center za otroke in mladostnike Koper – Marelična hiša; Regijska Varna Hiša Kras
- **Promocija programov duševnega zdravja** – NIJZ, OE Koper, Društvo Šent - Šentmar, Društvo Ozara...
- **Predstavitev izdelkov** – Društvo Šentmar, Varna hiša Kras
- **Delitev letakov s pozitivnimi afirmacijami** – Društvo Vezi

**DRUŠTVO PRISTAN**, Kidričeva, Koper

**11.00 – 16.00 – Delavnice: Ustvarjajmo skupaj** – Predstavitev društev, izdelava dišečih sveč iz odpadnega jedilnega olja, delavnice kvačkanja, pletenja. – Društvo Ozara, Šent

**PLEZALNI CENTER KOPER** (bivša Balinarska dvorana Luka Koper), Ljubljanska c. 2b, Koper

**10.30 – Delavnica: Z gibanjem do boljšega počutja**- ZD Koper, ZVC; Tjaša Kocjančič

**CENTER DNEVNIH AKTIVNOSTI**, Cesta Zore Perello - Godina 3, Koper

**10.00 – Delavnica: Tehnike sproščanja** - ZD Koper, ZVC; Gordana Šokić

**16.30 – Delavnica: Tehnike sproščanja**- ZD Koper, ZVC; Marina Glavina

**17.30 – Delavnica: Mi trije – Jaz, ravnovesje in duševno zdravje** – CPPK; Mirjana Palčič Bubnič, Barbara Krnc, Darja Matičetova, Darka Verbič

**ZD KOPER- CENTER**, Dellavallejeva 3, Koper (sejna soba)

**11.30 – Delavnica o stresu in izgorelosti** – ZD Koper, ZVC; Samanta Eler

**LJUĐSKA UNIVERZA KOPER**, Cankarjeva ulica 33, Koper

**16.30 – Predavanje: Nagrade in druga starševska orodja** - Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Koper; Maja Frencl Žvanut

**CENTER MLADIH KOPER**, Gregorčičeva ulica 4, Koper

**17.00 – 18.00 – Predavanje: Ste zasvojeni s spletom ali depresivni?** – LOGOUT; Lorena Pahovič

**STUDIO MAJA**, Ferrarska ulica 8, Koper

**18.00 – Delavnica: Ko telo kriči – Psihoterapevtski pristop k zdravljenju psihosomatike** – Center za psihoterapijo in psihosocialno pomoč Koper; Špela Šoštarič in Josipa Prebeg

**ZAVETIŠČE ZA BREZDOMNE OSEBE:**

**10.00 – 14.00 Dan odprtih vrat**, predstavitev projekta Socialna aktivacija in likovna razstava uporabnikov »Preganjamo osamljenost« - RKS OZ Koper

**DOM UPOKOJENCEV PTUJ**, Oljčna pot 65, Koper (večnamenska dvorana):

**10.30 – Medgeneracijsko druženje** - Zavod NewPrevent

**V LOKALNEM OKOLJU DRUŠTVA VEZI: Delitev letakov s pozitivnimi afirmacijami** – Društvo Vezi

**VLJUDNO VABLJENI!**