



**Magiczny
Kraków**

Dworek Białoprądnicki zaprasza w maju online

2020-05-08

W maju Centrum Kultury Dworek Białoprądnicki zaprasza na dalszy ciąg zajęć i spotkań do sieci. Wszyscy rodzice, którzy pozostają w domach z najmłodszymi dziećmi, znajdą ciekawe propozycje w wirtualnej „Strefie Rodzica”. Natomiast w ramach cyklu „Horyzonty” warto także skorzystać z wirtualnego spotkania z psychologiem, poświęconego aktualnemu tematowi zachowania równowagi emocjonalnej w czasie pandemii.

„Strefa Rodzica ”

W ramach „Strefy Rodzica” online organizowane są zarówno zabawy dla rodziców i maluszków, jak i wykłady o tematyce psychologiczno-pedagogicznej oraz spotkania z psychologiem. Wymagane są jednak wcześniejsze zapisy. Udział w wydarzeniach jest bezpłatny.

Szczegółowe informacje dotyczące zapisów dostępne są [tutaj](#).

Najbliższe spotkania w wirtualnej „Strefie Rodzica”

11 maja, godz. 12.00

Fit Mama dla kobiet po porodzie

Zajęcia fitness dla kobiet po porodzie. Prowadzenie Anna Połec (fizjoterapeuta, sportowiec – była reprezentantka Polski w tenisie stołowym. Szkoleniowiec grup młodszych w tenisie stołowym. Instruktor fitness, pilates oraz pływania).

12 maja 2020, godz. 9.00

Rozwój zmysłów u dziecka

Wykład na temat kreatywnego wspierania rozwoju małego dziecka.

Prowadzenie: pedagog Katarzyna Piekarczyk

14 maja 2020, godz. 9.00

Spotkanie z Panią Żabą i domowy teatrzyk kukiełkowy

Prowadzenie: pedagog Katarzyna Piekarczyk

18 maja, godz. 12.00

Fit Mama

Zajęcia fitness dla kobiet po porodzie. Prowadzenie Anna Połec (fizjoterapeuta, sportowiec – była reprezentantka Polski w tenisie stołowym. Szkoleniowiec grup młodszych w tenisie stołowym. Instruktor fitness, pilates oraz pływania.)

19 maja, godz. 9.00

Pięć mitów dotyczących wychowania dzieci

Wykład na temat kreatywnego wspierania rozwoju małego dziecka.



**Magiczny
Kraków**

Prowadzenie: pedagog Katarzyna Piekarczyk

21 maja, godz. 9.00

Spotkanie z Panią Żabą i zabawy wspierające rozwój zmysłów u dziecka

Prowadzenie: pedagog Katarzyna Piekarczyk

25 maja, godz. 12.00

Fit Mama

Zajęcia fitness dla kobiet po porodzie. Prowadzenie Anna Połec (fizjoterapeuta, sportowiec – była reprezentantka Polski w tenisie stołowym. Szkoleniowiec grup młodszych w tenisie stołowym. Instruktor fitness, pilates oraz pływanie.)

26 maja 2020, g. 9.00

Coś dla mam, czyli jak zadbać o czas dla siebie

Prowadzenie: pedagog Katarzyna Piekarczyk

28 maja 2020, g. 9.00

Spotkanie z Panią Żabą i zabawy wspierające rozwój zmysłów u dziecka

Prowadzenie: pedagog Katarzyna Piekarczyk

„Czas próby – reakcje psychologiczne na sytuację pandemii”

Kolejne spotkanie z popularnego cyklu „Horyzonty” poświęcone będzie temu, co najbardziej aktualne – życiu i zachowaniu równowagi emocjonalnej w czasie pandemii. Spotkanie online zatytułowane „Czas próby – reakcje psychologiczne na sytuację pandemii” poprowadzi dr Bożena Gulla. Spotkanie odbędzie się 12 maja, o godz. 18.00. Spotkanie online – wymagane zapisy przez formularz: dworek.eu/zapisy (hasło: horyzonty).

Zagrożenie zdrowia, izolacja społeczna, niepewność dotycząca pracy i wiele innych obecnych trudności, nie sprzyjają utrzymaniu równowagi emocjonalnej. Dlatego spotkanie z psycholożką dr Bożeną Gullą, zostanie poświęcone omówieniu sytuacji psychologicznej, związanej z pandemią COVID-19. Poruszy ona m.in. zagadnienie dynamiki reakcji psychologicznych, omówi również czynniki, które ułatwiają i utrudniają radzenie sobie w obecnej sytuacji.

Uczestnicy spotkania nie tylko otrzymają garść praktycznych porad psychologicznych, będą mieli również możliwość podzielenia się własnymi doświadczeniami.

Partnerem wydarzenia jest Instytut Psychologii Stosowanej Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie.

Dr Bożena Gulla - specjalistka I i II stopnia psychologii klinicznej, absolwentka szkolenia w zakresie psychoterapii Katedry Psychoterapii Coll. Med. UJ. Pracuje jako adiunkt w Instytucie Psychologii Stosowanej Uniwersytetu Jagiellońskiego. Autorka i współautorka kilku książek oraz artykułów w



**Magiczny
Kraków**

czasopismach naukowych. Jej zainteresowania naukowe koncentrują się wokół psychologii klinicznej - problematyki zdrowia i choroby, psychopatologii, psychoterapii i psychologii sądowej.

Więcej informacji [na stronie dworek.eu](http://na_stronie_dworek.eu).