

INFORMAČNÍ ZPRAVODAJ

MC RADOST - ÚNOR 2017

www.mcradost.cz



mateřské
centrum
radost



Zpravodaj je řazen chronologicky

Pondělí	herna cvičení
Úterý	herna cvičení klubík cvičení těhotných cvičení pro ženy
Středa	herna flétna
Čtvrtek	mimísci babykino kaštanek powerjóga
Pátek	herna

NEPRAVIDELNĚ:

péče o novorozence,
laktační poradna,
předporodní kurz,
besedy s poporodní doulou,
výlety do okolí,
pohádkové čtení
akce pro veřejnost

INFORMAČNÍ ZPRAVODAJ ÚNOR

Milí klienti Mateřského centra Radost,

venku je mrazivo a sychravo a je čím dál těžší zabavit děti nějakou smysluplnou činností. Proto přijďte za námi do centra, kde Vás čeká spousta zajímavých akcí, a to jak v rámci heren, tak i mimo ně.

V mimiscích bude například zajímavá beseda o účincích homeopatik. V únoru je národní týden manželství, čemuž se budeme v hernách intenzivně věnovat :) A samozřejmě bude pravidelné Pohádkové čtení.

Vy, kteří jste se přihlásili se pobavíte na karnevalu a samozřejmě nás čeká náš pravidelný Jarní bazárek na který se nás vyptáváte. Bližší informace budeme rozesílat na začátku února mailem, dávat na FB i web, takže nás sledujte.

V ZOO se také bude konat plno zajímavých akcí. Veškeré informace o dění v centru i mimo něj naleznete níže ve zpravodaji.

Těšíme se na Vás!

Mateřské centrum Radost

HERNIČKY A CVIČENÍ

hudební herna s kytarou i bez ní/ DOPOLEDNE

pondělí 9:30 - 11:30 s Andrejkou a Evou

Herna pro rodiče s dětmi od 2 let plná her, říkanek a písniček. Herna plná tanečků a pohybových hrátek s písničkou.

Budeme zpívat, tancovat, skákat, běhat, tleskat, dupat. Budeme si spolu hrát, zkusíme malovat, lepit, modelovat.

6. 2. Sněží, sněží

Pohybovou rozcvičku zahájíme „zametáním sněhu rukama, mačkáním sněhu do koule a házením koulí“. Pohybový doprovod písně Sněží, sněží, mráz kolem běží. Na závěr vyrobíme papírové koule, kterými se budeme trefovat na cíl a užijeme se papírovou „koulovačku“.

20. 2. Zima

Říkanku Mrzne a mrzne a mrzne doprovodíme pomocí ozvučných dřívěk. Písnička Zima je tu děti, vrány k městu letí rozhýbe naše ručičky a nožky. Děti si vyzkouší hru Mrazíci.

cvičení pro děti 3 - 6 let / CVIČENÍ

pondělí 17:00 - 18:00 Orel s Terkou, Evou a Ivou

Cvičení je určeno pro všechny, kteří chtějí svým dětem dopřát trochu více pohybu. Děti se zábavnou formou seznamují se základním cvičebním nářadím a postupně se učí různé dovednosti, od nejlehčích po složitější v průběhu celého roku. Snažíme se, aby si u nás děti opravdu zacvičily, zaběhaly a pobavily se.

jóga pro děti / ODPOLEDNE

pondělí 16:30 - 17:30 s Mirkou

STÁLE VOLNÁ MÍSTA!

Lekce jógy pro děti od 4 do 8 let. Pouze pro přihlášené.

Cvičíme každé pondělí od 16:30 až 17:30

Cvičíme zábavnou formou - říkanky, básničky, pohádky, tvoření a hry.

Rodiče se mohou zapojit do cvičení společně s dětmi. Děti se mohou naučit lépe naslouchat svému tělu. Jóga je pro děti přirozená, fyzicky nenáročná a hlavně nesoutěživá.

