



OBLASTNÍ CHARITA  
ŽDÁR NAD SÁZAVOU



# Kopretina

centrum pro rodiče s dětmi

## Pobočka Bystřice nad Pernštejnem

Hornická 643, 593 01 Bystřice nad Pernštejnem

mob.: 731 130 776, e-mail: kopretina.bystrice@caritas.cz

www.zdar.caritas.cz

### PROGRAM NA OBDOBÍ – ÚNOR 2011

- Pravidelné aktivity během týdne**

|         |                    |  |
|---------|--------------------|--|
| Pondělí | 14.00 - 18.00 hod. | <u>Kavárnička</u> – volná komunikace mezi rodiči, vzájemná podpora a sdílení při řešení rodičovských starostí a radostí<br><u>Herna</u> – neorganizovaná aktivita pro rodiče s dětmi; volný přístup k motorickým i terapeutickým hrám, hračkám a ke sportovnímu náčiní |
|         | 15.00 - 16.00 hod. | <u>Dramatáček</u> – aktivita pro rodiče s dětmi, rozvoj pohybového a rytmického citění a rozvoj mluvních dovedností  |
|         | 16.00 – 18.00 hod. | <u>Neználek</u> - rozvíjení motorických schopností pro rodiče s dětmi  |
|         | 16.00 - 18.00 hod. | <u>Tvůrčí dílna</u> – rozvíjí nejenom samotnou manuální zručnost, ale i kreativitu, napomáhá ke zvyšování dovedností a sebevědomí; podporuje efektivní komunikaci mezi rodičem a dítětem   |
| Úterý   | Zavřeno            |  |
| Středa  | 9.00 - 10.00 hod.  | <u>Barevné cvičení pro rodiče s dětmi</u> – rodiče se učí, jak správným způsobem rozvíjet motorické schopnosti svého dítěte a zlepšit koordinaci těla pomocí aktivních her, cvičení a písniček   |
|         | 10.00 - 10.30 hod. | Zklidnění a relaxace s pohádkou  |
|         | 9.00 - 13.00 hod.  | <u>Keramika</u> (sudé týdny) – tvoření z keramické hlíny dle předlohy nebo vlastní fantazii  |
|         | Od 9.00 hod.       | <u>Den pro ženy</u> – péče o tělo a zdraví – poradenství   |
|         | 8.30 - 13.00 hod.  | Kavárnička a herna   |
|         | 14.00 - 18.00 hod. | Kavárnička a herna   |
| Čtvrtek | 9.00 - 11.00 hod.  | <u>Kulinářská dílna</u> (sudý týden) – vede rodiče ke zdravému životnímu stylu, napomáhá k získávání dovedností a zručnosti ve vaření; připravujeme pokrmy zdravě, rychle, levně   |
|         | 9.00 - 11.00 hod.  | Tvůrčí dílna   |
|         | 8.30 - 13.00 hod.  | Kavárnička a herna   |
|         | 14.00 - 18.00 hod. | Kavárnička a herna   |
|         | 15.00 – 15.30hod.  | Angličtina pro začátečníky   |
|         | 16.00 – 16.30hod.  | Angličtina pro pokročilé   |
| Pátek   | Zavřeno            |  |

• **Podrobná nabídka programů a aktivit**



**Pondělí 31.1. 2011**

|                   |   |
|-------------------|---|
| 15.15 – 16.15hod. | <b>Dramatáček</b>   |
| 16.00 – 18.00hod. | <b>Neználek</b> – rozvíjení motorických schopností pro rodiče s dětmi |

**Středa 2.2. 2011**

|                    |  |
|--------------------|--|
| 9.00 - 13.00hod.   | <b>Tvůrčí dílna – drátkované rybičky pro štěstí s p.Renatou Uhrincovou-</b><br>nutno objednat předem na tel. 731 130 776 |
| 9.00 - 12.00hod.   | <b>Den pro ženy</b> - masáže se Soňou Lejčkovou – poradenství  |
| 14.00 – 18.00 hod. | <b>Tvůrčí dílna</b> – kraklování rámečků   |

