



Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta zaprasza na listopadowe wydarzenia

2017-11-15

18.11. GODZ. 10.00-13.00, CYRKOWA SOBOTA

Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Dywizjonu 303 nr 1)

W te mroźne jesienno-zimowe poranki, warto rozgrzać i rozruszać kości... 18 listopada br. odbędzie się kolejne już spotkanie z cyklu otwartych sobotnich "pikników" cyrkowych! "Pikniki" w cudzysłowie, ponieważ dopóki nie wróci do nas ładna pogoda, zajęcia odbywają się w Klubie 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Dywizjonu 303 nr 1, pierwsze piętro). W programie spotkań są cyrkowe gry i zabawy dla najmłodszych oraz warsztaty dla wszystkich zainteresowanych (z nastawieniem na początkujących). Propozycja skierowana jest do każdej grupy wiekowej. Nie ważne czy masz lat 5, czy 95, przyjdź i spróbuj swoich sił z naszymi instruktorami! Spędź sobotni poranek z cyrkiem!

Plan działań:

- w godz. 10.00 do 11.30 zajęcia dla osób powyżej 12 r. ż.
- w godz. 11.30 do 13.00 zajęcia dla dzieciaków poniżej 12 r. ż.

Osoby dorosłe mogą zostać po godz. 11.30 i nadal trenować, jednak bez opieki instruktora, a w przypadku grupy dla dzieci – do zabawy zapraszamy również rodziców!

Wstęp wolny!

18.11. GODZ. 11.30-13.30 KLUB RODZICÓW: PROJEKT WSPÓLNA SOBOTA - ROZMOWY MUZYKĄ

Klub Jędrus Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Centrum A 6a)

Rozmowy muzyką, czyli warsztat umuzykalniający dla rodziców z dziećmi to zajęcia przeznaczone dla rodziców wraz z ich pociechami, którzy pragną spędzić czas ze swoimi dziećmi przy dźwiękach muzyki. Będzie ona tworzona mocą wspólnych głosów i odgłosami pochodzącymi z przeróżnych instrumentów. Spróbujemy odnaleźć dźwięki, które zarówno dorośli, jak i dzieci zechcą słyszeć częściej w swoich domach i które staną się ich własną pieśnią, "pieśnią domu". Warsztat ma na celu nie tylko zapewnić mile i kreatywnie spędzony czas, ale także uwrażliwienie rodziców na potrzeby, preferencje dzieci - i na odwrót. Muzyka stanie się środkiem do wyrażenia swoich uczuć i pragnień. Prowadzenie: Karolina Dziabkowska: psycholożka, psychodramatystka, aktorka, muzyk.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ płać 0,5 zł.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

20.11. GODZ. 10.00, ZACZAROWANA BIBLIOTEKA - CO NAM JESIEŃ W DARZE NIESIE

Klub Mirage Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Bohaterów Września 26)

W tym miesiącu przedszkolaki wraz z Panem Listopadem dowiedzą się, jakie niespodzianki



**Magiczny
Kraków**

przygotowała dla nas Pani Jesień. Orzechy, kolorowe liście czy może deszcz i jesienną szarugę. Tego wszystkiego dowiecie się na kolejnym spotkaniu. Serdecznie zapraszamy.

Zaczarowana biblioteka to cykl zajęć edukacyjnych dla maluchów. Zajęcia odbywają się raz w miesiącu i prowadzone są przez pracowników Biblioteki Kraków Filia 48. Podczas wyprawy do tajemniczego świata książek dzieci będą miały okazję wysłuchać ciekawych baśni, bajek i opowiadań a wraz z ich bohaterami poznawać otaczający ich świat. Każde spotkanie poświęcone jest innemu tematowi.

Wstęp wolny.

