

Program mladinskega tabora – Zreče, hotel Atrij, 24.2. – 26.2.2023

Petek, 24.2.2023

16.00 – 17.00 Prihod v hotel in namestitev

17.00 – 18.00 Pijača dobrodošlice, igre spoznavanja udeležencev, predstavitev »Kako lahko Društvo za KVČB pomaga mladim osebam s KVČB?« Mateja Saje predsednica Društva za KVČB

18.00 – 19.00 Večerja

19.00 – 21.30 Rehabilitacijske vsebine (druženje, kopanje, savna...)

Sobota, 25.2.2023

08.00 – 09.00 Zajtrk

09.00 – 12.00 Delavnica na temo »Kako zgraditi svojo odpornost? Kako lahko stres, mentalna odpornost in prožnost vplivajo na gradnjo samopodobe pri mladih osebah s KVČB? Katja Hebar, mag. psih. spec. integrativne psihoterapije, Sabina Kojc, spec. integrativne psihoterapije

Možnost individualnega svetovanja

12.00 – 12.30 Coffe break

12.30 – 17.30 Rekreativni popoldan na Rogli, smučanje, tek na smučeh, pohod po poti med Krošnjami

18.00 – 19.00 Večerja

19.00 – 21.30 Rehabilitacijske vsebine (druženje, kopanje, savna...)

Nedelja, 26.2.2023

08.00 – 09.00 Zajtrk

09.00 – 12.00 Delavnica Aromaterapije s Kajo Račič »Naj v tvojem življenju zadiši«

12.00 – 14.00 Odmor, evalvacija, vtisi, rehabilitacijske vsebine, pohod, druženje, kopanje, savna, zaključek