



CENTRUM POD STŘECHOU - RODINNÉ CENTRUM MOZAIKA

Taušlova 714, Letohrad

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

Rezervace na jednorázové akce nutná, nejpozději tři dny předem.

St 6.9.2017 a 27.9.2017 od 8:30 - 10:30 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



St 13.9.2017 od 16:00 hod., KOMUNIKACE V RODINĚ

Lektorka Mgr. Hana Zakouřilová. Hlídání dětí nutno domluvit předem.

Prosíme o nahlášení do pátku 8.9.2017.

Vstupné 50 Kč

Po 18.9.2017 od 10 hod., TVOŘENÍ S BATOLÁTKY - OTISKY

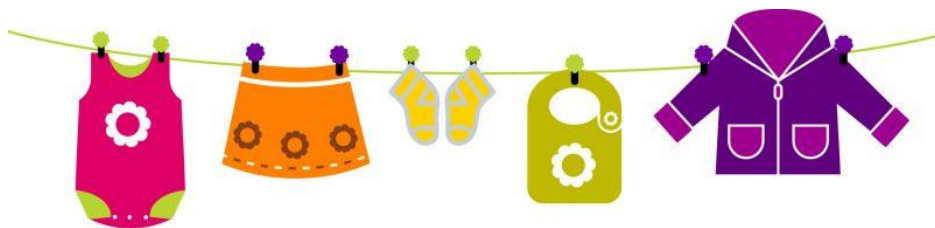
Tvoření obrázku z otisku ruky, nohy, prstíku. Na tuto aktivitu se nezapomeňte nahlásit.

Vstupné 30 Kč



NORDIC WALKING

Od října budeme opět vyrážet na vycházky do přírody a to přibližně jednou za měsíc. Vedou zkušení lektoři severské chůze paní Svačinová a pan Marek.



!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! **PODZIMNÍ BURZA DĚTSKÉHO OBLEČENÍ A POTŘEB** !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!
11.-13. 10. 2017

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 nahlase na kontaktech Centra pod střechem.

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. Hlídaní dětí zajištěno. V případě zájmu se nahlase 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 SVĚPOMOCNÁ SKUPINA

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

Vstupné 15Kč/30Kč



Út, 9.00 hod., RODINNÉ INSPIRACE - ZPÍVÁNKY,

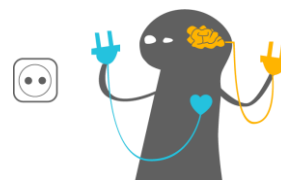
Pohybové říkanky, tančení, cvičení, vyrábění. Vede Mgr. Hela Poláčková a Petra Jarošová. **Začínáme druhý týden v září.**

Vstupné 25Kč/40Kč

St, 8.00 hod., PORADNA PRO - RODINNÝ PSYCHOLOG

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

Vstupné 30 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

Pá, 8:15 - 9:10 hod., FIT OD RÁNA

Určeno pro ženy a také pro maminky po porodu, které si chtějí udržet kondici a být fit. Cvičení v v menší skupině do 10 cvičenců. Hlídnání dětí po domluvě zajištěno, předplatné na 5 lekcí. Vede fyzioterapeutka Veronika Dušková.

Vstupné 300 Kč / 5 lekcí



Pá, 9:15 - 10:10 hod., CVIČENÍ MAMINEK S DĚTMI DO 1 ROKU

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

Vstupné 60 Kč



Pá, 10:15 - 11:10 hod., CVIČENÍ PRO TĚHOTNÉ

Cvičení na míči, posílení těla, zaměřeno na pánevní dno, záda, břicho. Hlídnání dětí po domluvě zajištěno, předplatné na 5 lekcí. Vede fyzioterapeutka Veronika Dušková.

Vstupné 300 Kč / 5 lekcí

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. Nutno domluvit předem.

Vstupné 20 Kč, 80 Kč/kg hotového naglazovaného výrobku

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



Dále je projekt spolufinancován
Pardubickým krajem a Městem

