

CO SE U NÁS DĚLO

SETKÁVÁNÍ UKRAJINSKÝCH RODIN

V období od ledna do března proběhlo 5 setkání, kterých se účastnily rodiny z Ukrajiny a také dobrovolníci. Tato setkání probíhají v herně Rodinného centra. Na setkáních probíhá vzájemná podpora a pomoc se zajištěním potřeb a také řešení aktuální situace.



PŘEDPORODNÍ PŘÍPRAVA PRO BUDOUCÍ RODIČE od 14. 2. do 28. 3. 2023

Realizovali jsme další cyklus sedmi odborných seminářů s porodní asistentkou a laktiční poradkyní Bc. Magdalénou Tomanovou, který má za cíl podpořit budoucí rodiče v přípravě na porod a následnou péči o miminko.



ŠKOLENÍ ZAMĚSTNANCŮ, 21. - 22. 3. 2023

Během dvoudenního školení jsme měli možnost nakouknout „pod pokličku“ problematiky **Time managementu**. Toto téma je v naší organizaci velmi aktuální. Řešili jsme práci přesčas, syndrom vyhoření a organizaci práce.



VELIKONOČNÍ DÍLNA, 22. 3. 2023

Tvořivé odpoledne pro ženy a dívky se neslo v duchu tvorby velikonočních vazeb a zdobení kraslic. Účastnice si vyzkoušely techniku malování kraslic voskem a odnášely si domů nádherné jarní dekorace.



NÁVŠTĚVA Z MĚSTSKÉHO ÚŘADU ROKYTNICE V ORLICKÝCH HORÁCH

Dne 9. března nás v organizaci navštívila Vendula Michalcová, předsedkyně sociální a zdravotní komise, členka rady města a paní Lada Vídeňská za sociální odbor z Rokytnice v Orlických horách. Přijely se seznámit s naší činností, zejména je zajímalo fungování sociálních služeb.

SWAP - NAKUPOVÁNÍ, KTERÉ MÁ SMYSL A PODPORUJE DOBRU VĚC 23. 3. - 24. 3. 2023

Obilba swapování roste, tentokrát se sešlo opravdu velké množství zboží ještě před zahájením samotné akce, ale i v jejím průběhu přisun oblečení pokračoval, a zároveň vše donesené rychle mizelo pod rukama. Každou další hodinu u nás bylo vždy něco nového, co tam ještě před chvílí nebylo, a to se nám líbí.



NÁVŠTĚVA VEDENÍ MĚSTA ŽAMBERK

Na začátku ledna nás navštívili starosta Jiří Mencák a místostarosta Jiří Jireš. Seznámili jsme je s naší činností a plány do budoucna. Rádi bychom spolupráci s městem rozvíjeli.



PŘESPÁVAČKA KLUBU BEZ KLÍČE

Březnová "Přespávačka" se nesla v duchu týmových soutěží a her známých z Instagramových videí kolujících po internetu. Běhací piškvorky, hra hladoví hrošci v reálném provedení, ruská ruleta s panáky jablečného džusu nebo octa a další jiné blázniviny. Tradičně nesměla chybět noční schovka po celém Rodinném centru, čerstvě dovezená pizza a závěrečný film. Díky dobrému načasování termínu nechyběl ani narozeninový dort, jako krásná tečka "Přespávačky".



FOTO, IT KLUB - projektové dny

S Fotoklubem jsme navštívili **knihařskou dílnu Evy Tobiškové** v malebné chaloupce pod náměstím v Žamberku. Děti si mohly vyzkoušet zapaspartovat obrázek vytvořený z vlastní fotografie a vyrobit kartonové desky.



Focení s Evou Kodytkovou byl zážitek. Focení portrétů je samostatná disciplína fotografů. Alespoň na chvíli jsme mohli s dětmi z Fotoklubu zažít, co tato činnost obnáší.



PSYCHOLOGICKÉ PORADENSTVÍ

- proběhlo 110 individuálních konzultací, 1 rodinná terapie, 9 skupinových setkání a 4 "Kluby pro rodiče"
- bylo poskytnuto 5 individuálních supervizí kolegyním
- zahájili jsme setkávání SKUPINY PRO SAMOŽIVITELE - aktivita podpořená na Burze filantropie
- pokračuje vzdělávání terapeuta - "Terapie hrou", účast na semináři na téma "Biosyntéza a děti"

Mgr. KATEŘINA ADAMCOVÁ, psycholog
Rezervační systém
<https://cestaprorodinu.webooker.eu/>



RODINNÉ CENTRUM a Dětská skupina MACEŠKA



S MACEŠKOU CHODÍME ZA KULTUROU DO DIVADLA

Shlédlí jsme hudební pohádku
"Sněhurka a sedm trpaslíků"
a "Veselé pásmo krátkých filmů".



KLUB PRO PRARODIČE S VNOUČATY, 30. 3. 2023



Oblíbené mezigenerační
setkání bylo naplněné
velikonoční tematikou.

OZDOBILI JSME VELIKONOČNÍ STROMY NA PĚŠÍ ZÓNĚ



TÉMATICKÉ WORKSHOPY PRO DĚTI V BŘEZNU "Aromaterapie v praxi"



"Holky šijou"



AZYLOVÝ DŮM A KRIZOVÁ POMOC



PROJEKTOVÝ DEN "HOLKY ŠIJOU"



Děti si vyzkoušely práci
s látkami.

PROJEKTOVÝ DEN "ZELENÁ VRÁNA"



Děti si nazdobily muffiny
a pekly housky.

PROGRAM S MAMINKAMI



Děti si zahrály maňáskové
divadlo podle pohádky,
kterou četly maminky.