Zvyšuje se pružnost těla, zlepšuje koordinace, rovnováha a správné držení těla. Důležitou součástí cvičení jsou dechová cvičení a relaxace, která vede k celkovému uvolnění těla i mysli.

Přijďte si na chvíli odpočinout a společně s dětmi si užít láskyplnou a pohodovou atmosféru.

<https://mcradost.cz/upload/leaflet/letacek-12.jpeg>

hrátky s batolátky (od 1 roku)/ DOPOLEDNE

úterý 9:30 - 11:30 s Natálkou a Jančou

Hernička plná veršovaných říkadel a písniček propojených se cvičením na balonech či padákem. Spolu budeme muzicírovat, tančit a poznávat svět kolem sebe s pomocí prstových barev. Pro maminky prostor ke sdílení radostí a starostí rodičovství, informace o výchově a spoustu inspirací jak si se svým drobečkem hrát doma.

Leden plný zimních aktivit, ať už ze sněhem nebo bez sněhu. :-)

7. 2.

Karneval se blíží :)

14. 2.

Někdo slaví Valentýna, my zas Mezinárodní týden manželství. Povíme si o tom, jak i po letech udržet vztah naživu. Svatební foto s sebou. S dětmi a s láskou si vytvoříme srdíčkový dárek.

21.2.

Povíme si něco málo o "zimních sportech", naučíme se několik sportovních říkanek, zúčastníme se zimní olympiády a jak jinak - jednoho zimního sportovce si vytvoříme (lyžař z toaletní ruličky).

28. 2.

Jaro se blíží, ale zima se nevzdává. Nechme se překvapit počasím.

cvičení pro děti 2 - 3 roky / CVIČENÍ

úterý 09:30 - 10:30 Orel s Jitkou

Přijďte se protáhnout zábavnou formou na Orelnu.

Hop a skok a tralala, zábava nám začíná. Ručičky si protáhneme, nožičky si protřepeme, schoulíme se do klubíčka, natáhneme se jako svíčka. Až tu spolu skončíme, pohádku si povíme.

cvičení těhotných / DOSPĚLÁCI

úterý 17:00 - 18:00 s Katkou

Cvičení je určeno všem budoucím maminkám od 15. týdne těhotenství s fyziologickým průběhem. Těhotenské cvičení je zaměřeno na protažení a posílení svalů celého těla s ohledem na těhotenství. Součástí je i posilování a uvolňování svalů pánevního dna a nácvik správného dýchání u porodu.

Příprava těla k porodu i poporodnímu období. Pro účast na kurzu je nutné potvrzení lékaře - gynekologa o tom, že těhotná žena může cvičení absolvovat.

Stačí vyjádření v těhotenské průkazce.

Cena hodinové lekce: 70 Kč/os.

Dáváme potvrzení o absolvování cvičení a předporodního kurzu pro pojišťovnu - je zde možnost proplacení!

jóga pro každého / DOSPĚLÁCI

úterý 18:00 - 19:00 s Jarkou

Seznámení se se svým tělem a dýcháním. Jóga je přirozená fyzicky nenáročná. Zvyšuje se pružnost těla, zlepšuje koordinace, rovnováha a správné držení těla. Důležitou součástí jsou relaxace, která vedou k celkovému uvolnění těla i mysli.

Cena: 40 Kč/os

lezoucí děti (od 8 měsíců) / DOPOLEDNE

středa 9:00 - 11:00 s Barčou

Opičky

Vaše dítě leze, hopsá nebo začíná chodit-či už nějaké kroky udělá?

Přijďte společně strávit příjemné dopoledne.

Děti si pohrají, maminky popovídají, seznámí se s ostatními rodiči, vymění si své zkušenosti a také se doví něco nového. Společně si budeme hrát, zkusíme něco vytvořit a také se budeme hýbat. Hernička bude pokaždé zaměřena na aktuální téma dle ročního období. Kdo si hraje nezlobí :)

1. 2.

