



Spolufinancováno
Evropskou unií



Kraj Vysočina



FOKUS
VYSOČINA

pořádá
festival

Téma: "This is my place"

TÝDNY PRO
DUŠEVNÍ
ZDRAVÍ

15.9.2025 / 9:30 - 14:00

SOKOLOVNA, CHOTĚBOŘ

PROGRAM

- Nabij se spánkem - o spánku, jeho důležitosti a o spánkové hygieně
- Moje místo - kde se cítím dobře
- Digitální zahlcení
- Trauma respektující přístup - bezpečné prostředí ve škole (pro pedagogy)
- Kolo štěstí - témata duševního zdraví
- Psychobudka
- Víc, než si myslíš
- Nepanikař - první pomoc při psychických potížích
- Krizové centrum Patalozzi
- Wážka - poradna výživy
- Mindball - Mozkoherna
- Pohybovky
- Cill out zóna
- Kapela Benebend