

**Kurz péče o dítě** (manipulace s miminkem, koupání, přebalování, kojení)

kurz probíhá v Rodinném Centru Myšák - 3 hodiny

**individuální kurz 1.000 Kč**

**společný kurz pro více rodičů 600 Kč**

**Návštěva u Vás doma** - plavání ve vaně nebo kyblíku, ukázka manipulace s miminkem, správná technika kojení

**jedna návštěva 600 Kč** (+ mimo Neratovice 10 Kč/km)

**tři návštěvy 1.500 Kč** (+ mimo Neratovice 10 Kč/km)

manipulace s miminkem Každodenní péče o miminko, to je mnoho úkonů a manipulace je velmi důležitá

plavání ve vaně

Plavat doma ve vaně můžete začít už od 10-14 dnů, jakmile je zahojený pupečník. Díky speciálním cvičením můžete dítě naučit plavat

koupání v kyblíku

Polohování v kyblíku je určeno pro miminka s bolením břicha, pro děti citlivé a snadno plačtivé. Díky anestetiku v kyblíku se dítě cítí bezpečně a klidně

kojení/bolesti zad

Kojení je dovednost, na kterou se každá maminka může naučit, když chce své dítě kojit. Avšak takovéto dovednosti se mohou vyvíjet různě rychle a některé maminky mohou mít potíže s kojením

aktivní rozvoj miminka

Víte, kde by měla stát postýlka? Je lepší nechat miminko na posteli nebo položit na zem? Dát nad postýlku ochranu před světlem a hlukem?

cvičení miminka od 3 měsíců

<http://www.rcmysak.cz/index.php/the-community>

přihláška zde:

[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfzDGKqOb2YG1qRm8pJU1TkkLyF8g\\_8ZW70EI0O7ivPgRKRVg/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfzDGKqOb2YG1qRm8pJU1TkkLyF8g_8ZW70EI0O7ivPgRKRVg/viewform)

kurz první pomoci KIDS

Víte co dělat, když se vašemu dítěti něco stane? Tohle řeší náš kurz první pomoci KIDS ve spolupráci s

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfwKsFW594ROIXkHf7yMSZMHrOtI9Yj-ORTAL6RJ3YG3dZ8cw/viewform>

Na Vaše miminka **Jana Zrněková**

- instruktorka plavání v rodině (0-6 měsíců)
- instruktorka plavání bazén (6 měs. - 6 let)

- instruktor plavání pro děti a dospělé
- plavčík
- cvičitelka aquaerobiku
- instruktorka cvičení miminek a dětí
- instruktorka Baby Signs
- telefon: **723 589 614**
- **V případě zájmu o návštěvu u Vás doma prosím volejte na telefon nebo pište SMS :)**