



Klub Rodziców

Spotkanie ze specjalistą

4 czerwca, godz. 11:30 - 13:00

Spotkanie ze specjalistą - Masturbacja dziecięca - spotkanie z seksuologką

Masturbacja dziecięca na kontinuum między normą a problemem

Na spotkaniu dowiesz się:

- Czym jest zespół gratyfikacji niemowlęcej, masturbacja i jej rodzaje,
- Które zachowania mieszczą się w normie rozwojowej, a które wymagają naszej interwencji,
- Jak rozmawiać z dziećmi o zachowaniach z repertuaru masturbacji dziecięcej, by wspierać ich prawidłowy rozwój.

Spotkanie poprowadzi psycholożka i seksuolożka Sylwia Szydłowska-Cyganek, mama trzech chłopców. Na co dzień pracująca w poradni psychologiczno - seksuologicznej w Krakowie.

Obowiązują zapisy na: klub.berka@fundacjakdm.pl



Kraków

ZADANIE PUBLICZNE
FINANSOWANE ZE ŚRODKÓW
MIASTA KRAKOWA



Klub Rodziców
Spotkanie ze specjalistą
5 czerwca, godz. 10:00 - 11:30

Spotkanie ze specjalistą - Dolegliwości bólowe odcinka szyjnego, piersiowego, bóle głowy, migreny wynikające z zaburzeń postawy ciała

Zapraszamy Was serdecznie na spotkanie z fizjoterapeutką uroginekologiczną. Będziemy rozmawiać na temat zaburzeń postawy i ich wpływu na poszczególne partie naszego ciała. Tym razem skupimy się na bólach głowy i odcinka szyjnego oraz piersiowego.

Zachęcamy do stroju sportowego, bo na spotkaniu będziemy również ćwiczyć :)

Obowiązują zapisy na: klub.berka@fundacjaakdm.pl



Klub Rodziców
Spotkanie ze specjalistą
12 czerwca, godz. 10:00 - 11:30

Spotkanie ze specjalistą - Przedszkolny zawrót głowy

Zapraszamy serdecznie rodziców przyszłych przedszkolaków :)

Krakowska oferta przedszkoli jest bardzo różnorodna. Przyjrzymy się z bliska jakie formy i metody pracy są stosowane w różnych placówkach - systemowych i alternatywnych. Poświęcimy chwilę na refleksję o ich zaletach i wadach. Poruszymy również temat przygotowania dziecka do roli przedszkolaka!

Obowiązują zapisy na: klub.berka@fundacjakdm.pl



Klub Rodziców
Spotkanie ze specjalistą
26 czerwca, godz. 12:00 - 13:00

Spotkanie ze specjalistą - Zdrowy kręgosłup i mięśnie dna miednicy - trening

Zapraszamy serdecznie na trening kształtujący prawidłową postawę, a co za tym idzie - wzmocnienie mięśni przykręgosłupowych. Podczas ćwiczeń będziemy zwracać uwagę na pracę mięśni głębokich, w tym mięśni dna miednicy. Nie zabraknie ćwiczeń wzmacniających mięśnie nóg, pośladków i brzucha. Prawidłowy oddech i praca przepony ma bezpośredni wpływ na dno miednicy, więc będziemy również pracować nad tymi mięśniami. Zabierzcie ze sobą wygodny strój :)

Obowiązują zapisy na: klub.berka@fundacijakdm.pl