



CENTRUM POD STŘECHOU

Tel. 731 402 336, podstrechou@uo.hk.caritas.cz,
Na jednorázové akce se prosím nahlaste.

RODINNÉ CENTRUM MOZAIKA

Každý den otevřeno: 8.00-12.00 hod., út 16.00-17.00 hod., st 13.00-16.30hod.,

Po - Pá, 8.00-12.00 hod.



MOZAIKOVÉ DOPOLEDNE - RODIČOVSKÁ SVĚPOMOCNÁ SKUPINA

Podpůrný program pro rodiče. Možnost využití volné herny.
Vstupné 15 Kč / 30 Kč

Pondělí od 10 hodin PILATES METHOD CLINIC

Děti si můžete vzít s sebou. Momentálně obsazeno. Vede Mgr. Zora Střelcová, Ph.D.

Cena 600Kč/10 po sobě jdoucích lekcí



Úterý od 9 hodin RODINNÉ INSPIRACE - ZPÍVÁNKY

Program zaměřený na rozvoj dítěte po hudební, pohybové a motorické stránce. Posílení vztahu rodič - dítě. Prarodiče vítáni. Vede Mgr. Hela Poláčková a Petra Jarošová.

Vstupné 25 Kč / 40 Kč

Středa 6. 3. 2019 od 8.30 hodin SKUPINA RODIČŮ SETKÁVÁNÍ

Středa 20. 3. 2019 od 8.30 hodin

Vede psycholožka Mgr. Simona Hybšová. Rodičovská neformální otevřená svépomocná skupina zaměřená na rodinu, vztahy, výchovu. Srdečně Vás zveme mezi nás. Po domluvě hlídání dětí zajištěno.

Vstupné 50 Kč

Středa 6. 3. až pátek 8. 3. 2019 BURZA DĚTSKÉHO OBLEČENÍ A POTŘEB

Výběr zboží středa od 13:00 do 18:00

Prodej zboží čtvrtek od 10:00 do 18:00

Výdej zboží a peněz od 13:00 do 16:00

Podrobné informace naleznete na FB rodinnecentrummozaika a webu uo.charita.cz.

INDIVIDUÁLNÍ PORADENSTVÍ NA OBJEDNÁNÍ

Paní psycholožka Mgr. Simona Hybšová poskytne všestrannou podporu rodinám při výchově a péči o děti, rodinných vztahů, podpora v rodičovských kompetencích. Individuální konzultace pro všechny, kdo potřebují poradit, podpořit, zorientovat se, prožívají složitou životní situaci.

Vstupné 30 Kč

Čtvrtek 14. 3. 2019, 9:30 – 12.00 hodin **JARNÍ KERAMICKÁ DÍLNA**

Vede Bc. Petra Masarovičová. Pár nápadů bude připraveno, vlastní kreativita vítána. Jedná se o dvoudenní workshop, pokračování bude 11. 4. 2019 po vypálení. Nahlášení nutné do 8. 3. 2019. Vstupné 40 Kč + 80 Kč/ kg hotového výrobku



foto ilustrační



Čtvrtek od 18 hodin **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

Pátek od 9 hodin **CVIČENÍ NA DIASTÁZU A PÁNEVNÍ DNO**

Vede Bc. Veronika Dušková. Děti si můžete vzít s sebou.
Cena 800 Kč/10 po sobě jdoucích lekcí
Cena 850 Kč/10 po sobě jdoucích lekcí + děti v herně

Pátek od 10 hodin **CVIČENÍ RODIČŮ S DĚTMI DO 1 ROKU**



Zaměřeno na správný vývoj dítěte. Lekce probíhá hravou formou za pomoci básniček a písniček. Vede fyzioterapeutka Bc. Veronika Dušková. Možnost navazujícího cvičení žen po porodu od cca 9:30 do 10:15. Rezervace nutná na tel. 725 516 738.

Vstupné 60 Kč

Pátek od 11 hodin **CVIČENÍ PRO TĚHOTNÉ**

Správné dýchání, posílení pánevního dna, správné držení těla, příprava na porod. Vede fyzioterapeutka Bc. Veronika Dušková. Rezervace nutná na tel. 725 516 738.



Vstupné 60 Kč

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

Dále je projekt spolufinancován Pardubickým krajem a městem