Sáně, boby či pěší túra (s prčkem na zádech)...sdělíme si kde, kdy a v čem provozujeme „zimní sporty“.

8. 2.

Příprava na karneval.

15. 2.

Národní týden manželství - je manželství dřina nebo život s rovnocenným parťákem, na kterého je spoleh? Uvaříme si kávu, čaj a dáme si něco dobrého(kupované či domácí-vzorky s sebou) a rozebereme to...

22. 2.

Jaro se blíží...:)

veselá flétnička / SPOLEČNĚ

Hurá společné muzicírování dospěláků (zveme maminky, tatínky, babičky a dědečky, tety i strejdy) a dětí je tady!

<https://mcradost.cz/upload/leaflet/letacek-87.jpeg>

Veselá flétnička - pokračující kurz - středa 17:30 - 18:00 (vhodné pro dospěláky a děti, kteří s námi v loňském roce společně muzicírovali, ale rádi přivítáme i nové děti (6-8 let), které mají aspoň minimální zkušenost s hraním na flétnu)

Veselá flétnička - začátečníci - středa 16:55 - 17:25

(vhodné pro dospěláky a děti ve věku 4-6 let).

Těšit se můžete na skvělou paní učitelku Alenku Štěrbovou

-

Pravidelné lekce od 12.10.2016 - dle rozvrhu - 10 lekcí

Kurzovné 400 Kč - 1.dítě + 1dospělák / 10 lekcí

200 Kč - další dítě / 10 lekcí

Kurzovné se platí na první lekci 12.10.2016 .

Přihlášky na info@mcradost.cz , 773 150 062 - Jana Šebečková - STÁLE VOLNÁ MÍSTA

mimísci / DOPOLEDNE

čtvrtek 9:30 - 11:00 s Jiřkou

Máte doma miminko a nechcete sedět doma a čekat až vyroste. Přijďte s ním mezi stejně naladěni maminky. Kojení, látkové pleny, šátkování, masáže miminek a jejich psychomotorický vývoj Pokusíme se zajistit zajímavé hosty a zodpovědět otázky na které hledáte odpovědi. Součástí programu 1x měsíčně laktační poradna se Zdenkou Lecianovou - 16. 2.

2. 2.

Bude národní týden manželství, pojdte si popovídat o vztazích mezi maminkou a tatínkem, popřípadě přineste své svatební fotografie.

9. 2.

Beseda o homeopatii s Radkou Grec - Zajímá Vás, co je homeopatie? Jak se dívá na nemoci a na pacienty? A především jak si pomocí homeopatie můžete poradit s nejčastějšími akutními nemocemi, bolestmi a trápením u malých dětí? Přijďte se podívat na naši besedu s lékárníci a především také maminkou Radkou.

16. 2.

Laktační poradna se Zdenkou Lecianovou. Mimísků se lze zúčastnit i když téma kojení není pro vás aktuální.

23. 2.

Jarní říkanky.

kaštánek / DOPOLEDNE

čtvrtek 10:00 - 11:00

<http://mcradost.cz/upload/leaflet/letacek-30.jpeg>

Sraz před vchodem do Zoo.

Venkovní kroužek pro děti ve věku 1,5 - 3 roky s Jolanou

Více informací na kasecka @ gmail.com nebo 774 230 344.

S Kaštánkem projdeme všemi ročními obdobími a pohrajeme si ve slunečních paprscích i dešťových provázcích. Zjistíme jaké poklady najdeme v přírodě a

pohrajeme si na trávě, na sněhu i ve vodě. Zaspíváme si, zatančíme, povíme pohádky a něco pěkného si vyrobíme. Pojdte s námi ven, můžeme spolu s dětmi objevovat, na co už jsme zapomněli.

