

Lidem s psychickými potížemi i jejich blízkým opět pomůže Škola zotavení v Brně

Brno, 28. 5. 2026

Lidé s psychickými potížemi, jejich blízcí i veřejnost získají v Brně opět prostor pro podporu, vzdělávání a sdílení zkušeností. Organizace Práh jižní Morava spouští nový projekt znovu otevřené Školy zotavení, která pomáhá lidem na cestě k zotavení z duševního onemocnění a podporuje porozumění tématům duševního zdraví. Projekt je financován statutárním městem Brnem.

Škola zotavení nabídne vzdělávací kurzy v oblasti duševního zdraví, otevřené workshopy pro veřejnost i svépomocná setkávání pro blízké lidí s duševním onemocněním. Součástí projektu budou také společná setkávání lidí s vlastní zkušeností, odborníků i širší veřejnosti. Cílem aktivit je pomoci lidem lépe zvládat náročné životní situace a znovu získávat jistotu a oporu ve svém životě.

Setkání budou probíhat v Café Práh (Galerie Vaňkovka v Brně), v sídle organizace Práh na Tuřanské 12 i na dalších místech v Brně. Otevřena budou všem zájemcům od 18 let – vítán je každý, koho téma oslovuje.

„Lidé s duševním onemocněním často nezažívají jen samotné psychické obtíže, ale také osamělost, stigmatizaci nebo ztrátu důvěry ve vlastní schopnosti. Škola zotavení nabízí bezpečný prostor, kde mohou získat podporu, sdílet zkušenosti a znovu objevovat své silné stránky a možnosti aktivního života,“ říká Mgr. Jiří Šupa, Ph.D., odborný ředitel organizace Práh jižní Morava.

Projekt vychází z mezinárodně ověřeného modelu Recovery College, jehož přínosy potvrzují zahraniční výzkumy. Jedním z hlavních principů Školy zotavení je společné vytváření aktivit lidmi s vlastní zkušeností s duševním onemocněním, jejich blízkými i odborníky. Kurzy proto povedou lektori, kteří sami prošli procesem zotavení.

„Velmi důležitou součástí projektu je také podpora blízkých lidí se zkušeností s duševním onemocněním. Rodiny a partneři bývají pod velkým tlakem a často sami potřebují prostor pro sdílení, psychohygienu a hledání způsobů, jak situaci zvládat dlouhodobě a zdravě,“ doplňuje Zuzana Kočí Kotrlá, koordinátorka Školy zotavení.

Aktivity a program Školy zotavení bude zveřejňován na facebookové stránce projektu <https://www.facebook.com/skolazotavenibrno>.

Kontakt pro média

Propagační oddělení

Mgr. Vít Kratochvíl
+420 603 352 348
vit.kratochvil@prahjm.cz

Propagační oddělení

Mgr. Eliška Hubíková
+420 723 148 886
eliska.hubikova@prahjm.cz

Práh jižní Morava, z. ú.

web: www.prahjm.cz
facebook: [@prahjiznimorava](https://www.facebook.com/prahjiznimorava)
instagram: [@prah_jizni_morava](https://www.instagram.com/prah_jizni_morava)

O organizaci Práh jižní Morava, z. ú.

Práh jižní Morava, z. ú. podporuje již více než 26 let duševní zdraví v Jihomoravském kraji. Nabízí pomoc lidem s psychickými obtížemi v základních životních oblastech, jako jsou získání a udržení práce, schopnost samostatně bydlet, pečovat o své zdraví i mezilidské vztahy, vzdělávat se a smysluplně trávit volný čas.