20.11. GODZ. 15.00-15.45, KLUB RODZICÓW: GIMNASTYKA Z BRZUSZKIEM I MALUSZKIEM

Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Dywizjonu 303 nr 1)

Gimnastyka dla kobiet w ciąży i po porodzie z niemowlakiem. W programie zajęć: ćwiczenia wzmacniające mięśnie, ćwiczenia oddechowe przygotowujące do porodu, ćwiczenia BPU po porodzie oraz seria ćwiczeń wzmacniających i rozciągających mięśnie, korygujących ewentualną nadwagę, kształtujących sylwetkę sprzed porodu.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ płacą 0,5 zł.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

20.11. GODZ. 17.00-18.30, KLUB RODZICÓW: DOGOŃ PEGAZA

Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Dywizjonu 303 nr 1)

Międzypokoleniowe kreatywne zajęcia dla dzieci 6-9 lat i ich opiekunów. 20 listopada uczestnicy „wybiorą się” z rodzicem do cyrku. Instruktorzy zaproszą dzieci z opiekunami na warsztaty cyrkowe, podczas których zgłębiać będą tajniki żonglowania, kręcenie talerzami, poi i inne ciekawe cyrkowe wyzwania.

Zajęcia w ramach cyklu Dogoń Pegaza podzielone są na różne aktywności: *Cyrk, Gry podwórkowe, Muzyka, Duo-akro*. Zajęcia rozwijają dzieci wszechstronnie, a dzięki udziałowi w zajęciach rodziców lub opiekunów dają możliwość wspólnego spędzenia czasu w rodzinnym gronie i nabycia nowych umiejętności.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ płacą 0,5 zł.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

20.11. GODZ. 18.00, KLUB RODZICÓW: SPOTKANIE ZE SPECJALISTĄ - MASAŻ NIEMOWLĘCY

Klub Karino Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (ul. Truskawkowa 4)



Podczas zajęć młodzi rodzice dowiedzą się jak przygotować się do masażu niemowlęcia, oraz jak go wykonać. Dowiedzą się o korzyściach dla rodzica i dziecka, jakie wiążą się z masażem. Dotyk kochającego opiekuna wzmacnia więź pomiędzy nim a niemowlakiem. Delikatne masowanie poprawia rozwój mózgu, pobudza układy w organizmie dziecka i wspomaga trawienie. Poza tym są bardziej zrelaksowane i lepiej śpią. Prowadząca - Barbara Górską - specjalizująca się w masażu oraz aromaterapii. Praktykę oraz szkolenie odbyła w Anglii, ukończyła Middlesex School Of Complementary Medicine.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

21.11. GODZ. 16.00, KLUB RODZICÓW: SPOTKANIE ZE SPECJALISTĄ - RUCH I ZABAWA „SIAŁA BABA MAK”

Klub Karino Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (ul. Truskawkowa 4)

Siała baba mak... to zajęcia adaptacyjno-integracyjne w kameralnej grupie. Przeznaczone dla maluszków w wieku od 1 roku i ich rodziców. Są to zajęcia dla rodziców, którzy chcą wspierać rozwój swoich pociech poprzez zabawę i kontakt z grupą. Podczas zajęć z wykorzystaniem krótkich wierszyków, wyliczanek i piosenek, dzieci uczyć się będą rozróżniać ton głosu. Poznają różne modulacje głosowe od szeptu do krzyku, poćwiczą mówienie półgłosem, głośno, cienko, grubo, szeptem. W drugiej części spotkania uczestnicy wezmą udział w zabawach dywanikowych z pokazywaniem oraz muzyczno-ruchowych z wykorzystaniem chusty Klanzy i małych chustek animacyjnych. Prowadząca: - Elżbieta Chowaniec - doświadczony nauczyciel nauczania początkowego, animator zabaw dla dzieci.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

21.11. GODZ 17.00, MISIAKI PLUSZAKI

Klub Jedność Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (ul. Drożyska 3c)

Pluszaki i misie uwielbia każdy maluch. Czy można sobie wyobrazić dzieciństwo bez pluszowego misia? Tak miło wtulić się w miękkie i puszyste futerko małego przyjaciela - czasem bez oka, ucha, z przetartym futerkiem na brzuszku, do przytulania i ściskania. *Misiaki, pluszaki* to impreza dla najmłodszych. W programie misiowy konkurs wiedzy, zapoznanie z piosenkami o tematyce misiowej, nauka jednej z nich, rozpoznawanie melodii z bajek, gry i zabawy ruchowe.

