



NEWSLETTER LEDEN 2024

Milí přátelé Domečku ve 100důlkách,

zdravíme vás v novém roce 2024, který s sebou přináší nové možnosti, sliby i stabilizaci toho, co si přejeme zachovat. A my doufáme, že ve vaší myslí a ve vašich plánech je místo i pro náš Domeček, se kterým budete chtít i nadále trávit svůj čas na akcích, v kroužcích i na táborech. Ať již si vyberete úplně novou aktivitu nebo budete rádi pokračovat v těch stávajících, naše dveře jsou vám stále otevřeny. V lednu pro vás připravujeme několik akcí a také dodatečný zápis do kroužků. Jako vždy, na konci těchto novinek najdete střípky z Domečku včetně organizačních informací. K přihlášení na akce použijte svůj klientský účet.

Budeme rádi, když s námi budete sdílet vaše nové začátky v roce 2024!

AKCE

ÚT 9. 1. 2024

PŘEDNÁŠKA Z CYKLU LÉČIVÁ STRAVA: STRAVA BEZ LEPKU, MLÉKA A BÍLÉHO CUKRU

18.30-20.30

Na přednášce se dozvíte, jak na alergie, ekzém, zažívací problémy, nadváhu nebo jiné civilizační choroby. Dozvíte se, jestli je strava bez lepku, mléka a bílého cukru pouze trendy, nebo je to jinak. Přijďte si poslechnout přednášku terapeutky Klinické nutriční medicíny a pochopit, kdy je dobré přemýšlet o eliminačním režimu, co tyto potraviny v těle dělají a čím je můžete v jídelníčku nahradit.

ST 10. 1. 2024

KOMUNITNÍ HNÍZDO RODIČ 21. STOLETÍ: RODIČOVSKÁ KONTROLA A MONITORING ZAŘÍZENÍ DĚTÍ

18.00-20.00

Ukážeme vám na platformách ANDROID, MS WINDOWS i IPHONE, jak pracovat s nástroji rodičovské kontroly, a to jak na samotných zařízeních, tak i na routeru, přes který se vaše zařízení doma do Internetu připojují.

PO 15. 1. 2024

PŘEDNÁŠKA KLUBU RADKA: JAK POMOCI DĚTEM ŘEŠIT JEJICH TRÁPENÍ

19.00-21.00

Seminář s psychoterapeutkou Mgr. Evou Královou, se kterou se tentokrát podíváme na nejčastější dětská trápení od těch nejmenších dětí až po pubertu.

PÁ 19. 1. 2024

RODINA V AKCI - AKTIVNÍ PÁTEČNÍ ODPOLEDNE

RvA: VědaZ - Robotika 16.00-17.30 (7-12 let)

RvA: Divadlo - Jak Čutný potkal Brumlu 16.00-17.00 (3-99 let)

RvA: Workshop k divadlu 17.00-18.00 (3-99)

Přihlašování odstartujeme 1. 1. 2024 on-line přes klientský účet.

PÁ 19. 1. 2024

KND: ABSOLVENT

S Klubem nadšeného diváka zavítáme tentokrát do Divadla na Fidlovačce na hru Absolvent. Pokud byste se chtěli přidat do Klubu a navštívit s námi další představení, stále máte možnost.

ÚT 30. 1. 2024

PŘEDNÁŠKA Z CYKLU LÉČIVÁ STRAVA: STRAVA PODLE ZDRAVOTNÍCH OBTÍŽÍ

18.30-20.30

Na přednášce se dozvíte, jak na zažívací obtíže, alergie, problémy s pohybovým aparátem, kardiovaskulární onemocnění nebo problémy se štítnou žlázou. Přijďte si poslechnout přednášku terapeutky Klinické nutriční medicíny a zjistit, co můžete ve svém jídelníčku upravit, abyste se cítili lépe.

1. 2. 2024 - 2. 2. 2024

NOC A DEN V DDM ANEB "STODŮLECKÁ (NE)SMYSLOVÁ NOC"

DDM Stodůlky se s radostí již podruhé za sebou připojí do celorepublikové akce Noc a Den v DDM. Na úplný závěr I. pololetí školního roku se pro odvážné zájemce otevírá možnost vyzkoušet si netradiční zážitek spočívající v noční hře či neobvyklé "přespávačce" přímo v prostorách DDM. Tématem akce budou naše smysly, a právě v tomto duchu nás i druhý den čeká velmi intenzivní zážitek.

STŘÍPKY

Začínáme 3. 1. 2024: Od středy 3. 1. 2024 se na vás těšíme opět ve zdech Domečku (i na základních školách, kde se s námi pravidelně setkáváte), kde budou pokračovat kroužky a kluby ve své pravidelné činnosti.

Doplňující zápisy: Během ledna se můžete přihlašovat do některých kroužků, které mají volná místa. Aktuální nabídku najdete na našem webu, včetně všech informací k doplňujícím zápisům.

Nový kroužek Bodybalet D: Od ledna 2024 pro vás nově otevíráme kroužek Bodybalet D pod vedením lektorky Anastasie Pinchuk. Kroužek je určený pro všechny taneční nadšence od 15ti let a dospělé, i pro úplně začátečníky. Budeme se scházet pravidelně každé pondělí od 18.00 do 19.00 u nás v DDM Stodůlky. První lekce se bude konat 8. 1. 2024.

Jarní tábory - přihlašování: Ještě stále je možné se přihlásit na jarní tábory s Domečkem. Máme novou koncepci příměstských táborů, která spočívá v inovativním vzdělávání. V průběhu tábora budeme pracovat na různých projektech realizovaných formou zážitkové pedagogiky. Aktivitu jednotlivých projektů podpoří rozvoj kreativity, logického myšlení, podpoří spolupráci, myšlení ve variantách, sebereflexi a další dovednosti potřebné pro život.

Letem světem s pohledem 2023: V termínu 6.-20. 12. 2023 jsme se v Domečku v rámci projektu Letem světem s pohledem seznámili s některými úžasnými úkazy světa a poznali tak zajímavá místa i země, odkud pochází někteří účastníci kroužků. Děti se mohly zúčastnit výtvarné soutěže a vyhrát zajímavé knižní ceny. Výsledky soutěže i ukázky děl zúčastněných dětí najdete v domečkové Galerii online.

Celostátní keramická soutěž: V sobotu 2. 12. 2023 se uskutečnilo slavnostní předání cen 2. ročníku celostátní keramické soutěže na téma Třicetileté výročí České republiky, kde Vojtěch Hartman získal čestné uznání za dílo Korunovační klenoty.

Plán akcí na rok 2024: Štěstí přeje připraveným. A tak si už teď můžete poznamenat do svých diářů důležité termíny akcí v Domečku. Seznam budeme stále aktualizovat a doplňovat.

Nový Facebook: K novému roku jsme si dali malý dárek - novou facebookovou stránku Domečku. Bohužel se nám stalo, že jsme o původní stránku, která bez problémů fungovala několik let, nadobro přišli. Začínáme tedy znovu a budeme moc rádi, když se k nám na stránce přidáte.

Přejeme vám příjemný vstup do nového roku a těšíme se na vás na akcích u nás v Domečku.