

podporné stretnutie

DOJČIACICH MATIEK



25. JANUÁR, 22. FEBRUÁR, 29. MAREC 2018
10:00 - 11:30 | KLUBOVŇA (AREÁL KD)

Príďte si pre pomoc a podporu pri dojčení. Účasťou v podpornej skupine výrazne zvyšujete šance, že dojčenie bude úspešné. Ide o stretnutie dojčiacich matiek s ich deťmi, spolu s poradkyňou pri dojčení. Takéto stretnutia pomáhajú matke dostávať podporu, pomôžu matke nebyť na materskej v izolácii a spoznávať nových ľudí. Tešíme sa na vás aj vaše detičky! :-)

podporné stretnutie

TEHOTNÝCH ŽIEN



8. FEBRUÁR, 8. MAREC 2018
10:00 - 11:30 | KLUBOVŇA (AREÁL KD)

Podporné stretnutia tehotných žien slúžia na prípravu mamičiek na dojčenie po pôrode. Ukážeme si ako vyzerá asymetrické prisatie a ako ho dosiahnuť, ako zistiť, či bábätko získava dostatok mliečka a čo robiť v prípade komplikácií. Stretnutia vedie certifikovaná laktačná poradkyňa.

Na stretnutia je potrebné vopred sa nahlásiť na udalosti stránky www.facebook.com/laktacnaporadkynatrnav, prípadne na tel. číisle 0907 451 475.

SENZORICKÉ PEXESO



10:00 - 11:30 | KLUBOVŇA (AREÁL KD)

Ak sa chcete zúčastniť tohto stretnutia, JE POTREBNÉ PRINIESŤ:

- Na stretnutia je ideálne (nie povinné) vopred sa nahlásiť na tel. číslo 0907 451 475, aby sme vedeli pripraviť priestor pre vás aj vaše detičky.

stretnutie mamín a detí

KVÁSKOVANIE



15. MAREC 2018

10:00 - 11:30 | KLUBOVŇA (AREÁL KD)

Na stretnutí si povieme aký je rozdiel medzi používaním kvásku a kvasnicami (droždím) pri pečení, založíme si vlastný kvások a ukážeme, ako upiecť chutný a zdravý kváskový chlebík.

Ak sa chcete zúčastniť tohto stretnutia, JE POTREBNÉ PRINIESTĤ:

- sklenený zaváraninový pohár s viečkom

- * ak si budete chcieť založiť vlastný kvások, tak s minimálnym objemom 0,5 - 0,7 l

- * ak budete chcieť už hotový kvások, stačí menší, s maximálnym objemom 0,4 l (môže byť aj menší)

Na stretnutia je potrebné sa vopred sa nahlásiť na tel. čísle 0907 451 475, aby sme vedeli pripraviť pre vás suroviny (múky) a materiály (postup na starostlivosť pre kvások a recept na chlieb).

stretnutie mamín a detí

TIPY AKO USPORIADAŤ OSLAVU / SVADBU



22. MAREC 2018

10:00 - 11:30 | KLUBOVŇA (AREÁL KD)

Na stretnutí sa dozviete tipy, ako usporiadať vašu oslavu či svadbu od svadobnej agentúry Levente, na čo nezabudnúť a kde zohnať všetko potrebné pre nezabudnuteľný zážitok.

Ak sa chcete zúčastniť, nezabudnite si pripraviť otázky. :-)

Na stretnutia je ideálne (nie povinné) vopred sa nahlásiť na tel. číse 0907 451 475, aby sme vedeli pripraviť pre vás materiály s tipmi.