



## Kluby Rodziców zapraszają

2016-11-03

**Kluby Rodziców to projekt realizowany przez miasto, którego głównym celem jest wspieranie rodzin z dziećmi oraz oczekujących na potomstwo. W Krakowie funkcjonuje obecnie 16 takich klubów - ich sieć została tak zaplanowana, żeby mieszkańcy wszystkich dzielnic Krakowa mieli do nich dogodny dostęp. Kluby tworzą przyjazną dla rodziców i dzieci przestrzeń, umożliwiają integrację rodzin, organizują różne zajęcia, podejmują ciekawe tematy, oferują też fachowe poradnictwo specjalistów z różnych dziedzin. Jeśli nie wiecie, do którego klubu jest Wam najbliżej, sprawdźcie adresy w [Biuletynie Informacji Publicznej](#).**

Dziś, 3 listopada, o godz. 17:00 w Klubie Jędrus w Nowej Hucie (os. Centrum A 6a) odbędą się zajęcia „Gimnastyka dla Małych i Dużych”, czyli wesołe brykanie rodziców z dziećmi (w wieku od 0 do 6 lat) według pomysłów z gimnastyki Weroniki Sherborne. Poprowadzi je Zofia Noworól, która uczy tańca i ruchu dzieci i dorosłych, w tym z osoby z niepełnosprawnościami. Warsztaty są bezpłatne - to część Klubu Rodziców, programu finansowanego przez Gminę Miejską Kraków. Z kolei jutro, 4 listopada, można przyjść do Klubu Jędrus na warsztaty o porodzie naturalnym po cesarskim cięciu. Uczestnicy porozmawiają m.in. o tym, czy przekonanie „raz cesarka, zawsze cesarka” jest słuszne. Zajęcia są skierowane zarówno dla tych kobiet, które przygotowują się do drugiego porodu, jak i tych, które dopiero rozważają, czy poród naturalny może być opcją właśnie w ich przypadku (osoby towarzyszące oraz wspierające kobiety mile widziane). Warsztaty poprowadzi Beata Meinguer-Jedlińska, doula i mama dwójki dzieci, która wspiera kobiety w ciąży i ich rodziny, pomagając im się przygotować do porodu i rodzicielstwa.

Przypomnijmy: w 2015 r., w ramach programu pilotażowego, Kluby Rodziców funkcjonowały przez 4 miesiące (wrzesień - grudzień) w 8 miejscach na terenie Krakowa. Inicjatywa cieszyła się tak dużym zainteresowaniem wśród krakowskich rodziców, że w tym roku poszerzono projekt i na mapie Krakowa przybyło kolejnych 8 klubów. Zajęcia odbywają się więc w 16 placówkach na terenie całego miasta.

Kluby Rodziców prowadzone są przy współpracy Urzędu Miasta Krakowa z Domem Kultury „Podgórze”, Centrum Kultury „Dworek Białooprądnicki”, Ośrodkiem Kultury Kraków - Nowa Huta, Ośrodkiem Kultury im. C.K. Norwida oraz Nowohuckim Centrum Kultury.

[Sprawdź, gdzie działa Twój Klub!](#)