2. 2. Kaštánkový karneval

9. 2. Kaštánek není z důvodu karnevalu v MC Radost

16. 2. Šišky kolem nás

23. 2. Kaštánek není z důvodu jarního bazárku

powerjóga / DOSPĚLÁCI

čtvrtek 18:00 - 19:00 s Jitkou

Powerjóga je dynamický, plynulý a zároveň pomalý styl jógy, který v základu pozdravu slunci rozvíjí jednotlivé ásany na základě dechu a s vědomím středu těla. Skloubením jednoduchosti, individuality, zdravotního hlediska a jógových ásan dochází k vědomému cvičení.

Powerjóga je komplexním tréninkem fyzického těla a také mysli. Základem jógy je ztišení, a to v rámci dynamicky plynulé powerjógy nastává souhrou dýchání, směřováním pozornosti, respektováním zásad jógy a pozic v komplexním systému.

Powerjóga je zaměřená na vyrovnávání svalových dysbalancí, tvarování problémových partií, rozvoj síly, flexibility, odbourávání stresu a napětí, k rozvoji fyzických i psychických schopností, slouží k uvolnění, relaxaci a poznání sama sebe.

Powerjóga se cvičí v pohodlném oblečení naboso. Ke cvičení je vhodná protiskluzová podložka.

Cena: 60 Kč/os

páteční hernička / DOPoledNE

pátek 9:30 - 11:30 s Evou a Monikou

Hernička pro děti ve věku 2 -3 roky, kde si maminky s dětmi zacvičí, zatančí, zaspívají, naučí se básničky, písničky,

říkanky a tanečky. A něco pěkného si vyrobíme. Hernička bude zaměřena na aktuální téma dle ročního období. V únoru si zkusíme zahrát pohádky. Těšit se můžete na vyprávění o Koblížkovi, Červené karkulce nebo třech kůzlátkách.

V pátek 24. 2. hernička kvůli konání bazárku není.

předporodní příprava / NOVOROZENCI

15. 2. v 18:15

V kurzu probereme možnosti přípravy k porodu, fyziologie i možné patologie vyskytující se u porodu, všechny doby porodní a jejich průběh, možnosti tlumení porodních bolestí, úlevové polohy a manévry, správné dýchání při porodu, význam partnera u porodu, homeopatii a aromaterapii při porodu, praktické rady týkající se základní péče o dítě a základy problematiky kojení a šestinedělí.

Kurz je jednodenní a trvá 3 - 3,5 hodiny. Partneři jsou samozřejmě vítáni.

Cena: 500 Kč (platba předem na účet, účast partnera zdarma)

Předporodní příprava jako dárkový poukaz? Kontaktujte mě na katerina1petrova@seznam.cz

akce pro veřejnost / SPOLEČNĚ

Babykino - v únoru se nekoná, začínáme zase v březnu!

Sokolský dům v 10:00

Přijďte s dětmi na pásmo pohádek z večerníčků. Strávíte příjemnou hodinku u dětem milých příběhů a následně se můžete zapojit do výtvarných aktivit, které budou pohádkami inspirovány. Tentokráte bude mix večerníčků.



Karneval MC RADOST

9. 2. v 9:30, Sál DPS

Karneval MC pro předem přihlášené. **Pokud se nebudete moci zúčastnit, informujte nás, ať vaše místo můžeme nabídnout náhradníkům.**

<https://mcradost.cz/upload/leaflet/letacek-113.jpeg>

Pohádkové čtení

15. 2. v 16:00 v MC Radost

Budeme číst pohádku Křemílek a Vochomůrka

Hlaste se prosím do 12. 2. na info@mcradost.cz nebo na tel. 774 230 344.

<https://mcradost.cz/upload/leaflet/letacek-116.jpeg>

Bazárek MC RADOST

**O DATU, KDY BUDE ZAHÁJENO
PŘIDĚLOVÁNÍ ČÍSEL NA BAZÁREK BUDETE
VČAS INFORMOVÁNI NA WEBU, FB I
MAILEM!**

<https://mcradost.cz/upload/leaflet/letacek-112.jpeg>

Tradiční dětský bazárek jarního a letního oblečení a potřeb pro děti, opět ve velkém sále Besedního domu ve spolupráci s MKS Vyškov.

