

Harmonogram zajęć Klubu „Mama nie sama”

Data	Godzina	Zajęcia	Prowadzący	Miejsce
17.01.	17.00-20.00	Jak wspierać mózg małego dziecka	Psycholog Anna Dziewulska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
18.01.	10.00-11.00	Fizjosmyki - zajęcia ruchowe dla dzieci 18-36 mies.	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
08.02.	10.00-12.00	Warsztat Fizjoterapia kobiet-terapia uroginekologiczna okresu ciąży + fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Sala ul. Jagiełły 15
21.02.	17.00-20.00	Emocje mojego dziecka	Psycholog Anna Dziewulska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
07.03.	10.00-11.00	Fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
14.03.	11.00-14.00	Dieta mamy w ciąży i początki karmienia piersią- czego się spodziewać? Co warto wiedzieć?	Dietetyk Małgorzata Jackowska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
20.03.	17.00-20.00	Jak oswoić dziecięcą złość	Psycholog Anna Dziewulska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
18.04.	11.00-16.00	1. Rozszerzanie diety niemowlęcia - krok po kroku 2. Baby-led-weaning- rozszerzanie diety w rękach dziecka	Dietetyk Małgorzata Jackowska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
25.04.	10.00-12.00	Warsztat Mama po porodzie - typowe dolegliwości kobiet po porodach + fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
30.04.	17.00-20.00	Ekrany: komputer, telefon w życiu twojego dziecka	Psycholog Anna Dziewulska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
16.05.	10.00-11.00	Fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna
23.05.	11.00-16.00	1. Jak jedzą małe dzieci? O zdrowej diecie dziecka po 1 urodzinach. 2. Słodycze i przekąski a dieta małego dziecka - jak budować dobre nawyki i nie zwariować.	Dietetyk Małgorzata Jackowska	Kutnowski Dom Kultury - sala konferencyjna

29.05.	17.00-20.00	Potrzeby małe i duże, jak o nie dbać i jak uczy dziecko dbania o swoje potrzeby	Psycholog Anna Dziewulska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna
13.06.	10.00-12.00	Warsztat Masaż Shantala- historia, metodyka, wskazania, przeciwwskazania, nauka masażu dzieci +fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna
26.06.	17.00-20.00	Rodzic i dziecko w dzisiejszej szkole	Psycholog Anna Dziewulska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna
10.07.	17.00-20.00	Wspieranie rozwoju seksualnego dzieci i młodzieży	Psycholog Anna Dziewulska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna
18.07.	10.00-11.00	Fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna
22.08.	10.00-12.00	Warsztat Jak dbać o dziecko aby nie zaburzyć jego rozwoju, jak wspomagać ten rozwój + fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna
19.09.	10.00-11.00	Fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna
10.10.	10.00-12.00	Warsztat Jak dobrać prawidłowo buty dla dziecka/ a może na bosaka? Fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna
5.12.	10.00-11.00	Fizjosmyki	Fizjoterapeuta Aleksandra Mokrzanowska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna
Każdy wtorek od dnia 28.01.	16.00-16.45	Język angielski dla „naj najów”	Nauczyciel Edyta Rożnowska	Kutnowski Dom Kultury – sala konferencyjna