



AKTYWNA NIEDZIELA - DZIEŃ DZIECKA

2 czerwca 2019 r., godz. 10.00 – 16.00

PROGRAM

SALA WYKŁADOWA

1. 10:00 – 11:30: **„JAK ROZMAWIAĆ Z DZIEĆMI, ABY NAS SŁUCHAŁY”**
PRELEGENT: Bartosz Karcz, Uniwersytet SWPS
2. 11:30 – 12:30: **„DETOKSYKACJA UKŁADU POKARMOWEGO”**
PRELEGENT: Dagmara Oszmian, Fit Klub Trójmiasto
3. 12.30 – 14:00: **„PROBLEMY SKÓRY U NASTOLATKÓW”** – wykład dla rodziców i nauczycieli
PRELEGENT: Małgorzata Krzykowska
4. 14.00 – 15.00: **„DLACZEGO DZIECI MAJĄ WADY POSTAWY, CO ROBIĆ ŻEBY MIEĆ ZDROWY KRĘGOSŁUP”**
PRELEGENT: Jaremi Sciepurko
5. 15:00 – 16:30: **„ZACZNIJ CZERPAĆ RADOŚĆ Z DOBRYCH RELACJI OD DZIŚ!”**
PRELEGENT: Monika Stankiewicz

SALA WARSZTATOWA (rozgrzewkowa)

1. 10:00 – 11:30: **„KLUCZ DO SZTUKI”** - warsztat artystyczny
PROWADZĄCA: Aleksandra Bańkowska
2. 11:30 – 12:30: **„MINDFULNESS DLA DZIECI I NIE TYLKO ...”** - technika uważności
PROWADZĄCA: Maria Graczyk
3. 12:30 – 14:00: **„1, 2, 3 I RATUJESZ TY !”** - warsztat z prowadzenia pierwszej pomocy
PROWADZĄCY: Wojciech Klupś
4. 14.00 – 15.00: **„DREAM MAMA”** - warsztat dla kobiet w ciąży
PROWADZĄCA: Natalia Wojdak
5. 15.00 – 16:30: **„CZUJESZ TO?!”** - warsztat emocji
PROWADZĄCA: Bogusława Gontarz

SALA TRENINGOWA

1. 10:00 - 11:00: **Wspólna zabawa ze „Spoonerem”**
2. 11:00 - 12:30: **Trening JUDO z JUDOLANDIĄ**
3. 12:30 - 14:00: **SIEMANKO, i tańcz razem z nami!**
4. 14:00 - 14:45: **ZUMBA Kids!**
5. 14:45 - 16:00: **ZUMBA dla dorosłych**



ARENA GŁÓWNA

- **MOSiR Sopot:** Badminton, Speed Badminton
- **JUMPCITY:** Trampolina, pokazy akrobatyczne
- **ROLL4ALL:** Szkółka rolkarska
- **TREFL i Treflersi:** Gry planszowe
- **Stadion Energa:** Dmuchaniec
- **AWFiS:** NIBYLANDIA z Piotrusiem Panem
- **Stopek Adventure Team:** Mini tor przeszkód
- **Stoisko Rehasport Clinic:** Porady fizjoterapeutyczne
- **Fit Klub Trójmiasto:** Analiza składu ciała
- **Classic Restaurant:** Zdrowe soki
- **Stoisko ORTOSTOP:** Podoskopowe badania stóp dla dzieci i dorosłych
- **Stoisko Zielony Spichlerz:** Zdrowa żywność
- **Stoisko SPOONER:** Zabawa na desce „Spooner”
- **Profesjonalne malowanie twarzy:** tęczowe i pełne blasku makijaże dla dzieci (od 10.00 do 12.00)
- **GRA TERENOWA z upominkami** (Gmina Miasta Sopotu, Fun Climb Gdańsk)