



**Magiczny
Kraków**

Międzynarodowy Tydzień Bliskości 2017

2017-09-26

Międzynarodowy Tydzień Bliskości 2017

**ARTzona Ośrodek Kultury im. C. K. Norwida
os. Górali 4, Kraków**

2-7 października 2017

Zapraszamy wszystkich rodziców i ich dzieci na cykl bezpłatnych warsztatów, które zostały zorganizowane z okazji obchodów Międzynarodowego Tygodnia Bliskości w nowohuckiej ARTzonie Ośrodka Kultury im. C. K. Norwida (os. Górali 4). Akcja trwać będzie od 2-7 października 2017 r.

Międzynarodowy Tydzień Bliskości to święto stworzone przez organizację BabyWearing International Inc., która propaguje noszenie dzieci w chustach, miękkich nosidłach czy po prostu w ramionach rodziców. Od siedmiu lat wydarzenie to organizowane jest w Nowej Hucie przez Ośrodek Kultury im. C. K. Norwida we współpracy z portalem ekorodzice.pl. To całotygodniowe wydarzenie dla dzieci i rodziców promujące zdrowy i ekologiczny tryb życia oraz idee rodzicielstwa bliskości. Dzięki zaangażowaniu wielu specjalistów Międzynarodowy Tydzień Bliskości jest wydarzeniem, podczas którego z wykładów, warsztatów i spotkań rodzice małych dzieci i rodzice oczekujący dziecka mogą korzystać bezpłatnie. Podczas tegorocznej edycji Międzynarodowego Tygodnia Bliskości będzie można skorzystać z kilkunastu bezpłatnych warsztatów, spotkań, wykładów i imprez towarzyszących. W programie m.in.: warsztaty z dietetykiem i doradcą laktacyjnym, pokazy i warsztaty chustowych, spotkania z psychologami, trenerami, ekowarsztaty DIY, naturalna pielęgnacja oraz koncert dla dzieci i rodziców zespołu Czereśnie, spektakl „Puk Puk” Teatru Chrzęszcz w Trzcinie oraz Dyskusyjny Klub Filmowy dla dzieci w Studyjnym Kinie Sfinks.

WSTĘP WOLNY

Zapisy: k.szczesniak@okn.edu.pl

PROGRAM

Poniedziałek 2.10.2017

- g. 12.00-13.00 - Masaż Shantala, prowadzenie Paulina Łasak-Ponikło / www.groszki.com.pl
- g. 13.30-14.30 - Już nie tetra i ceratka, czyli o pieluchowaniu wielorazowym noworodka, prowadzenie Maria Porwoł
- g. 17.30-19.00 - Szydełkowe domowe ZOO, prowadzenie Hanna Walczyk / Ekorodzice.pl

Wtorek 3.10.2017



- g. 9.00-09.45 - Twórcze harce, prowadzenie Anna Widzyk-Kampa / Manula
- g. 10.00-12.00 - Ból w porodzie, prowadzenie Beata Meinguer-Jedlińska
- g. 12.15-13.45 - Jak łagodnie, w poczuciu rodzicielstwa bliskości, nauczyć dziecko spać? Spotkanie dla rodziców i opiekunów dzieci od 4 m-ca życia do 3 r. ż., prowadzenie Sylwia Latała / www.spokojnysendziecka.pl
- g. 14.15-15.15 - Jak zadbać o bezpieczeństwo snu dziecka w pierwszym okresie życia i co można zrobić na tym etapie, by problemy ze snem zminimalizować lub ich w przyszłości uniknąć? (dla kobiet w ciąży oraz rodziców i opiekunów dzieci do 3 m-ca życia), prowadzenie Sylwia Latała / www.spokojnysendziecka.pl
- g. 17.00-19.00 - Olejki eteryczne - naturalna profilaktyka zdrowia i wzmacnianie odporności, prowadzenie Anna Róża Hortmanowicz

