



**Magiczny  
Kraków**

## **Fundacja Polekont - Istota Przywiązania, os. Oświecenia 39/1A**

2026-03-27

Celem „Fundacji Polekont – Istota Przywiązania” jest wspieranie rodzin z Krakowa, wzmacnianie ich kompetencji w zakresie wychowywania dzieci oraz pomoc w odnalezieniu własnej ścieżki w rodzicielstwie.

Klub Rodziców Fundacji Polekont to bezpieczne i przyjazne miejsce, w którym rodzice mogą dzielić się swoimi doświadczeniami, wspierać w rodzicielskich wyzwaniach, a także brać udział w rozwijających spotkaniach i warsztatach.

**Prowadzenie Klubu Rodziców jest finansowane ze środków Gminy Miejskiej Kraków.**

### **Godziny otwarcia Klubu (strefy zabawy):**

poniedziałki: 14:00-19:00

wtorki: 9:00-14:00

środy: 9:00-14:00

czwartki: 9:00-14:00

piątki: 9:00-14:00

wybrane soboty: 9:00-14:00

### **Harmonogram zajęć w kwietniu**

---

**2026-04-01, godz. 10:00-11:00** – akwarelowe malowanie dla mam

**2026-04-02, godz. 9:30-10:30** – zabawy sensoryczne dla dzieci

**2026-04-07, godz. 12:15-13:15** – zajęcia muzyczne

**2026-04-08, godz. 10:00-11:00** – akwarelowe malowanie dla mam

**2026-04-09, godz. 9:30-10:30** – zabawy sensoryczne dla dzieci

**2026-04-10, godz. 10:00-11:00** – spotkanie ze specjalistą: „Życie z więcej niż jednym dzieckiem”



**2026-04-13, godz. 17:00-18:00** – zajęcia twórcze dla dzieci

**2026-04-14, godz. 12:15-13:15** – zajęcia muzyczne

**2026-04-15, godz. 10:00-11:00** – akwarelowe malowanie dla mam

**2026-04-16, godz. 9:30-10:30** – zabawy sensoryczne dla dzieci

**2026-04-17, godz. 10:00-11:00** – warsztaty „Co to jest wypalenie rodzicielskie?”

**2026-04-20, godz. 17:00-18:00** – zajęcia twórcze dla dzieci

**2026-04-21, godz. 12:15-13:15** – zajęcia muzyczne

**2026-04-22, godz. 10:00-11:00** – akwarelowe malowanie dla mam

**2026-04-22, godz. 12:00-13:00** – spotkanie ze specjalistą: „Pierwsza pomoc – wspieranie odporności”

**2026-04-23, godz. 9:30-10:30** – zabawy sensoryczne dla dzieci

**2026-04-27, godz. 17:00-18:00** – zajęcia twórcze dla dzieci

**2026-04-28, godz. 12:15-13:15** – zajęcia muzyczne

**2026-04-29, godz. 10:00-11:00** – akwarelowe malowanie dla mam

**2026-04-30, godz. 9:30-10:30** – zabawy sensoryczne dla dzieci

## **Szczegóły wydarzeń**

---

### **Życie z więcej niż jednym dzieckiem**

Na spotkaniu z psychologką będziemy rozmawiać o tym:

- jak wspierać i się nie zgubić,
  - jak to jest między sprawiedliwością a potrzebami,
  - jak to jest, gdy każde dziecko jest inne i każde ważne,
  - jak w tym wszystkim nie zwariować.
- 

### **Co to jest wypalenie rodzicielskie?**



Wypalenie kojarzy nam się zdecydowanie z tematem zawodowym. Istnieje jednak takie coś, jak wypalenie rodzicielskie i są na to nawet badania naukowe!

- Co to takiego to wypalenie?
  - Czym się objawia?
  - Kto jest nim zagrożony i jak się przed nim bronić?
- 

### **Pierwsza pomoc - wspieranie odporności**

Na spotkaniu porozmawiamy o tym:

- jak wspierać odporność maluchów i czy są dzieci, które nie chorują?
- co wpływa na odporność naszych dzieci – co ją wspiera, a co osłabia?
- z którymi objawami warto próbować radzić sobie w domu (i w jaki sposób), a kiedy bezwzględnie trzeba szukać pomocy specjalistów?

Zajęcia poprowadzi pielęgniarka dziecięca pracująca w Uniwersyteckim Szpitalu Dziecięcym w Prokocimiu.

---

### **Zabawy sensoryczne dla dzieci**

Doświadczenie świata wszystkimi zmysłami – zapraszamy na 60 minut wspólnej zabawy. Zabawy sensoryczne to czas brudzenia się, kreatywności i spontanicznej twórczości.

Prosimy o przyjscie w swobodnych ubraniach, które mogą się pobrudzić.

---

### **Zajęcia muzyczne**

Zajęcia umuzykalniające mają korzystny wpływ na rozwój intelektualny, emocjonalny i społeczny. Z badań naukowych wynika, że:

- stymulują pełny i harmonijny rozwój mózgu,
- są wspaniałym treningiem pamięci i koncentracji,
- rozwijają zdolności językowe,
- uczą logicznego myślenia,
- wpływają na rozwój zdolności matematycznych,
- poprawiają samopoczucie (uspokajają i pomagają rozładować emocje),
- uczą pracy w zespole.

Zapisujemy tylko dzieci w wieku 0-3 lata.



**Magiczny  
Kraków**

---

## **Zajęcia twórcze dla dzieci**

Zapraszamy dzieci od 2 r.ż. na różnorodne zajęcia twórcze, w czasie których będziemy ćwiczyć umiejętności manualne wykonując proste, kreatywne prace plastyczne. Zapoznamy dzieci z różnymi materiałami i przyborami plastycznymi, nauczymy kleić, malować, rysować, wycinać, ozdabiać, nawlekać i przeplatać. Będziemy ćwiczyć rączki, tworzyć coś z niczego oraz przez zabawę poznawać kolory, kształty i różne zależności. A wszystko to w miłej, swobodnej atmosferze, w bezpiecznym towarzystwie rodziców.

Zachęcamy do założenia swobodnych ubrań, które mogą się pobrudzić lub o zabranie ubrań na zmianę. W zajęciach może również uczestniczyć starsze rodzeństwo klubowiczów (dzieci w wieku 3-6 lat).

---

## **Akwarelowe malowanie dla mam**

Malowanie jest jak medytacja. Akwarele są wdzięczne i dają wiele możliwości wykorzystania ich uroku. Malować może każdy - przyjdź i sprawdź, jak relaksujące jest malowanie akwarelami.

Zapewniamy wszystkie potrzebne materiały.

## **KONTAKT:**

**Fundacja Polekont - Istota Przywiązania**

**os. Oświecenia 39/1A, 31-636 Kraków**

**Tel.: 889 226 673**

**E-mail: [klubrodzicow@fundacjapolekont.pl](mailto:klubrodzicow@fundacjapolekont.pl)**

**[www.fundacjapolekont.pl/klub-rodzicow/klub-oswiecenia](http://www.fundacjapolekont.pl/klub-rodzicow/klub-oswiecenia)**

**[Klub Rodziców Fundacji Polekont | Facebook](#)**