



CENTRUM POD STŘECHOU - RODINNÉ CENTRUM MOZAIKA

Taušlova 714, Letohrad

Tel. 731 402 336, podstrechou@seznam.cz, www.uo.charita.cz

Rezervace na jednorázové akce nutná, nejpozději tři dny předem.

St 10. 5. 2017 od 16:00 hod. OČKOVÁNÍ V SOUVISLOSTECH

Seminář pro dospělé, který není ani „pro“ ani „proti“ očkovací. Téma velice rozsáhlé, více informací na www.uo.charita.cz. Rezervace nutná, kapacita míst omezena!
Lektorka Ing. et Ing. Hana Špačková.
Cena 120 Kč



St 24. 5. 2017 od 16:00 hod. JAK SI UŽÍT MATEŘSKOU DOVOLENOU

MD jako období změn, hledání cesty k sobě a dítěti, přeměna vztahu mezi partnery. Jak se najít čas sama pro sebe? Seberealizace.
Lektorka Mgr. Hana Zakouřilová.
Cena 50 Kč

St 17. 5. 2017 od 9:00 hod., 24. 5. 2017 od 8:30 hod. SKUPINA RODIČŮ SETKÁVÁNÍ

Vede psycholožka Mgr. Simona Hybšová
Zveme všechny rodiče na inspiračně odpočinkové neformální setkání a povídání u kávy pod vedením psycholožky na téma - rodina, výchova, radosti, starosti. V herně zajištěno hlídání dětí.
Vstupné 50 Kč



MANŽELSKÁ SETKÁVÁNÍ

Příjemné setkávání párů nabízející možnost poznání sebe sama a svého protějšku, sdílení, harmonizace partnerství. Uzavřená skupina max. 4 páry. V případě zájmu se nahláste na kontaktech Centra pod střechou.
Cena setkání 80 Kč pár

SKUPINA RESTART

Skupina, která je určena lidem, kteří se ocitli v podobné situaci - ztráta partnera a mají zájem a ochotu sdílet své zkušenosti. Hlídání dětí zajištěno. V případě zájmu se nahláste na podstrechou@seznam.cz. Vede Mgr. Simona Hybšová.
Vstupné 40 Kč

PRAVIDELNÝ DOPOLEDNÍ PROGRAM RC Mozaika:
Každý den otevřeno: 8.00 - 12.00 hod, st 13.00 - 17.00 hod.

Účast na programu je dobrovolná, můžete využít pouze hernu.

Členové RC Mozaika mají zvýhodněné vstupné.

Po - Pá, 8.00 - 12.00 hod., MOZAIKOVÉ DOPOLEDNE - RODIČOVSKÁ SVÉPOMOCNÁ SKUPINA

Podpůrný program pro rodiče, kteří se aktivně zajímají o výchovu a osobnostní rozvoj svých dětí.

Vstupné 15Kč/30Kč



Po, 9.00 hod., RODINNÉ INSPIRACE - ZPÍVÁNKY,

Pohybové říkanky, tančení, cvičení, vyrábění. Vede Mgr. Hela Poláčková a Petra Jarošová.

Vstupné 25Kč/40Kč

Út, 8.00 - 12.00 HRÁTKY S HLÍNOU

Můžete si k nám přijít vyrobit dekoraci z keramické hlíny. Pokud budete potřebovat, rádi Vám poradíme. Zapojit můžete také děti, dobrá relaxační technika, procvičení prstíků, motoriky atd.

Vstupné 20 Kč, 80 Kč/kg hotového naglazovaného výrobku



St, 8.00 hod., PORADNA PRO - RODINNÝ PSYCHOLOG

Od 8.00 do 12.00 hod. v herně přítomna psycholožka Mgr. Silvia Kubánková, která může předat všestrannou podporu rodinám při výchově a péči o děti, rodinných vztahů...Možnost využití individuálních konzultací, hlídání zajištěno.

Vstupné 30 Kč



Pá, 9.00 hod., CVIČENÍ S KOJENCÍ

Pohybové aktivity s kojence (batolaty) na podporu správného psychomotorického vývoje, hravá forma pomocí básniček a písniček. Vede fyzioterapeutka Veronika Dušková.

Vstupné 60 Kč

Pá, 10.00 hod., CVIČENÍ PRO TĚHOTNÉ A ŽENY PO PORODU

Pomůže Vás připravit na zátěž při porodu i na dobu po něm. Aktivace zádových svalů, posílení břišního svalstva, pánevního dna. Protožení.

Vede fyzioterapeutka Veronika Dušková

Vstupné 60 Kč



Čt od 18.00 hod., NÁPLAVKY

Svépomocná skupina složená z přistěhovaných rodin. Témata směřována k posílení role rodiny, na podporu rodičovských kompetencí, prohlubování rodinných vazeb, správnému hospodaření. Pouze pro členy skupiny.

Vstupné 50 Kč

Aktivity projektu Rodinného centra Mozaika jsou podpořeny z dotačního program Rodina.



Dále je projekt spolufinancován Pardubickým krajem a Městem Letohrad.