Wstęp wolny.

21.11. GODZ. 17.30, MISIE PYSIE

Klub Herkules Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (ul. gen. M. Karaszewicza-Tokarzewskiego 29)

Klub Herkules zaprasza dzieci na imprezę z okazji obchodów Światowego Dnia Pluszowego



**Magiczny
Kraków**

Misia. 25 listopada to dzień, kiedy na świecie obchodzi się urodziny pluszowego misia. Miś jest przyjacielem dzieci, czy zatem wypada zapomnieć o urodzinach przyjaciela? Miś to nie tylko pluszowa przytulanka, to „ktoś” bardzo bliski, czuły, cierpliwy i często niezastąpiony. W programie: parada misiów, konkurs plastyczny, czytanie bajek, misiowa kraina, czyli zabawy, piosenki, konkursy, zagadki. Zabierz ze sobą ulubionego pluszowego misia.

Wstęp: 5 zł

22.11. GODZ. 17.00-18.30, KLUB RODZICÓW: WARSZTATY LOGOPEDYCZNE

Klub Dukat Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (ul. Styczna 1)

Spotkanie ze specjalistą w dziedzinie logopedii w ramach Klubu Rodziców. Zajęcia poprowadzi Pani Agnieszka Jagielska-Czura, mama rozbrykanych czteroletnich bliźniaków, która kocha pracę z dziećmi. Sama prowadzi gabinet logopedyczny Pan Maluśkiewicz, w którym pokazuje rodzicom jak pracować z dzieckiem, by zwiększyć komfort jego funkcjonowania w dorosłym życiu.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

22.11. GODZ. 18.30-20.00, KLUB RODZICÓW: WARSZTATY KONSTRUKTORSKIE „ZŁOTA RĄCZKA”

Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Dywizjonu 303 nr 1)

Warsztaty konstruktorskie dla Ojców z synami – specjalnie dla nich stworzona zostanie męska przestrzeń, gdzie będą mogli wspólnie popracować i stworzyć coś niesamowitego. Zajęcia pod okiem „złotej rączki”, która zawsze będzie służyć radą i wcześniej instruować, co i jak należy wykonać.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

24.11. GODZ. 12.30-14.30, KLUB RODZICÓW: PIERWSZY ROK ŻYCIA DZIECKA

Klub Jędrus Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Centrum A 6a)

Podczas zajęć poruszone zostaną najważniejsze elementy opieki i rozwoju dzieci w pierwszym roku życia, czyli jak stworzyć naszemu dziecku środowisko do zdrowego i harmonijnego rozwoju. W szczególności będzie mowa o: sposobach podnoszenia, trzymania oraz noszenia niemowlęcia; ubierania oraz zmieniania pieluszek z uwzględnieniem najnowszej wiedzy z zakresu rozwoju psychomotorycznego niemowlęcia; pozycji ułożeniowych niemowlęcia w łóżeczku - plusy i minusy, oraz na co należy zwrócić uwagę; jak wybrać sprzęt wspomagający zdrowy rozwój psychomotoryczny niemowlęcia (wózki, leżaczki, maty, nosidełka, huśtawki, chodziki, jeździki, zabawki); jak przez zabawę wspierać rozwój niemowlaka na różnych etapach



**Magiczny
Kraków**

rozwoju. Prowadzenie: Magdalena Rusiecka, fizjoterapeutka.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

25.11. GODZ. 11.30-13.30, KLUB RODZICÓW: PROJEKT WSPÓLNA SOBOTA - W DOLINIE MUMINKÓW

Klub Jędrus Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Centrum A 6a)

Kreatywne warsztaty rodzinne z książkami. W sobotę 25 listopada uczestnicy zapoznają się z książkami Tove Jansson o rodzinie Muminków i ich przyjaciółach. Wspólnie stworzą Dolinę Muminków, razem z domkiem i jej bohaterami, poznają ich przygody. Warsztatom towarzyszyć będzie słuchowisko „Lato Muminków”.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

