



Klub Jędrus - Ośrodek Kultury Kraków - Nowa Huta

2025-03-24

Klub Jędrus zlokalizowany jest w Dzielnicy XVIII Nowa Huta, w pobliżu Placu Centralnego im. R. Reagana, który jest bardzo dobrze skomunikowany z centrum Krakowa. Klub znajduje się na I piętrze wolnostojącego budynku w środku osiedla, gdzie nie dociera hałas uliczny, ale którego niedogodnością są schody, które trzeba pokonać do drzwi wejściowych. Wychodząc naprzeciw Rodzicom, Klub zamontował przy dole schodów bezprzewodowy dzwonek, za pomocą którego mogą wezwać pracowników Klubu, którzy pomogą wnieść wózek. W klubie znajduje się szatnia oraz duża sala wyposażona w sprzęt dla dzieci (poduszki, dywanik, zabawki) i wygodną przestrzeń dla rodziców (kanapa, pufy). Do dyspozycji jest też przewijak.

Harmonogram zajęć Klubu Rodziców w marcu

Środy

17.00 - 17.55 - ENCE PENCE - GRY I ZABAWY RUCHOWE

Zabawy rodzinne z wykorzystaniem gimnastyki prowadzonej metodą Sherborne. Wesołe brykanie rodziców z dziećmi w wieku 0-3 lat. Podczas zajęć dzieci będą rozwijać świadomość własnego ciała i usprawniania ruchowego; świadomość przestrzeni i działania w niej; dzielenia przestrzeni z innymi ludźmi i nawiązywania z nimi bliskiego kontaktu.

8 marca (sobota)

11.30 - 13.00 - Dzień kobiet małych i dużych

Zajęcia wzmacniające więź i wspomagające rozwój dzieci. W dniu święta kobiet będą tworzone plastyczne kwiaty dobrych wiadomości, z symbolicznym zaznaczeniem najważniejszych rodzinnych potrzeb: uśmiech, serce, bliskość. Takie kwiaty będą wzmacniać przez cały rok.

26 marca (środa)

18.00 - 19.30 - Autoterapia - masaż twarzy z elementami kinesiotapingu

Pierwsze w tym roku spotkanie z fizjoterapeutką. Mamy zajmą się rozluźnianiem powięzi na twarzy, co przyczyni się do ogólnego rozluźnienia. W trakcie zajęć dla mam zapewniamy opiekę



**Magiczny
Kraków**

nad dziećmi.

KONTAKT:

Klub Jędrus - Ośrodek Kultury Kraków-Nowa Huta

Os. Centrum A 6a, 31-923 Kraków

Tel.: 504 418 913

E-mail: jedrus@krakownh.pl

www.krakownh.pl/oddzial/klub-jedrus