



Milí přátelé Centra pro rodinu Ráj,

podle nařízení EU o ochraně osobních údajů potřebujeme zaevidovat Váš souhlas k tomu, abychom Vám mohli i nadále zasílat informace o akcích v našem centru na Váš email, který jste nám s důvěrou sdělili a který je tímto uložen v seznamu pro zasílání aktualit.

Pokud si přejete dále dostávat naše emaily, tak uveďte pouze váš email do formuláře pod tímto odkazem: [ANO, CHCI DOSTÁVAT AKTUALITY](#)

Souhlas je kdykoli odvolatelný, máte právo na přístup a další zákonná práva, která můžete najít na internetových stránkách úřadu pro ochranu osobních údajů.

O bezpečnost osobních údajů jsme se vždy starali s co největší pečlivostí a byly u nás v bezpečí. Více o ochraně osobních údajů v našem centru se můžete dočíst [ZDE](#).

Nepřejete-li si dostávat naše informace, vyplňte váš email na tomto místě a jednoduše vás ze seznamu vymažeme - [NECHCI UŽ DOSTÁVAT AKTUALITY](#).

Neobdržíme-li Váš souhlas do 30 dní, potom odstraníme automaticky Váš email z evidence pro zasílání novinek.

Děkujeme za pochopení:)

Hana Školoudová

Aktuality z Centra pro rodinu Ráj z Pavlovic u Přerova - podzim 2018

A pokud jste se dočetli až sem, právě se dostáváme k programům, které pro vás připravujeme.

Pokud není uvedeno jinak, akce se konají na Centru pro rodinu Ráj v Pavlovicích u Přerova.

Všechny plakáty, podrobnější informace a odkazy na přihlášky jsou na hlavní stránce našeho webu <http://www.raj-pavlovice.cz/>

- ➔ **Na úterý 16. října od 16:30 h** - chystáme besedu pro ženy s Lenkou Pchálkovou na téma **NEZTRACENÁ VE VZTAHU** - o hledání hranic ve vztahu/manželství.
- ➔ **Ve středu 17. října od 17 h** - bude seminář pro účastníky květnového kurzu Klíč ke zdravým vztahům.
- ➔ **V sobotu 20. října od 9 h do 15 h** (případně do 17 h) - mohou maminky, které mají dceru ve věku od 4 do 10 let prožít spolu **DEN PRO MAMINKY S DCEROU** na téma **RODINA SPOLU** - čeká vás společné tvoření a hraní, beseda s nápady, jak spolu utvářet rodinnou hrdost a sounáležitost, tipy na prožívání společných chvil - těší se na vás lektorky Lenka Pchálková a Lenka Zlámalová
- ➔ **V neděli 21. října** mají zase svůj den chlapi, co mají dospívajícího syna a chtějí se s ním vypravit společně s jinými do hor. Chystáme **DEN PRO TÁTY A SYNY 14+ aneb EXPEDICE KELČSKÝ JAVORNÍK**. Nedělní akce bude zakončena v sauně v Bystřici pod Hostýnem - více informací a přihlášky u Petra Školouda 731 604 120.
- ➔ **Ve středu 24. října od 17 h** se uskuteční seminář **RADOSTI A STRASTI DOSPÍVÁNÍ** - s lektorem Ing. Pavlem Mečkovským M.A. pro rodiče a vychovatele dětí, které prožívají období puberty nebo je toto období právě za dveřmi.
- ➔ **V pátek 26. října od 17 h** se můžeme těšit na přednášku **VÝCHOVA HYPERAKTIVNÍCH DĚTÍ** - kterou si pro nás připravila Mgr. Petra Škrdlíková z Brna, ředitelka MŠ, lektorka a autorka knih na toto téma