26.11. GODZ. 16.00-19.00, KLUB RODZICÓW: SZAFKA TALENTÓW

Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Dywizjonu 303 nr 1)

Rodzinne warsztaty dla dzieci rodziców. W programie imprezy m.in. warsztaty konstruktorskie, muzyczne, kreatywne i cyrkowe. Dla rodziców zostanie przygotowana specjalna przestrzeń do odpoczynku, swobodnych rozmów przy kawie. Impreza oprócz edukacyjnego i zabawowego waloru ma na celu integrację rodzin i rozpowszechnienie idei Klubu Rodziców.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

27.11. GODZ. 15.00-15.45, KLUB RODZICÓW: GIMNASTYKA Z BRZUSZKIEM I MALUSZKIEM

Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Dywizjonu 303 nr 1)

Gimnastyka dla kobiet w ciąży i po porodzie z niemowlakiem. W programie zajęć: ćwiczenia wzmacniające mięśnie, ćwiczenia oddechowe przygotowujące do porodu, ćwiczenia BPU po porodzie oraz seria ćwiczeń wzmacniających i rozciągających mięśnie, korygujących ewentualną nadwagę, kształtujących sylwetkę sprzed porodu.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

27.11. GODZ. 17.00-18.30, KLUB RODZICÓW: DOGOŃ PEGAZA

Klub 303 Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (os. Dywizjonu 303 nr 1)



**Magiczny
Kraków**

Międzypokoleniowe kreatywne zajęcia dla dzieci 6-9 lat i ich opiekunów. 27 listopada na warsztatach zostaną wywołane dawna i współczesne zabawy podwórkowe. *Gry podwórkowe*, które już powoli odchodzą w zapomnienie na zajęciach przeżyją swoją drugą młodość. Przypomnimy Rodzicom, a dzieci nauczymy jak można wykorzystać nakrętki od słoików, kapsle, kredę i nie tylko. Zajęcia w ramach cyklu Dogoń Pegaza podzielone są na różne aktywności: *Cyrk, Gry podwórkowe, Muzyka, Duo-akro*. Zajęcia rozwijają dzieci wszechstronnie, a dzięki udziałowi w zajęciach rodziców lub opiekunów dają możliwość wspólnego spędzenia czasu w rodzinnym gronie i nabycia nowych umiejętności.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

29.11. GODZ. 16.00, KLUB RODZICÓW: SPOTKANIE ZE SPECJALISTĄ - WARSZTATY WOKALNE „DŹWIĘKOLANDIA”

Klub Karino Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (ul. Truskawkowa 4)

Warsztaty "Dźwiękolandia" to działania muzyczne łączące twórczy potencjał dzieci, aktywowanie wyobraźni muzycznej u dzieci przy pomocy instrumentów muzycznych – gitary i keyboard'u. Po raz drugi dzieci i ich rodzice spotkają się w Klubie Rodzica z Karolem Dziedzicem. Gość poprowadzi kolejne warsztaty, podczas których wykorzystane zostaną umiejętności wokalne dzieci. Ćwiczona będzie praca nad głosem, oddechem, dykcją, emisją.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*

29.11. GODZ. 17.00-18.30, KLUB RODZICÓW: POPRAWNA KOMUNIKACJA TO PODSTAWA

Klub Dukat Ośrodka Kultury Kraków-Nowa Huta (ul. Styczna 1)

Spotkanie poprowadzi Ewelina Zdebska - doktor nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki, adiunkt pracownik naukowo-dydaktyczny Instytutu Pracy Socjalnej Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie. Zajmuje się metodyką pracy socjalnej, problemami i kwestiami społecznymi, instytucjami wsparcia społecznego oraz zagadnieniami komunikacji w rodzinie.

*Wstęp: 1 zł od osoby dorosłej/zajęcia. **Osoby posiadające Krakowską Kartę Rodzinną 3+ obowiązują 50% zniżka.** Zajęcia dofinansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.*