

05.03.2026

## Ruszamy z Akademią Rodzica w ramach Programu Różana Rodzina



**Drodzy Rodzice dzieci urodzonych w roku 2025 i 2026!**

Zapraszamy rodziców na zajęcia w ramach cyklu wiosennego, które odbywać się będą w Miejskim „Wesoła Wiosna” w Kutnie. W programie proponujemy spotkania z lekarzem pediatrą, fizjoterapeutą, psychologiem, dietetykiem, sensoplastyką, nauką pierwszej pomocy w zakrztuszeniach oraz ćwiczenia dla mam.

Zapisy na zajęcia w miesiącu marcu zaczynamy od dnia 9 marca w Miejskim w Kutnie. Zgłoszenia przyjmujemy osobiście w siedzibie Miejskiego przy ul. Troczewskiego 2 od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00 - 15.00 oraz mailowo na adres [zlobek@wosna.wiekom.pl](mailto:zlobek@wosna.wiekom.pl). Zapisy na kolejne miesiące (kwiecień, maj i czerwiec) odbywać się będą od 1 dnia każdego miesiąca.

Poniżej program Akademii Rodzica w miesiącu marcu:

**21.03.2026 r. | godz. 10.00–13.00**

*Postępowanie w infekcjach – katar, kaszel czy panika?*

Jak mądrze reagować na infekcje u dziecka? Co można zrobić samemu, kiedy uda się do lekarza?

Prowadząca: dr Joanna Świdrowska-Jaros - pediatra, Ordynator Oddziału Pediatrii Kutnowskiego Szpitala Samorządowego w Kutnie. Mama dwójki dzieci



**28.03.2026 r. | godz. 10.00–13.00**

Jak prawidłowo zadbać o zdrowie po porodzie.

Masaż niemowląt i dzieci. Ćwiczenia dla mam.

Prowadząca: Aleksandra Mokrzanowska – certyfikowana terapeutka uroginekologiczna, Absolwentka Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego na Oddziale Fizjoterapii, liczne kursy i szkolenia w zakresie uroginekologii. Mama trójki dzieci ?



W kolejnych miesiącach przygotowaliśmy następujące zajęcia:

**18.04.2026 r. | godz. 10.00–13.00**

*Oddech i rozciąganie mięśni prostego brzucha.*

Prawidłowe noszenie, podnoszenie i przewijanie dziecka. Bezpieczne zabawy dla dzieci do 1 roku życia.

Prowadząca: fizjoterapeutka Aleksandra Mokrzanowska

**25.04.2026 r. | godz. 9.00–11.00**

*Zdrowy styl życia. Najczęstsze problemy pediatryczne – wskazówki dla rodziców w ujęciu holistycznym.*

Prowadząca: pediatra i konsultantka ajurwedy Justyna Jeżman – Pasińska

**25.04.2026 r. | godz. 11.15–13.15**

*Podstawy żywienia dzieci 0–3 lata – bez stresu i mitów. Rozszerzanie diety i pierwsze posiłki.*

Prowadzący: dietetyk kliniczny Sebastian Lipiec

**16.05.2026 r. | godz. 10.00–13.00**

*Ergonomia dnia codziennego dla mamy.*

Ćwiczenia i zabawy rozwojowe dla dzieci od 1 do 2 roku życia. Ćwiczenia dla mam. Relaksacja.

Prowadząca: fizjoterapeutka Aleksandra Mokrzanowska

**23.05.2026 r. | godz. 10.00–14.00/15.00**

*ZakrzuszeNIE – podstawy pierwszej pomocy i postępowanie w przypadku zakrzuszenia dziecka.*

Prowadzący: ratownik medyczny Krzysztof Jakucy

**13.06.2026 r. | godz. 9.00–11.00**

*„Kolorowy las” – Sensoplastyka.*

Prowadząca: opiekun dzieciocy Edyta Kucharska

**20.06.2026 r. | godz. 10.00–13.00**

*Wiadome rodzicielstwo – na co zwrócić uwagę w pierwszych latach życia dziecka.*

Prowadzący: pedagog Anna Berggren

Podczas zajęć zapewniamy poczucie bezpieczeństwa oraz opiekę dla dzieci.

Zachęcamy do udziału w zajęciach całej rodziny – również tatusiów.

Przypomnijmy, iż do chwili obecnej z Różanego Wsparcia w formie jednorazowej wypłaty skorzystało 123 dzieci.



**Różana Rodzina**  
AKADEMIA RODZICA

Program skierowany do rodziców dzieci urodzonych w 2025r. i 2026 r.

**SPOTKANIA Z:**

- LEKARZEM PEDIATRĄ**
- PSYCHOLOGIEM**
- DIETETYKIEM**
- FIZJOTERAPEUTĄ**
- SENSOPLASTYKA**
- PIERWSZA POMOC W ZAKRZTUSZENIACH**
- ĆWICZENIA DLA MAM**

**ZAJĘCIA**

- Żłobek Miejski "Wesoła Łąka" w Kutnie  
ul. dr. Antoniego Troczewskiego 2
- Zapisy w Żłobku
- oraz drogą mailową na adres [zlobekkutno@wikom.pl](mailto:zlobekkutno@wikom.pl):
- od dnia 9 marca – na miesiąc marzec
- od 1. dnia każdego miesiąca – na dany miesiąc
- Decyduje kolejność zgłoszeń! Ilość miejsc ograniczona.

**ZAPRASZAMY SERDECZNIE!!!**

szczegóły na stronie:  
[www.um.kutno.pl](http://www.um.kutno.pl) w zakładce Różana Rodzina

**KUTNO**  
miasto róż



Do pobrania

**Załącznik**

**Rozmiar Pobierz**

odt Karta Zgłoszeniowa

354.43 KB [Pobierz](#)

pdf Karta Zgłoszeniowa

176.04 KB [Pobierz](#)

|     | <b>Załącznik</b> | <b>Rozmiar</b> | <b>Pobierz</b>          |
|-----|------------------|----------------|-------------------------|
| pdf | RODO             | 642.4 KB       | <a href="#">Pobierz</a> |

- [Udostępnij](#)
- [Drukuj](#)
- [PDF](#)

[Pozostałe aktualności](#)[Archiwum aktualności](#)