



Activitats **Març 2012**

<i>Dilluns</i>	<i>Dimarts</i>	<i>Dimecres</i>	<i>Dijous</i>	<i>Divendres</i>
11.00 Psico-música (0-10m) 12:00 Psicomotricitat (+ de 10m)	10.45 Baby Sensory (0-13m) 12.15 Baby Sensory (0-13m)	10.15 loga mares-bebés (0-13m) 11:30 Massatge infantil	10.45 Toddler Sense (1 to 3 years old) 12.15 Toddler Sense (1 to 3 years old)	10:30 Music together (0 a 3 anys)
				14:00 a 16:00 Escola de pares i mares (amb dinar)
17.00 Psicomotricitat (+ de 10m) 18.00 Psicomotricitat (2 i 3 anys)	17:00 Baby Sensory (0- 13m) 18.15h It's time to play (1 to 6 years old) 19:15 loga embarassades (fins 20:30)	16:30: Música (1 a 2 anys) 17:45 Música (2 a 3 anys)	17.00 Music together (3 a 5 anys) 18:00 loga amb nens (1 a 3 i 3 a 6 anys) 19:15 Musicoteràpia embarassades	17:30 Diversió en família (+ de 2 anys)

NOU

Especials Març 2012



Dinar de pares: la son

Divendres 2 de març. Amb la Paula Rodriguez (pediatre) i Elisenda Moreno (psicòloga)
Horaris: 14.00 a 16:00h
Preu: 25 euros /32€ parella



Descobrim junts: "la fruita".

Jugar, menjar, crear.....amb fruita.
Per nens de 2 a 6 anys.
Dissabte 3 de març
Horaris: d'11h a 12.30h



Taller de manualitat "dia del pare."

Divendres 9 de març.
Per a nens a partir de 2 anys.
Horaris: 17.30h
Preu: 10€



Ballem, mare?

Divendres 2 i 16 de març.
Per a nens de 3 a 6 anys.
Horaris: 17:30h
Preu: 12 €

	lu	ma	mi	ju	vi	sá	do
10				1	2	3	4
11	5	6	7	8	9	10	11
12	12	13	14	15	16	17	18
13	19	20	21	22	23	24	25
14	26	27	28	29	30	31	1
15	2	3	4	5	6	7	8



Taller de música i percussió.

Dissabte 17 de març
Horaris: 11.00h d'1 a 3 anys i 12:00h de 3 a 6 anys.
Preu: 12 €

Taller de Mugendo (art marcial)

Divendres 23 de març.
Per a nens de 3 a 6 anys.
Horaris: 17:30h
Preu: 15 €



Dia dels GEGANTS

Dissabte 24 de març
Tallers per nens de 6 a 9 anys
loga, Mugendo i mandalas.
Preu: 15 €



Conte i manualitat del conill de pasqua.

Divendres 30 de març.
Per nens a partir de 2 anys
Horaris: 17.30h
Preu: 8€



Curs Prepart intensiu

Dissabtes de març consulteu
Amb llevadora Maria Peitx
Per a futures mares.
Horaris: de 10.00 a 14.00h
Preu: 70 €



Toddler Sense. Semana Santa

Dissabte 31 de març
Horaris: 10:45 (13 a 20 m) i 12:15h 21 a 36m)
Preu: 15 €

Psicomotricitat i psico-música (de 0 a 3 anys)

Activitat que estimula la psicomotricitat del nadó a partir del joc i la música. Activitat d'1h setmanal i un cost de 45€.

Baby Sensory (de 0 a 13 m)

Activitat d'estimulació sensorial que desenvolupa l'aprenentatge del nadó. Grups en anglès i castellà. Activitat d'1h setmanal i un cost de 50€.

It's time to play (d'1 a 3 anys i de 3 a 6 anys)

Explicarem contes, rimes tradicionals, cançons i jocs en anglès mentre ens divertim amb els nostres pares. Preu 12€ sessió aïllada i 45€ les 4 sessions.