MATĚJSKÁ POUŤ



Báječná cesta vlakem na
pouť do Prahy.

DŮM NA PŮL CESTY



LAXUS

V lednu proběhla informační
přednáška pracovníků
z organizace Laxus, která se
zaměřuje na práci s klienty
ohroženými závislostmi.
Besedy se zúčastnily
i uživatelky z Azylového
domu.



PRÁCE NA NAŠÍ ZAHRADĚ

Přivezli jsme hlínu a připravili
skleník pro jarní výsev.



CO CHYSTÁME A NABÍZÍME

2023 PRÍMĚSTSKÉ TÁBORY

pro děti od 6 do 10 let
(1. - 4. třída)

10. - 14. července

7:30 - 16:00
2500 Kč/týden
v Rodinném centru

pro děti od 8 do 12 let
VÝTVARKA

24. - 28. července
31. července - 4. srpna

7:30 - 16:00
2500 Kč/týden
v Rodinném centru - výtvarná dílna

PŘIHLÁŠKU
je nutné vyplnit v elektronickém rezervacním systému
<https://cestaprorodinu.webooker.eu>

V ceně je kromě mzdy pečujících osob, spotřebního materiálu a aktivit pro děti také zahrnuto: jízdné, vstupné a obědy z jídelny (mimo celodenní výlety).

Cesta pro rodinu
Rodinné centrum, Nádražní 22, Žamberk
608 621 301, 465 614 555, centrum@cestaprorodinu.cz
www.cestaprorodinu.cz

Pobíráte dávky státní sociální podpory nebo hrozně gouze? Pak je pro vaše dítě (6 až 13 let) připraven **PRÍMĚSTSKÝ TÁBOR**

na téma STROJ ČASU

TERMÍN TÁBORA 17. 7. - 21. 7. 2023
denně od 8:00 do 16:00 hod

Cena 1000 Kč (200,- nevratná záloha, doplatek 800,- nejpozději při nástupu na tábor)
Další informace a přihlášky získáte v Azylovém domě, v Rodinném centru a na Hmotné nouzi Úřadu práce Žamberk.
Mail: janska@cestaprorodinu.cz

PŘEDPORODNÍ PŘÍPRAVA PRO BUDOUCÍ RODIČE

RODINNÉ CENTRUM, NÁDRAŽNÍ 22, ŽAMBERK

16:00 - 17:30 TĚHOTENSTVÍ S RESPEKTEM A LÁSKYPLNĚ	17:45 - 19:15 PŘÍPRAVA NA POROD PORODNÍ VLNY A CVIČENÍ, CO PŘINÁŠÍ NÁM A DĚTÁTKU SOUDNĚ
9:00 - 10:30 POROD JAK NA PŘIROZENÝ POROD	10:45 - 12:15 ŠESTINEDELI A NOVÉ STVOŘENÍ ZMĚNY NÁLAD A NEKUPÍ PĚČE PRO VAŠE DĚTÁTKO
9:00 - 10:30 KOJENÍ NEVPHODNĚJŠÍ POTRAVA PRO VAŠE DĚTÁTKO A PŘÍNOS PRO PSYCHIKU	10:45 - 12:15 ZDRAVÉ PŘEBALOVÁNÍ LÁTKOVÉ PLENY JSOU KRÁSNÉ, ZDRAVÉ, LEVNÉ A ŠETŘÍ K NAŠIMU ŽIVOTNÍMU PROSTŘEDÍ
13:30 - 15:00 S LÁSKOU O DĚTSKÉM SPÁNKU A PRAKTICKÝ ÚVOD KE KOJENÍ	

9. - 11. ČERVNA 2023

cena: 250Kč/osoba a téma - doprovod 50% sleva/téma
při objednání celého cyklu 10% sleva
Koná se pouze při naplnění minimální kapacity - hlase se zde:
<https://cestaprorodinu.webooker.eu/>
lektorka: Bc. Magdaléna Tomanová - porodní asistentka
kontakt na dotazy: 603 751 066 (Magda)

RODIČŮM SAMOŽIVITELŮM

nabízíme **SLEVOU 50%** na **5 konzultací** v rámci psychologického poradenství a individuální terapie

Konzultace jsou určeny pro ty:

- kterí se ocitli v životní situaci, se kterou si momentálně nedokáží poradit
- kterým se v životě opakují podobné vzorce chování, s nimiž nejsou spokojeni a které se jim nedaří změnit
- kterí se cítí dlouhodobě nespokojeni a netuší důvod
- které trápí situace z minulosti, se kterou se nevyrovnali

www.cestaprorodinu.cz/psychologické-poradenství

Šatník ŽAMBERK

chystáme na ZAČÁTEK KVĚTNA

Šatník otevřeme v nových prostorách
GYMNÁZIA ŽAMBERK
sledujte [f](https://www.facebook.com/SatnikZamberk) / Šatník Žamberk

studio@cestaprorodinu.cz Tel.: 777 680 229

STUDIO GRAFIKY A KREATIVNÍ TVORBY

Připravíme Vám svatební tiskoviny na míru nebo si můžete vybrat z našich „satebních“ šablon, více naleznete na našem e-shopu.

ZDE ODKAZ NA E-SHOP
Barevné puntíky

Děkujeme všem členům **KLUBU PŘÍZNIVCŮ** za podporu a těšíme se na spolupráci po celý rok.



Staňte se členem Klubu příznivců!
Registrujte se na našich webových stránkách nebo nás kontaktujte.
klubpriznivcu@cestaprorodinu.cz
tel.: 777 680 229

Stránka Klubu příznivců **ZDE**

www.cestaprorodinu.cz

Děkujeme všem sponzorům a partnerům za podporu výše uvedených aktivit.
