



Cesta  
pro rodinu

Rodinné centrum  
Nádražní 22, Žamberk  
www.cestaprorodinu.cz  
www.facebook.com/cestaprorodinu22  
tel. 465 614 555, 608 621 301



# ANDÍLCI

cvičení s dětmi  
od 2 do 5 měsíců

cvičením provází  
**Petra Pomajbíková**  
akreditovaná lektorka

Krok za krokem prvním půlrokem :)

**Milé maminky,  
srdečně Vás zveme na kurz cvičení rodičů s dětmi.**

V průběhu kurzu projdeme psychomotorický vývoj dítěte v jeho prvním půlroce života.

Naučíme se správný handling v naší náruči, zvedání a pokládání dítěte z podložky, správný nácvik polohy na bříšku, cviky na podložce nebo s pomůckami jako je overball či velký míč.

Z každé lekce si domů odnesete inspiraci, jak si se svým děťátkem hravě zacvičit tak, abyste jej podpořila v jeho vývoji a ještě vás to společně bavilo.

**kurz se skládá z 5 lekcí**

**první lekce úterý 18.1.2022** (kurz bude otevřen při naplnění minimální kapacity)

**délka jedné lekce 45 minut**

**cena kurzu 750,-Kč**

**s sebou pro miminko** - 2 látkové pleny, jednorázovou podložku, drobnou hračku a náhradní oblečení

**Pouze pro předem přihlášené.**

**Kdy: v úterý 10:00 - 10:45**

**kde: v Rodinném centru, Nádražní 22, Žamberk**

#### **Přihlášení**

tel: 465 614 555

email: centrum@cestaprorodinu.cz

#### **Informace**

tel.: 736 774 132

email: info@mimiporadna.cz

Aktivita je podpořena z dotačního programu MPSV Rodina  
v rámci projektu - Podporujeme rodiny.

Činnost centra podporuje město Žamberk a Pardubický kraj.