- ➔ V pondělí 29. října (podzimní prázdniny) se můžete vypravit (nebo oslovit prarodiče vašich dětí, aby se vydali) na **DEN PRO PRARODIČE S VNOUČATY - PO HŘEBENI HOSTÝNSKÝCH VRCHŮ** - čeká vás program pro děti, lehká turistika - sraz v 7:50 h na nádraží v Bystřici p.H.
- ➔ Na úterý 6. listopadu od 16:30 h - zveme rodiče a vychovatele na přednášku Bc. Marcely Kořenkové z Olomouce na téma **PROČ DĚTI ZLOBÍ**.
- ➔ Ve čtvrtek 8. listopadu od 9 h - bude praktická beseda s Lenkou Pchálkovou na téma - **EKOŽENA - RECYKLACE LÁTEK** - tipy na výrobu hygienických pomůcek
- ➔ V pátek 9. listopadu od 15:30 h - se mohou rodiče s menšími dětmi těšit na tradiční **USPÁVÁNÍ BROUČKŮ** - dobrodružná vycházka rodičů s dětmi - sraz bude opět na hřišti u KD, pak cesta přes zámeckou zahradu, hřiště a zakončíme na zahradě v Ráji.
- ➔ 5 úterních podvečerů od 13.11. -11.12. - si můžete rezervovat pro skvělý **KURZ VÝCHOVA TEENAGERŮ**. Jde o intenzivní, příjemnou a zábavnou formu pro ty, kteří zvažují, jak přežít dospívání našich dětí.
- ➔ Těšit se můžete tento podzim i na **VÍKEND PRO MAMINKY A DCERY od 11 let** - bude od pátku 16. do soboty 17. listopadu - téma **KRÁSNÁ uvnitř i navenek** - víkend, kde budeme nejen mluvit o sebeúctě, sebelásce a kráse - doporučený věk dcery 11 - 70 let. Lektorky Lenka Pchálková ze Slavíče, Martina Žáková z Hradčan a Mgr. Kateřina Neugebauerová z Přerova nám z tohoto víkendu udělají nevšední zážitek pro ducha, duši i tělo.
- ➔ Neděli 18.listopadu si společně užijí tátové dětí zhruba **od 5-ti let** (dle tělesné zdatnosti) - čeká je **DEN PRO TÁTY S DĚTMI** - s turistikou po Hostýnských vrších, podrobnosti budou upřesněny později, tak jen ať si naplánujete čas:)
- ➔ V pátek 23.listopadu od 17 h - bude další seminář s lektorem Ing. Pavlem Mečkovským M.A. z Olomouce na téma **EMOČNÍ INTELIGENCE DĚTÍ**. Jedinci s rozvinutým EQ jsou odpovědnější, asertivnější, uvolněnější, sociálně obratnější, dovedou se vcítit, lépe vycházejí s vrstevníky, s rodiči i učiteli, lépe zvládají zátěžové situace. Seminář je zaměřen na praktické aktivity, které vedou k budování emoční inteligence nejen dětí.
- ➔ A máme tu závěr listopadu se vším, co s tím souvisí včetně příprav na advent. V pátek 30.listopadu od 9 h do 12 h si můžete k nám přijít **VYROBIT ADVENTNÍ VĚNEC** a zároveň se i posdílet s tipy na prožívání adventu a vánoc s dětmi
- ➔ Kdo by chtěl pobýt trošku dýl a vzít s sebou i své děti školou povinné, přijďte v sobotu 1.prosince od 9 do 15 h na **DEN PRO MAMINKY S DĚTMI** - vyrobíte společně na váš stůl adventní věnec, můžete se taktéž podělit o tipy, jak prožívat advent a vánoce, můžete se pustit i do výroby drobných dárků a dekorací...
- ➔ V letošním adventu nás čeká novinka - dopolední **Adventní duchovní obnova pro maminky s hlídáním dětí** - ve čtvrtek 6.prosince od 9 h. Františka Böhmová z Ostravy se přijede podělit s tématem - **O LASKAVOSTI, NĚZE A SLABOSTI** (o kráse ženství). Můžete se těšit. Kapacita je omezená, hlavně jde o počet hlídaných dětí, tak se nezapomeňte přihlásit včas.
- ➔ Ten samý den 6. prosince chystáme s Františkou Böhmovou také tradiční **MALOU ADVENTNÍ DUCHOVNÍ OBNOVU** pro veřejnost. Téma i místo realizace bude ještě upřesněno.



Další informace, přihlášky i plakátky naleznete na našem webu <http://www.raj-pavlovice.cz/> , kde také najdete informace o pravidelném programu, základním individuálním rodinném poradenství a další inspirace. Připomínám, že pokud chcete aktuality i nadále dostávat, je potřeba zapsat svůj email přes výše uvedený proklik do nového seznamu kontaktů. Pro vaše dotazy i připomínky budu k dispozici na emailu: hana.skoloudova@raj-pavlovice.cz

Krásné podzimní dny vám přeje Hana Školoudová

Centrum pro rodinu Ráj z.s., Pavlovice u Přerova 5, 751 11, www.raj-pavlovice.cz,
email: hana.skoloudova@raj-pavlovice.cz,
najdete nás i na Facebooku: Centrum pro rodinu Ráj

Můžete nás podpořit běžnými nákupy na internetu, i když nezaplatíte ani korunu navíc, přes portál givt ZDE



Nakupujete-li přes internet - PODPOŘTE NÁS!