

O Iskérce

Již od roku 2003 je Iskérka místem, kde jsou dveře otevřené všem lidem se zkušeností s duševním onemocněním. Iskérka neboli sedmikráska, je stále kvetoucí rostlinka. Letité zkušenosti, otevřenost k novému a variabilita je tím, co pomáhá Iskérce stále růst a kvést.

Co vás u nás čeká?

Naděje – nasloucháme vám, zajímá nás vaše životní situace. Podpoříme vás, abyste našli své vize a věřili v jejich dosažení.

Zplnomocnění – podpoříme vaši sebedůvěru a samostatnost. Odpovědnost za sebe sama – převzmete zodpovědnost za vlastní život, stanete se řidičem svého života. Budete zkoušet nové věci, učit se ze svých chyb a sami se rozhodovat.

Smysluplná role – naleznete nové životní role a začnete budovat život podle vlastní volby.

Věříme, že z duševního onemocnění se lze zotavit a poskytneme Vám v tomto individuální podporu:

Zotavení dovedností – obnovíte nebo získáte dovednosti potřebné pro běžný život. Budete samostatní v oblasti péče o sebe, vzdělání, práce.

Zotavení vnějšího prostředí – upevníte sociální vazby s rodinou, přáteli, kolegy, budete umět smysluplně trávit volný čas.

Zotavení vnitřního stavu – uvědomíte si svou vlastní hodnotu, budete znát své potřeby a přání, porozumíte své nemoci, zvládnete potíže a problémy, které s sebou nemoc přináší.

Pociťujete-li duševní nepohodu, nebojte se požádat o pomoc. Včasná pomoc je důležitá. Obráťte se na někoho, komu důvěřujete – na rodiče, příbuzné, kamarády, učitele, profesionály (obvodní lékaře, psycholog, psychiatr). Neostýchejte se a zaťukajte také na dveře Iskérky.

Iskérka o.p.s. | Iskérka – sociální rehabilitace

Provozovna: Chodská 534, 756 61 Rožnov p. R.

Provozovna: Letenská 1183, 756 61 Rožnov p. R.

Kontaktní údaje: 774 064 755, 604 177 299

E-mail: info@iskerka.cz, IČ: 28647912, DIČ: CZ28647912

Bankovní spojení: 2100364177/2010

Datová schránka: ID a49sup9

Web: www.iskerka.cz

Iskérka o.p.s. ve spolupráci s Knihovnou Rožnov
vás zve na výstavu obrazů

Propojení Vrstvení Čas

fotografie
pigmentový tisk
ruční papír Velké Losiny
včelí vosk
oleje
dřevo

**Bosák
Tihelka
Hlucháň
Kolmačka**

Vernisáž 7.9. v 17 hodin

7.9. - 30.10.2026 výstava

Výstava se koná v rámci Týdnu pro duševní zdraví.
Součástí výstavy bude dražba vybraného díla. Výtěžek bude
věnován organizaci Iskérka.

Hudební doprovod: Karel Jura (kytara)



Adresa: Městská knihovna Rožnov pod Radhoštěm, Bezručova 518, 756 61 Rožnov pod Radhoštěm



**TÝDNY
PRO DUŠEVNÍ
ZDRAVÍ**

**20
26**

**Zveme vás na setkání, která
inspirují a otevírají nové pohledy
na duševní zdraví a životní pohodu.**



Piotr Wardecki
poradenský psycholog,
psychoterapeut, supervizor,
kouč



Eva Adamcová
terapeut, kouč a lektor



Martin Fojtíček
konzultant, lektor, supervizor,
sociální inovátor



Hani Jantač
věčná optimistka silné vůle,
inspirativní osobnost