



# Program – červen 2019

## JEDNOTLIVÉ AKCE

**PO 3.6. 17:00-19:00**

### **Den dětí se Čmeldou**

Mateřské centrum Čmelda u nás na Statku pořádá den dětí se soutěžemi.  
Rezervace: Nora Nebesářová, tel. 607 679 368,  
nora.cmelda@seznam.cz  
Vstupné 50,- Kč.

**PÁ 7.6. 17:00-19:00**

### **Zentangle**

Jedná se o jednoduchou metodu, která pomůže se soustředit, odpočívat, zlepšit představivost, rozvíjet fantazii, podpořit sebevědomí, meditovat... Navíc vás to prostě bude strašně moc bavit. Pro zájemce všeho věku, dospělé i děti, které vydrží sedět aspoň půl hodiny (cca od 6 let). Malovat ani kreslit umět nemusíte, stačí chtít vyzkoušet něco nového. V ceně je zahrnut materiál, který si odnesete. Cena 50,- Kč. Rezervace vítána na blankarosi@seznam.cz.

**ČT 6.6. 18:00-21:00**

### **Jak vychovávat kluky a nepřijít o rozum Místo konání: V. Kolona v areálu PNB**

Seznámíte se s užitečnými technikami pro každodenní zvládnání výchovy v rodině - při výchově kluků zvláště. Dozvíte se o klíčových obdobích ve výchově syna, o vývoji mužského mozku a důvodech tak "jiného" chování chlapců.

Lektorka odpoví na otázky jako: "Proč prý kluci zlobí víc než holčičky?", "Proč mají často horší výsledky ve škole?", "Proč obvykle vyrušují a neposedí?", "Proč si řada z nich vyrábí zbraně a neustále bojují?"

Podíváme se také na nezastupitelnou roli muže v klíčových obdobích výchovy kluků i na mateřský neklid a úzkost, když chlapi dělají nebezpečné věci.

Lektorka: Mgr. et Mgr. Vladka Bartáková, PhD., psycholožka a psychoterapeutka  
Kapacita omezena.

Přihlášení na: [e.ripkova@gmail.com](mailto:e.ripkova@gmail.com)  
Cena 300,- Kč.

**SO 8.6. 15:00-18:00**

### **Letní slavnost**

Obřadní tance, tance v přírodě, ...  
Pořádá: Collegium Marianum – Týnská škola  
Podmínkou účasti je předběžná registrace na:  
[pavla@collegiummarianum.cz](mailto:pavla@collegiummarianum.cz)  
nebo tel. 731 448 348  
VSTUP VOLNÝ

**NE 9.6. 17:00-19:00**

### **Slepička – mezi námi děvčaty**

Nová aktivita pro ženy. Navazujeme na tradici draní peří, u které se ženy scházely společně v jedné světnici a povídaly si. Probraly vždy nějaké téma ze všech možných úhlů pohledu a tak se vzájemně obohacovaly.  
Tentokrát bude tématem ODVAHA a u povídání si budeme vybarvovat mandaly. Využijme čas samy pro sebe a odpočihneme si od kohoutků a kuřátek.

O letních prázdninách máme zavřeno, těšíme se na vás zase v září.

**STATEK VRANÝCH - BOHNICKÉ SOUSEDSKÉ = KOMUNITNÍ CENTRUM**

najdete na adrese **Bohnická 1 / 36, Praha 8** (na starobohnické návsi)

tel. program a rezervace Petra 608 157 835 --- [bohnice.ziji@gmail.com](mailto:bohnice.ziji@gmail.com) --- [www.bohniceziji.cz](http://www.bohniceziji.cz)

## PRAVIDELNÝ ROZVRH

	Dopoledne	Odpoledne	Večer
<b>Pondělí</b>			<p><b>17:30 – 18:45</b> Há-tha jóga I. se zaměřením na správné držení těla</p> <p><b>19:00 – 20:15</b> Há-tha jóga II. se zaměřením na správné držení těla Jóga v mírném, plynulém tempu s důrazem na správné nastavení a uvědomění si středu těla. Lektorka Mgr. Petra Zajíčková. Oba kurzy jsou obsazeny.</p>
<b>Úterý</b>			<p><b>18:15 – 19:15</b> Ashtanga jóga Lekce jógy s Kateřinou Pudilovou. Rezervace: 777 257 474.</p>
<b>Středa</b>	<p><b>9:00 – 11:00</b> Herna pro děti a společnost pro dospělé Přijďte si posedět, pohrát si a popovídat u kávy nebo čaje. Volný program nebo možnost nejruznějších workshopů pro děti i maminky – zapojte se.</p>	<p><b>17:00 – 18:00 (sudé týdny)</b> Zelenina pro Bohnice KPZ=Komunitou podporované zemědělství. V případě zájmu pište na bohnickebedynky@gmail.com.</p>	<p><b>17:30 – 19:00</b> Há-tha jóga Lektorka Lucie Grohmanová. Kurz je obsazen.</p>
<b>Čtvrtek</b>			<p><b>19:00 – 20:30</b> Francouzština s rodilou mluvčí Středně pokročilí. Rezervace: 775 903 984 Irene.</p>
<b>Pátek</b>	<p><b>9:30 – 12:00</b> Na kopečku - klub pro maminky s malými dětmi Dopoledne s básničkami a písničkami, společně sdílenou svačinou a pohádkou.</p>		

**STATEK VRANÝCH - BOHNICKÉ SOUSEDSKÉ = KOMUNITNÍ CENTRUM**

najdete na adrese **Bohnická 1 / 36, Praha 8** (na starobohnické návsi)

tel. program a rezervace Petra 608 157 835 --- bohnice.ziji@gmail.com --- www.bohnicезiji.cz