



## CENTRUM POD STŘECHOU

Tel. 731 402 336, [podstrechou@uo.hk.caritas.cz](mailto:podstrechou@uo.hk.caritas.cz),

**Ut 6. 2. 2018, 9.00 hod., KARNEVAL**

Určeno pro malé děti předškolního věku. Zpívání, tančení, možnost přinést občerstvení na společný stůl.

Vstupné 40 Kč



**St 14. 2. 2018, 13.00 hod., SKUPINA RODIČŮ SETKÁVÁNÍ**

**St 28. 2. 2018, 8.30 hod.**

Vede psycholožka Mgr. Simona Hybšová. Rodičovská otevřená svépomocná skupina lze se kdykoliv připojit, odejít.

Vstupné 50 Kč



**Po 19. 2. 2018, 9.30 hod., JAK NA ČOČKOVOU POMAZÁNKU**

Rezervace nutná.

Vstupné 30 Kč

**St 21. 2. 2018, 9.30 hod., OBDOBÍ VZDORU**

Seminář povede psycholožka Mgr. Simona Hybšová.

Rezervace nutná.

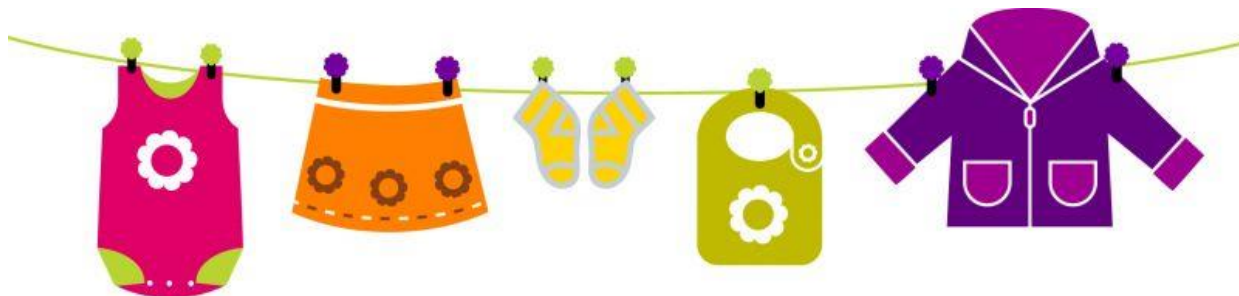
Vstupné 50 Kč



**Ne 4. 3. 2018, 9.00 hod., KURZ AIRBRUSH**

Lektor TOMI REID. Rezervace nutná, kapacita míst omezena.

Kurzovné 1800 Kč



**Po - St 5. 3. - 7. 3. 2018 BURZA DĚTSKÉHO OBLEČENÍ A POTŘEB**

## 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.

Vstupné 25Kč/40Kč

### St, 8.00 hod., PORADNA PRO – RODINNÝ PSYCHOLOG

Od 8.00 do 12.00 hod. v herně přítomna psycholožka Mgr.

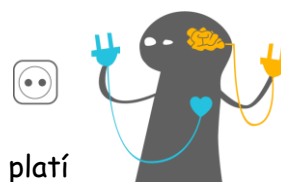
Silvia Kubánková, která může poskytnout všestrannou podporu

rodinám při výchově a péči o děti, rodinných vztahů. Při setkání platí

zásada, že není nesprávná výchova, nikoho zde nepoučujeme, pouze se snažíme najít

správný přístup k dítěti dle jeho individuality. Možnost využití individuálních konzultací (široká veřejnost), hlídání dětí zajištěno.

Vstupné 30 Kč



### Čt od 18.00 hod., NÁPLAVKY

Svěpomocná 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

**Na všechna cvičení se prosím nahlaste dopředu paní Duškové!**

**Kontakt na lektorku fyzioterapeutku Veroniku Duškovou 725 516 738.**

### 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 menší skupině do 10 cvičenců. Hlídání 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. Hlídní dětí po domluvě zajištěno, předplatné na 5 lekcí. Vede fyzioterapeutka Veronika Dušková.

Vstupné 300 Kč / 5 lekcí

**Kontakt na lektorku fyzioterapeutku Veroniku Duškovou 725 516 738.**

### **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 Letohrad.

