



Program psihološkega vikenda z delavnicami – Pokljuka 10.3. – 12.3.2017

Petek, 10.3.2017

- 17.00 – 18.00 Prihod v Športni Center Triglav Pokljuka, Hotel Center Pokljuka, in namestitev
- 17.30 – 18.00 Spoznavanje udeležencev psihološkega vikenda - **kongresna dvorana nasproti recepcije**
- 18.00 – 22.00 Večerja in druženje

Sobota, 11. 03. 2017

- 08.00 – 08.45 Zajtrk
- 09.00 – 12.00 **Delavnica 1.** »Psihološka plat kronične vnetne črevesne bolezni in spopadanje z njo.«
Sprostilne vaje med delavnico
- 12.00 – 12.30 Odmor s kavo in čajem
- 12.30 – 14.00 Prosto za kosilo, športne aktivnosti....
- 14.00 – 17.00 **Delavnica 2.** »Kako lahko izobraževanje z lastnimi močmi pomaga za boljše življenje ob kronični vnetni črevesni bolezni.«
- 17.00 – 19.00 Športne aktivnosti, sprehod, savna , fitnes
- 19.00 – 22.00 Večerja in druženje

Nedelja, 12. 03. 2017

- 08.00 – 08.45 Zajtrk
- 09.00 – 12.30 Pohod in druge športne aktivnosti
- 12.30 – 13.30 Evalvacija, anketa, zaključek
- 13.30 – 14.30 Odmor s kavo in čajem

Delavnice bodo v kongresnem centru hotela nasproti recepcije.