Příjem věcí: 23. února 9:00 – 16:30 hod.

Prodej věcí: 24. února 9:00 – 17:00 hod.

Výdej neprodaných věcí a peněz: 25 února 9:30-11.30 hod.

Pravidla prodeje a označení zboží a Formulář pro příjem zboží

naleznete na webu - <https://www.mcradost.cz/dokumenty/>

Po dobu konání bazárku NEBUDE v MC pravidelný program.

Máme pro Vás novinku :-) - nakupujte na svém oblíbeném e-shopu prostřednictvím GIVT.CZ a uděláte tím RADOST nejen sobě ale i NÁM :-) www.givt.cz



Akce v ZOO Vyškov

Akce v zoo:

14. 1. – 11. 2.

Výstava „Okouzlen brouky a jinou havětí“ Zveme vás do Hanáckého statku na výstavu reprodukcí kreseb „broučků, které bychom měli znát“ Vladimíra Javorka. Výstavu připravil Dušan Trávníček z Muzea jihovýchodní Moravy ve Zlíně.

11. 2. od 14.30 – Hmyz na talíři - přijďte se podívat jak se připravují čerstvé hmyzí pochoutky. Přímě před vašima očima speciality připraví Milan Václavík. Můžete ochutnat cvrčka na másle, velkého moučného červa na chilli a česneku nebo třeba saranče na barevném pepři. Pro děti budou připraveny vědomostní, výtvarné a hravé aktivity s tématem hmyzu. Prohlédnete si různé druhy exotického hmyzu (brouky, jejich larvy a kukly, strašilky) a od odborníka získáte rady k jejich chovu.

Přednášky Cestování s Livingstone – Hanácký statek od 18:00

2. 2. - David Švejnoha – Tajemná Barma

9. 2. – Kateřina Krejčová – Indie

16. 2. – Sandra Neumanová – Kuba

23. 2. – Pavel Bém – Nepál

Akce na hvězdárně:

3. 2. (pátek) od 18.00 – Večer s pokusy 1 – akce pro rodiny s dětmi, nutné přihlášení předem na tel. 602 59 62 09

14. 2. (úterý) od 17.00 – Večer s pokusy 2 – akce pro rodiny s dětmi, nutné přihlášení předem na tel. 602 59 62 09

21. 2. (úterý) od 17.00 – Ufounek cestuje po sluneční soustavě – akce pro rodiny s dětmi, nutné přihlášení předem na tel. 602 59 62 09

Vstupné MC:

Vstupné se od 1. 1. 2016 platí za rodinu a pro držitele Rodinných pasů poskytujeme 10% slevu.

Pokud není u konkrétního programu uvedeno jinak platí následovné vstupné :

Jednorázové vstupné : 40 Kč / s Rodinným pasem : 36 Kč

Permanentka na 10 vstupů : 350 Kč / s Rodinným pasem : 315 Kč

Upozornění:

- Permanentky na Cvičení s dětmi v Orlovně platí pouze na cvičení a nelze je uplatnit na jiný program, který je v nabídce mateřského centra.
- Na programy, u kterých je uvedeno přihlášení předem, je opravdu vhodné se přihlásit :-). Umožní nám to připravit program odpovídající počtu přihlášených. Týká se to zejména venkovní herničky Kaštánek, Odpoledních klubíků (kuchařský, vědecký, přírodní a tvořivý), Pojďte s námi do pohádky a S rodinou do přírody.

Zvláštní poděkování:



Jihomoravský kraj



SÍŤ MATEŘSKÝCH CENTER®



Knihovna Karla Dvořáčka

od roku 1896 veřejná knihovna ve Vyškově