**Čtvrtek 3.2. 2011 - POZOR ZMĚNA!!!**

|                   |                                      |
|-------------------|--------------------------------------|
| 8.00 – 13.00hod.  | <b>ZAVŘENO</b>                       |
| 15.00 - 16.30hod. | <b>Angličtiny pro rodiče s dětmi</b> |

**Pondělí 7.2. 2011 – POZOR! – odpoledne otevřeno jen pro DRAMATÁČEK**

|                  |                   |
|------------------|-------------------|
| 15.15-16.15 hod. | <b>Dramatáček</b> |
|------------------|-------------------|

**Středa 9.2. 2011**

|                   |  |
|-------------------|--|
| 9.00 - 13.00 hod. | <b>Tvůrčí dílna</b> – kraklování rámečků                         |
| 14.00 -18.00 hod. | <b>Den pro ženy</b> – kosmetika s Lenkou Horákovou – poradenství |
| 14.00 -18.00 hod. | <b>Tvůrčí dílna</b> – jak se dělá rybička ze špatného cédečka    |

**Čtvrtek 10.2. 2011**

|                   |   |
|-------------------|---|
| 9.00 - 13.00 hod. | <b>Kulinářská dílna</b> – výborné rohlíky tety Pavlinky |
| 15.00 - 16.30hod. | <b>Angličtiny pro rodiče s dětmi</b>                    |

**Pondělí 14.2. 2011**

|                    |   |
|--------------------|---|
| 15.15 - 16.15 hod. | <b>Dramatáček</b>   |
| 16.00 - 18.00 hod. | <b>Neználek</b> - rozvíjení motorických schopností pro rodiče s dětmi |

**Středa 16.2.2011**

|                 |  |
|-----------------|--|
| 9.00-13.00 hod. | <b>ZAVŘENO</b>   |
| Od 14.30hod.    | <b>Den pro ženy</b> – kadeřnice Eva Jarošová – poradenství |
| Od 15.45 hod.   | <b>Beseda o dětech s Mgr. Lenkou Palečkovou</b>            |

**Čtvrtek 17.2.2011 - POZOR ZMĚNA!!!**

|                   |                                      |
|-------------------|--------------------------------------|
| 8.00 – 13.00hod.  | <b>ZAVŘENO</b>                       |
| 15.00 - 16.30hod. | <b>Angličtiny pro rodiče s dětmi</b> |



### **Pondělí 21.2. 2011**

|                    |   |
|--------------------|---|
| 15.15 - 16.15 hod. | <b>Dramat'áček</b>  |
| 16.00 - 18.00 hod. | <b>Neználek</b> - rozvíjení motorických schopností pro rodiče s dětmi |

### **Středa 23.2.2011**

|                 |   |
|-----------------|---|
| 9.00-13.00 hod. | <b>Keramika</b> – fantazii se meze nekladou                                       |
| Od 15.30 hod.   | <b>Aranžování s Markétou – Jaro na stole</b> - nutno objednat na tel. 731 130 776 |

### **Čtvrtek 24.2.2011**

|                   |  |
|-------------------|--|
| 9.00 - 13.00hod.  | <b>Tvůrčí dílna</b> – výroba masek na karneval |
| 15.00 - 16.30hod. | <b>Angličtiny pro rodiče s dětmi</b>           |
| 15.00 – 18.00hod. | <b>Tvůrčí dílna</b> – výroba masek na karneval |

### **Pondělí 28.2. 2011**

|                    |   |
|--------------------|---|
| 15.15 - 16.15 hod. | <b>Dramat'áček</b>                            |
| 16.00 - 18.00 hod. | <b>Tvůrčí dílna- výroba masek na karneval</b> |

## • Připravujeme:

**2.3. KOPRETINOVÝ KARNEVAL-** odpoledne plné her, soutěží a veselého dovádění v maskách v Kopretině

**16.3. MATÝSEK** - prodej kvalitního oblečení pro děti i dospělé od českého výrobce

## 19.3. muzikál **DĚTI RÁJE**

Zájezd na muzikál do divadla Kulturní portál v Praze

se uskuteční **v sobotu 19.3.2011.**

Začátek muzikálu je v 19.00 hod.

