

HARMONOGRAM ZAJĘĆ W WIELKOPOLSKIM KLUBIE RODZINY

Wrzesień – grudzień 2023 r.

DATA	RODZAJ DZIAŁAŃ	GODZINA
20.09.2023r.	Warsztaty z pierwszej pomocy przedmedycznej dla rodziców małych dzieci cieszyły się dużym zainteresowaniem. - pogłębienie wiedzy z zakresu pierwszej pomocy, - poznanie sposobów radzenia sobie w różnych sytuacjach zagrożenia, - zdobycie wiedzy jak postępować w razie zakrztuszenia/zadławienia się dziecka.	16:00-18:00
25.09.2023r.	Konsultacje oraz zajęcia z neurologopedą. Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898.	15:30-17:30
27.09.2023r.	Konsultacje oraz zajęcia grupowe z psychologiem (grupa dzieci 3-5r.ż). Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898.	16:00-18:00
30.09.2023r.	Akademia Symfoniczna Malucha Zajęcia skierowane są do dzieci w wieku od 11 m-c życia do lat 2. Zakres wykonywanych zadań podczas Akademii Symfonicznej Malucha, to: ćwiczenia i zabawy rytmiczne, ćwiczenia i zabawy oddechowe, ćwiczenia i zabawy koncentrujące wzrok ćwiczenia i zabawy koordynujące pracę półkul mózgowych, ćwiczenia i zabawy integrujące zmysły, gra na instrumentach muzycznych typowych i niekonwencjonalnych słuchanie muzyki.	10:00 – 14:00
04.10.2023r.	Warsztaty z Pierwszej Pomocy Przedmedycznej dla dzieci w wieku od 5-10 r.ż - zapoznanie ze schematem podstawowego podtrzymywania życia; - nabycie umiejętności prawidłowej oceny sytuacji zagrożenia życia i zabezpieczenia miejsca zdarzenia; - zapoznanie ze schematem oceny stanu osoby poszkodowanej; - poznanie właściwego zachowania podczas wzywania pomocy przez telefony alarmowe; - poznanie zawartości prawidłowo wyposażonej apteczki; - poznanie pozycji bocznej bezpiecznej ustalonej.	17:00-19:00
05.10.2023r.	Warsztaty Podnoszące Kompetencje Rodzicielskie+ indywidualne konsultacje	16:00-19:15

	<p>"Podstawy efektywnej komunikacji z dziećmi"</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Godzina 1: Wprowadzenie do warsztatów i celów</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Przedstawienie prowadzącego i uczestników. ● Określenie celów warsztatów: zrozumienie roli efektywnej komunikacji w rodzicielstwie. • <i>Godzina 2: Rozumienie potrzeb komunikacyjnych dzieci</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Omówienie różnych etapów rozwoju dzieci i ich potrzeb komunikacyjnych. ● Rozpoznawanie sygnałów, jakie wysyłają dzieci poprzez zachowanie i mowę ciała. • <i>Godzina 3: Praktyczne ćwiczenia i techniki komunikacji</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Praktyczne ćwiczenia w aktywnym słuchaniu. ● Nauka wyrażania swoich myśli i uczuć w sposób zrozumiały dla dziecka. 	
10.10.2023r.	<p>Warsztaty Podnoszące Kompetencje Rodzicielskie+ indywidualne konsultacje. Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898.</p> <p>"Budowanie pozytywnych relacji rodzinnych"</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Godzina 1: Rozwijanie empatii w relacjach rodzinnych</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Rozmowa na temat empatii jako kluczowego elementu budowania pozytywnych relacji. ● Ćwiczenia empatii w grupie. • <i>Godzina 2: Tworzenie spójnych reguł i granic w rodzinie</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Omówienie znaczenia ustalania granic i reguł w rodzinie. 	16:00-19:15

	<ul style="list-style-type: none"> ● Praktyczne wskazówki dotyczące tworzenia spójnych granic i reguł. • <i>Godzina 3: Rozwiązywanie konfliktów i budowanie zaufania</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Techniki rozwiązywania konfliktów w rodzinie. ● Budowanie zaufania i konstruktywne metody rozwiązywania problemów. 	
11.10.2023r.	<p>Zajęcia Akademii Symfonicznej Malucha</p> <p>Zakres wykonywanych zadań podczas Akademii Symfonicznej Malucha, to: ćwiczenia i zabawy rytmiczne, ćwiczenia i zabawy oddechowe, ćwiczenia i zabawy koncentrujące wzrok ćwiczenia i zabawy koordynujące pracę półkul mózgowych, ćwiczenia i zabawy integrujące zmysły, gra na instrumentach muzycznych typowych i niekonwencjonalnych słuchanie muzyki.</p>	16:00-20:00
23.10.2023r.	<p>Konsultacje oraz zajęcia z neurologopedą. Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898. – brak miejsc</p>	15:30-17:30
26.10.2023r.	<p>Warsztaty Podnoszące Kompetencje Rodzicielskie + indywidualne konsultacje</p> <p>"Rozwijanie zdolności do radzenia sobie z trudnymi sytuacjami"</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Godzina 1: Radzenie sobie z zachowaniami problematycznymi u dzieci</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Identyfikowanie i rozumienie zachowań problematycznych u dzieci. ● Strategie radzenia sobie w trudnych sytuacjach. • <i>Godzina 2: Strategie radzenia sobie ze stresem rodzicielskim</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Rozpoznawanie objawów stresu rodzicielskiego. ● Techniki relaksacji i radzenia sobie ze stresem. • <i>Godzina 3: Ćwiczenia praktyczne w radzeniu sobie z sytuacjami trudnymi</i> 	16:00-19:15