Toddler sense (1 a 3 anys)

És la continuïtat de *Baby Sensory*. Pensat per aprendre jugant. Usem cançons, jocs, descobrim coses noves a través del moviment i les aventures. Activitat en anglès. 50€.

Ioga per a embarassades

El ioga aporta una gran sensació de benestar i ens ajuda a reduir l'estrès. La mare podrà preparar-se per gaudir d'un embaràs més conscient i una bona recuperació després del naixement. Activitat d'1h setmanal i un cost de 45€.

Ioga mares i bebès (1 a 12m)

Una dolça descoberta del ioga per compartir amb el teu nadó. Activitat d'1h setmanal i un cost de 50€.

Música (d'1 a 3 anys)

Activitat on la música, la descoberta dels instruments i els jocs de falda son l'eix de l'estimulació del nen. Activitat d'1h setmanal i un cost de 45€.

Juguem amb cançons (de 3 a 5 anys)

Activitats amb balls, fet i amagar, rotllanes, cordes i jocs relacionats amb la música. Activitat de 40 minuts setmanal i un cost de 38€.

Dansa ventre, sevillanes i bollywood (nens a partir de 3 anys)

Descobreix la dansa del ventre d'una manera lúdica, amb coreografies i mocadors. Activitat d'una hora setmanal amb un cost de 45€/m.

Ioga amb nens (de 1 a 3 anys i de 3 a 6 anys)

Taller de ioga que combina la relaxació, els exercicis de ioga i la respiració amb família. Primer i tercer dijous del mes, grup 1 a 3 anys i segon i quart dijous del mes, grup de 3 a 6 anys.

Gimnàstica suau. Fit ball. Hipopressius

Activitat ideal per recuperar-se del part al treballar el sol pèlvic, la relaxació i la correcció postural. Activitat d'una hora setmanal amb un cost de 45€/m. Per als majors de 65 anys el preu inclou un massatge al mes de 20 minuts.

Dinar de pares

Us proposem reunir-nos en grups fixats per edats dels nostres fills i quedar un divendres al mes per xerrar sobre temes que ens interessin mentre dinem tots junts (catering variarà cada mes i anirem tastant diferents restaurants del barri). Sessió guiada per una psicòloga. Preu: 25€ (inclou dinar).

Taller de diversió en família

Us proposem trobar-nos al nostre espai per tornar a ser nens amb els nostres fills. Ens disfressarem, explicarem contes i farem manualitats, jugarem amb bombolles, llums i colors, ... Cada divendres tindrem una activitat diferent (consultar full "especials").

L'Art d'escolltar als nostres fills

*Taller per a pares. (4 sessions)
Divendres de 15h a 16:30h
Preu per família: 75 € (pare o mare) i 120€ (parella).*

Per Olga Marín, psicòloga infantil.

“Escuchar a nuestros hijos es tal vez más importante que hablarles, sobre todo cuando se enfrentan a dificultades. Tener padres que los escuchen y los entiendan se convierte en algo cada vez más importante para ellos a medida que van creciendo.

Nuestros hijos desean que los comprendamos, los valoremos, los respetemos y los amemos. Pero, ¿cómo podemos hacerles ver que los estamos escuchando, que los estamos “entendiendo” y no solo “oyendo”?

El taller de escucha activa es eminentemente práctico (ejercicios en parejas y discusión en grupo) para dar ocasión de practicar la escucha activa y despejar dudas”

Objectius del taller:

1. Entendre què és l'escolta activa i la seva importància per millorar les relacions amb els nostres fills.
2. Practicar habilitats d'escolta activa per a entendre i ajudar als nostres fills.

I a la pràctica aconseguirem ...

- Que el meu fill aprengui a resoldre els seus problemes
- Que comparteixi els seus problemes i sentiments amb nosaltres més sovint.
- Enfortir la seva autoestima.
- Promoure la seva autonomia i responsabilitat personal.