Cena vstupenky na muzikál je 699,-Kč,

cena za dopravu je 250,-Kč. Celkově za osobu 950,- Kč.

Platba za zájezd proběhne při přihlášení, nejpozději do **8.3.2011. Počet míst je omezen – zasedací pořádek určen, dle rychlosti přihlášení na mobil: 731 130 776.**

Bližší informace v centru Kopretina nebo na e-mailu [kopretina.bystrice@caritas.cz](mailto:kopretina.bystrice@caritas.cz)

Odjezd od Kopretiny – centra pro rodiče s dětmi, ul.Hornická 643 ve 14.00 hodin.

## Zprostředkování poradenství v prarodinných službách

Služba je určena ženám a dívkám, které se ocitly v ohrožení života nebo v nepříznivé životní situaci.

Zaskočilo Vás nečekané těhotenství?

Trápí Vás partnerská nebo rodinná situace?

Jste vystavena Vy nebo někdo z Vašich blízkých domácímu násilí?

Nemáte si s kým popovídat o Vašich starostech?

Máte pocit, že Vaše problémy jsou příliš malicherné na to, abyste s nimi šla za psychologem nebo psychiatrem?

Zajímá Vás metoda přirozeného plánování rodičovství?

**Uděláme si na Vás čas**, vyslechneme Vaše problémy, společně se pokusíme najít cestu.

V případě Vašeho zájmu Vás zkontaktujeme s dalšími odborníky.



### **Kontakt na konzultantku prarodinných služeb:**

**Hana Jelínková ,tel.: 566 690 215, mob.: 731 646 777,**

**e-mail: kopretina.zdar@caritas.cz**

### • **Pomoc mladým rodinám**

V rámci pomoci mladým rodinám nabízíme k zapůjčení monitory dechu, el. odsávačku mléka, váhu pro kojence, základní vybavení pro kojence (postýlku, vaničku, fusak...), literaturu a videokazety o tématech týkajících se intimních oblastí života ženy, porodu, kojení, péče o děti, výchovy, mezilidských vztahů apod.

**Poskytujeme zdarma** použité oblečení po dětech do tří let **a zprostředkování odborného poradenství v prarodinných službách.**

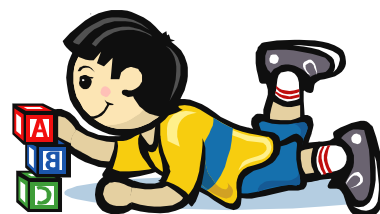
**Informace u pracovníc Kopretiny**

### ***Do Kopretiny vezměte s sebou...***

*vlastní přezůvky pro dospělé i děti, pracovní oděv na výtvarné činnosti, oblíbenou hračku, svačinku a především dobrou náladu.*

*Pitný režim zajištěn.*

***Příspěvek na rodinku činí 30 Kč.***



### **Kontakt:**

#### **Kopretina – centrum pro rodiče s dětmi**

Radešínská Svratka 11, 592 33 Radešínská Svratka

e-mail: [kopretina.radsvratka@caritas.cz](mailto:kopretina.radsvratka@caritas.cz)

mob.: 732 126 905, [www.zdar.caritas.cz](http://www.zdar.caritas.cz)

**Vedoucí, koordinátorka: Zdenka Šrámková**

#### **Pobočka Bystřice nad Pernštejnem**

Hornická 643, 593 01 Bystřice nad Pernštejnem

e-mail: [kopretina.bystrice@caritas.cz](mailto:kopretina.bystrice@caritas.cz)

mob.: 731 130 776

**Odpovědná pracovníce: Gabriela Vítková**

**Pavla Polnická**

