



# Program Klubíčka Kroměříž, z.s. duben 2024

„Aktivity projektu „Mateřství není handicap 2024“ jsou podpořeny z dotačního programu „Rodina“ MPSV. Veškeré osobní údaje, které požadujeme o všech, kdo se účastní naší programové nabídky a našich služeb, zpracováváme proto, aby všichni měli včasné informace o programech a službách našeho centra a mohli je využívat. Zpracování osobních dat podléhá pravidlům uvedeným na našich webových stránkách.

## HERNA pro rodiče

Vstup 60,- Kč / dospělý

Pondělí	zavřeno	zavřeno
Úterý	zavřeno	16:30 - 18:00
Středa	08:30-11:30	15:00 - 18:00
Čtvrtek	08:30-11:30	15:00 - 18:00
Pátek	zavřeno	zavřeno

## Poradenství zdarma

bezplatné, prosíme, nahlaste svůj zájem předem na:  
[habrova@klubickokm.cz](mailto:habrova@klubickokm.cz) nebo na 777031252

### Psychologie (dětská i pro dospělé)

s PaedDr. Mgr. Bc. Hanou Rupertovou Paštekovou

### Pedagogika, speciální pedagogika

s Mgr. Pavlínou Švecovou

### Zdraví a zdravý životní styl

s Mgr. Radkem Mlýnkem

### Sociální a dluhová oblast

s Mgr. Kamilou Sýkorovou, Dis.

### Poradenství v oblasti rodičovství a péče o dítě

s Lucií Machalovou



# Akce měsíce dubna 2024

Pondělí 8.4.



16:00-  
18:00

## Workshop: Tajemství pánevního dna

Poznejte a ozdravte své tělo díky jedinečné metodě 3x3. Naučíte se poznávat a ovládat i ty nejhlubší vrstvy svého pánevního dna. Co vás na workshopu čeká?

- účinné posilování všech vrstev pánevního dna
- řešení a prevence inkontinence, prolapsů, diastázy
- zapojení pánevního dna při běžných činnostech
- propojení fyzické a emoční roviny - poznání pánevního dna jako našeho emočního barometru
- bioenergetické techniky na odbourání starých emočních bloků a emocí
- pro ženy všech věkových kategorií, těhotné, ženy po porodu, ženy před/po gynekologických zákrocích

Provázet workshopem vás bude Lucie Machalová, dula, laktační poradkyně, průvodkyně žen. FB: Od počátku - s doulou Lucíí.

Vstupné: 100 Kč. Workshop není vhodný pro děti. Zájem o účast je nutno hlásit na [habrova@klubickokm.cz](mailto:habrova@klubickokm.cz), dotazy tamtéž nebo na 777031252.

Úterý 9.4.



9:30-  
11:30

## Beseda: Co všechno umělá inteligence umí

Na besedě vás čekají tato témata:

- Jak nám může pomoci v práci
- AI a děti: Umělá inteligence a učení
- Přehled aplikací a uživatelské základy
- AI a lidský mozek: Co bude dál?
- Diskuze

Provázet besedou vás bude Mgr. Milena Toman, psycholožka.

Vstupné: 50 Kč. Na besedu je možné si vzít sebou děti. Zájem o účast je nutno hlásit na [habrova@klubickokm.cz](mailto:habrova@klubickokm.cz), dotazy tamtéž nebo na 777031252.



Pondělí 15.4.



16:00-  
18:00

## Cyklus besed: Skloubení podnikání a mateřství - III.

Rády byste pracovaly s rozumem a samostatně a současně při tom nechcete zanedbávat svou rodinu? Máte ale máte strach, že to nezvládnete, že nemáte dostatek času či schopnosti podnikat? Pojd'me téma sladování rodinného a pracovního života otevřít na 3 navazujících besedách:

Co vás na besedě č.3 čeká:

- Finanční stránka věci
- Jak mít svoje peníze pod kontrolou, jak nakládat s rozpočtem, jak spořit tak, aby se peníze zhodnocovaly a dělaly pro nás
- Jak se umět nacenit, a jak učit i děti finanční gramotnosti od mala

Provázet besedami vás bude Lucie Machalová, maminka 3 dětí, žena mnoha povolání a zájmů.