Środa 4.10.2017

- g. 10.00-11.00 - Brafitting dla każdej mamy, prowadzenie Monika Karcz / doBRAna
- g. 11.15-12.15 - Baby joga, prowadzenie Agnieszka Grin-Walaszek / Instytut Świadomego Rodzicielstwa
- g. 12.30-14.30 - Mleczne wsparcie: karmienie – noszenie – bliskość, prowadzenie Kinga Pukowska, Magdalena Szaraniec / Fundacja Polekont - zapisy: kinga.pukowska@fundacijapolekont.pl

Czwartek 5.10.2017

- g. 10.00-12.00 - Dobrze (przy)wiązanie – warsztaty wiązania chust z przodu (dla rodziców oczekujących dziecka i rodziców dzieci do 4 m-ca życia), prowadzenie Wanda Hałuniewicz / www.rodzinek.pl
- g. 10.30-12.30 - Szyjemy misia przytulasa, prowadzenie Natasza Winiarska / Ekomiejsce
- g. 12.30-14.30 - Autentyczne macierzyństwo, prowadzenie Monika Lipowska-Hajduk / www.szczesliwa-mama.pl
- g. 17.00-18.00 - Koncert dla dzieci i rodziców zespołu Czereśnie

Piątek 6.10.2017

- g. 9.00-10.30 - Wystarczająco dobry rodzic, prowadzenie Agnieszka Wódz / Fundacja Będziemy Rodzicami
- g. 11.00-13.30 - Superfoods - ranking 41 warzyw, przepisy, prowadzenie Iwona Koprowska
- g. 17.00-18.30 - Jak przygotować dziecko na pojawienie się młodszego rodzeństwa, prowadzenie Ilona Dąbrowa / www.psycholognamacierzynskim.blogspot.com

Sobota 7.10.2017

- g. 10.00-12.00 - Sensodywany, tworzenie dywanów sensorycznych dla dzieci od 0 do 1 r. ż., prowadzenie Paulina Maciaszek / ARTzona OKN
- g. 10.00-13.00 - Warsztaty dla dzieci z koralików HAMA, prowadzenie Krzysztof Wąsowicz i Beata Cygan / Kimland
- g. 11.00-12.00 - Puk! Puk! – spektakl dla dzieci od 3 do 9 r. ż. Teatru Chrzęszcz w



**Magiczny
Kraków**

Trzcinie

- g. 13.00-15.00 - DKF dla dzieci „Pan Lazhar” reż. Philippe Falardeau (2011) / Mały Metraż Kino Studyjne Sfinks, film od 12 r. ż.

Zapraszają ARTzona Ośrodek Kultury im. C. K. Norwida i portal Ekorodzice.pl

Partnerzy: Miasto Kraków, Rada Dzielnicy XVIII, Krakowski Holding Komunalny S.A., Miejskie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji S.A., Miejskie Przedsiębiorstwo Komunikacyjne S.A., Miejskie Przedsiębiorstwo Oczyszczania, Miejskie, Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej S.A., Rodzinek, Manula, Szkoła Rodzenia Groszki, Beata Meinguer-Jedlińska, Spokojny Sen Dziecka, Fundacja Polekont, Szczęśliwa mama, Fundacja Będziemy Rodzicami, Teatr Chrząszcz w Trzcinie, DKF Kropka, Kimland, doBRAna, Instytut Świadomego Rodzicielstwa

Patroni medialni: Magiczny Kraków, Krakow.pl, Głos Tygodnik Nowohucki Czaścieci.pl, Miasto Dzieci, Karnet, Baby Go, Kalendarz Imprez Nowohuckich, Kids in Kraków, Kulturatka.pl

Więcej informacji: ARTzona Ośrodka Kultury im. C. K. Norwida, os. Górali 4, Kraków, www.facebook.com/ARTzonaOKN, www.artzona.okn.edu.pl www.okn.edu.pl www.ekorodzice.pl

Szczegółowa informacja:

Katarzyna Szczęśniak

k.szczesniak@okn.edu.pl

ARTzona Ośrodka Kultury im. C. K. Norwida,

os. Górali 4, Kraków

tel. 12 644-38-98

e-mail: artzona@okn.edu.pl

www.facebook.com/ARTzonaOKN

www.artzona.okn.edu.pl