

ZKLIDNĚNÍ V DOTEKU

pro rodiče s dětmi (0 - 1 rok)

každou STŘEDU: 11:15 - 12:00 hod.

v Mateřském centru Sedmíkraska z.s. Oblá 51, Brno

začínáme: 4. 3. 2026



Co nás čeká?

Přijďte se se svým děťátkem na chvíli zastavit, nadechnout a vnímat sílu vědomého doteku.

V bezpečném, klidném prostředí si ukážeme jednoduché techniky inspirované např. principy Ájurvédy a reflexní terapie.

Společně budeme objevovat jemná místa na těle, která podporují uvolnění, klid a hlubší propojení mezi rodičem a dítětem.

Lekce budou probíhat v pomalém tempu za doprovodu relaxační hudby a aromaterapie, jako příprava na odpočinek před obědem. Pokud se miminko nebude chtít zapojit, rodič si techniky může vyzkoušet přímo na sobě a doma později i s děťátkem. Každý účastník obdrží přehled bodů pro domácí praxi.

Po celé dopoledne vám budou k dispozici ZDARMA prostory mateřského centra:
- HERNA, KUCHYŇKA, PŘEBALOVACÍ KOUTEK ...

Cena:

1. členská permanentka: 3.000 Kč
další členská permanentka: 2.550 Kč
nečlenská permanentka: 4.500 Kč

za tým MC Sedmíkraska se na Vás těší - Ing. arch. Veronika Oznerová

Jsem architektka, máma malé holčičky a žena krácející cestou přirozeného a vědomého způsobu života.

Ve své profesi se věnuji návrhům zdravých a udržitelných interiérů. Ve volném čase mě naplňuje objevování propojení těla, mysli a duše, včetně studia alternativních technik.

Věřím, že právě v dnešní uspěchané době je umění zastavit se, nadechnout a vnímat vlastní tělo i své dítě tím největším darem, který můžeme sobě i dětem dát.

Více o mě a mojí práci najdete na www.veronikaoznerova.cz



Příhlášky a další informace na:
www.mcsedmíkraskabrno.cz,
e-mailu: mcsedmíkraska@volny.cz,
v MC Sedmíkraska na Oblé 51,
nebo na mob.: 773 907 909



Provoz Mateřského centra Sedmíkraska Brno z. s. je dotován MPSV ČR, Jihomoravským krajem, Statutárním městem Brnem a Městskou částí Brno - Nový Lískovec. Děkujeme. Stejně tak děkujeme za poskytnutí daru společností Cardion a Activa a za podporu formou poskytování účetního software společnosti Vema.