Vstupné: 50 Kč/beseda. Zájem o účast je nutno hlásit na [habrova@klubickokm.cz](mailto:habrova@klubickokm.cz), dotazy tamtéž nebo na 777031252.

Pátek 19.4.



16:00-  
18:00

## Beseda: Co všechno umělá inteligence umí

Několik důvodů proč přijít:

- Necháte odpočinout maminku :-), už jen to není málo :-)
- Strávíte společný čas s dětmi v přítomnosti jiných mužů a dětí
- Pomůžete centru, které navštěvuje vaše rodina (příprava zahrady na akce)
- Malé občerstvení

Co vzít sebou: všechny děti (věk není rozhodující), nůžky na stříhání větví, rukavice pro sebe (třeba i dítě), hrábě. Maminky můžou přijít též, ale budou odpočívat bez dětí v herně :-).

Setkání je zdarma. Zájem o účast je nutno hlásit na [habrova@klubickokm.cz](mailto:habrova@klubickokm.cz), dotazy tamtéž nebo na 777031252.

Pátek 26.4.



9:30-  
11:30

15:00-  
17:00

## Chlebopečení: workshop + ochutnávka a soutěž o nejlepší chleba

od 9:30 do 11:30 workshop a od 15:00-17:00 soutěž



		<p><b>Co vás na workshopu čeká?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ukážeme si celý postup pečení kváskového chleba</li> <li>- účastníci si domů odnesou kvásek, aby mohli začít ihned s pečením</li> <li>- ochutnáme čerstvě upečený chléb</li> <li>- odpoledne prosíme pekařky, aby donesly své chlebíky k ochutnávce</li> <li>- možnost konzultace pečení, sdílení tipů týkajících se pečení kváskového chleba</li> </ul> <p>Provázet workshopem vás bude Veronika Habrová. Vstupné na workshop: 50 Kč. Akce je možné se účastnit s dětmi. Zájem o účast je nutno hlásit na <a href="mailto:habrova@klubickokm.cz">habrova@klubickokm.cz</a>, dotazy tamtéž nebo na 777031252.</p>
<p>Pátek 26.4.</p> 	<p>15:00-18:00</p>	<p><b>VOLNÁ VÝMĚNA VĚCÍ</b></p> <p><b>Co vás swapu čeká:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- možnost vystavit věci ze své domácnosti na své dece a nabídnout je ostatním k výměně</li> <li>- možnost odnést si zdarma cokoli, co naleznete na výměně, a hodí se vám</li> <li>- možnost se potkat s přáteli či navázat nová přátelství</li> <li>- doprovodný program (chlebopečení - soutěž o nejchutnější domácí chleba, možnost prodat své výrobky/služby - jen pro děti)</li> </ul> <p>Akci pořádá ve spolupráci s Klubíčkem Spolek Barbořice. Vstupné: 50 Kč. Akce je velmi vhodná pro děti :-). <b>Na akci je nutné se registrovat.</b> V případě deště se akce přesouvá na 3.5.</p>
<p>Termíny setkání budou členům skupiny zasílány emailem.</p>		<p><b>Setkání svépomocné rodičovské skupiny Čiperky</b></p>
<p>Termíny setkání budou členům skupiny zasílány emailem.</p>		<p><b>Setkání svépomocné rodičovské skupiny Klokánci</b></p>
<p>Termíny setkání budou členům skupiny zasílány.</p>		<p><b>Setkání svépomocné rodičovské skupiny Želvičky</b></p>

Děkujeme našim donátorům za podporu centra.

# KLUBÍČKO KROMĚŘÍŽ



Projekt „Mateřství není handicap 2024“ je realizován z dotace MPSV ze státního rozpočtu v oblasti podpory rodiny pro rok 2024.



Nadace rozvoje občanské společnosti

Poradenské a krizové centrum, p.o.

Zlínský kraj  
Kraj bez hranic