	<ul style="list-style-type: none"> ● Symulacje sytuacji trudnych i praktyczne ćwiczenia w radzeniu sobie z nimi. 	
30.10.2023r.	Konsultacje oraz zajęcia grupowe z psychologiem (grupa wiekowa dzieci od 6 do 10 r.ż.). Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898. – brak miejsc	16:00-18:00
07.11.2023r.	<p>Warsztaty Podnoszące Kompetencje Rodzicielskie + indywidualne konsultacje</p> <p>"Wspieranie rozwoju emocjonalnego i społecznego dzieci"</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Godzina 1: Rozumienie emocji dzieci i jak je wspierać</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Omówienie różnych emocji u dzieci i znaczenia ich wyrażania. ● Sposoby wspierania rozwoju emocjonalnego dziecka. • <i>Godzina 2: Budowanie umiejętności społecznych u dzieci</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Rozwijanie umiejętności interpersonalnych i empatii u dzieci. ● Ćwiczenia w budowaniu zdolności społecznych. • <i>Godzina 3: Rozwijanie zdolności do rozwiązywania problemów</i> ● Nauka podejścia problem-solving i jego zastosowanie w codziennych sytuacjach 	16:00-19:15
08.11.2023r.	Warsztaty z pierwszej pomocy przedmedycznej dla rodziców z dziećmi (przedział wiekowy dzieci od 5 – 10 r.ż.). Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898.	16:30-18:30
15.11.2023r.	<p>Zajęcia Akademii Symfonicznej Malucha</p> <p>Zakres wykonywanych zadań podczas Akademii Symfonicznej Malucha, to: ćwiczenia i zabawy rytmiczne, ćwiczenia i zabawy oddechowe, ćwiczenia i zabawy koncentrujące wzrok ćwiczenia i zabawy koordynujące pracę półkul mózgowych, ćwiczenia i zabawy integrujące zmysły, gra na instrumentach muzycznych typowych i niekonwencjonalnych słuchanie muzyki.</p>	16:00-18:00
16.11.2023r.	Warsztaty Podnoszące Kompetencje Rodzicielskie + indywidualne konsultacje	16:00-19:15

	<p>"Edukacja i rozwijanie talentów dziecka"</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Godzina 1: Wspieranie edukacji i nauki dziecka</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Dostarczanie narzędzi i technik wspierających naukę. ● Tworzenie pozytywnego środowiska edukacyjnego w domu. • <i>Godzina 2: Rozpoznawanie i rozwijanie talentów i zainteresowań dziecka</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Jak rozpoznać talenty i zainteresowania dziecka. ● Wspieranie rozwoju tych talentów. • <i>Godzina 3: Kreowanie pozytywnego środowiska nauki i eksploracji</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Tworzenie przestrzeni, w której dziecko może eksplorować i rozwijać swoje zainteresowania. 	
21.11.2023r.	<p>Warsztaty Podnoszące Kompetencje Rodzicielskie + indywidualne konsultacje</p> <p>"Budowanie zdrowego stylu życia dla rodziny"</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Godzina 1: Znaczenie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Edukacja na temat znaczenia zdrowego odżywiania i regularnej aktywności fizycznej dla całej rodziny. ● Praktyczne wskazówki na zdrowy styl życia. • <i>Godzina 2: Promowanie zdrowego snu i równowagi życiowej</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Jak tworzyć zdrowe nawyki snu dla dzieci i dorosłych. ● Wartość zachowania równowagi między pracą a życiem rodzinnym. • <i>Godzina 3: Planowanie i tworzenie wspólnych aktywności rodziny</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Propozycje aktywności i rozrywek, które promują wspólną zabawę i relacje rodzinne. 	16:00-19:15

22.11.2023r.	Konsultacje oraz zajęcia grupowe z psychologiem dla młodzieży od 11r.ż. Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898.	16:00-18:00
27.11.2023r.	Konsultacje oraz zajęcia z neurologopedą. Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898.	15:30-17:30
28.11.2023r.	<p>Warsztaty Podnoszące Kompetencje Rodzicielskie + indywidualne konsultacje</p> <p>"Podsumowanie i dalszy rozwój jako rodzic"</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Godzina 1: Przegląd głównych tematów warsztatów</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Podsumowanie kluczowych pojęć i technik omawianych podczas warsztatów. • <i>Godzina 2: Indywidualne konsultacje i wsparcie dla rodziców</i> <ul style="list-style-type: none"> ● Możliwość konsultacji indywidualnych z prowadzącym i uzyskanie wsparcia w rozwiązywaniu osobistych problemów rodzicielskich. • <i>Godzina 3: Określenie celów i planów na przyszłość jako rodzic</i> <ul style="list-style-type: none"> • Tworzenie osobistych planów rozwoju rodzicielskiego i określenie, jakie cele chce się osiągnąć w przyszłości. 	16:00-19:15
06.12.2023r.	Warsztaty kulinarne międzypokoleniowe dla dzieci, rodziców i dziadków. Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898.	16:00 – 19:00
14.12.2023r.	Warsztaty kulinarne międzypokoleniowe dla dzieci, rodziców i dziadków. Więcej informacji pod numerem telefonu 67-211-55-01/12/45 bądź 660-714-898.	16:00-19:00

