

# Fundacja Wspierania i Aktywizacji Rodzin Mamy Moc „Zdrowy Junior”



Zdrowie jest niewątpliwie jedną z nadrzędnych wartości w życiu każdego człowieka, a problemy zdrowotne dzieci spędzają sen z powiek większości rodziców i opiekunów. Wśród nurtujących zagadnień znajdują się zarówno sposoby leczenia najczęstszych chorób, profilaktyka zdrowotna jak i kontrowersje dotyczące m.in. szczepień. Aby wspomóc radzenie sobie z wieloma problemami rodzicielskimi, także tymi związanymi ze zdrowiem, kilka miesięcy temu, z inicjatywy rodziców z Targówka powstała Fundacja Wspierania i Aktywizacji Rodzin Mamy Moc. Stworzyła ona Klub dla Rodzin na Targówku, który uzyskał dofinansowanie miasta na swoją działalność. Warsztaty fotograficzne, zajęcia ruchowe, treningi rodzicielstwa, udogodnienia dla rodziców pracujących zdalnie, zajęcia adresowane do dzieci to tylko próbka naszych planów.

Program „Zdrowy Junior” to cykl bezpłatnych spotkań ze specjalistami z dziedzin medycznych, który prowadzimy we współpracy z Samodzielnym Zespołem Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa-Targówek.

Na spotkania podczas, których będziecie Państwo mieli okazję do bezpośredniego kontaktu z lekarzami i specjalistami z dziedzin medycznych oraz do zadawania pytań na tematy wzbudzające niepokój i do wymiany doświadczeń, zapraszamy do Biblioteki dla Dzieci i Młodzieży nr 40 przy ulicy Suwalskiej 11.

**Najbliższe terminy spotkań to: 20 marca, 24 kwietnia, 22 maja oraz 19 czerwca w godz. 17.30-19:00 – godziny popołudniowe są ukłonem w stronę osób pracujących, aby mogły również wziąć w nich udział.**

W ciągu kilku ostatnich lat temat napięcia mięśniowego stał się bardzo modny i coraz częściej spędza sen z powiek rodzicom niemowląt, gdyż niepotrzebnie straszy się ich i namawia do szukania niepokojących objawów u dzieci. Dlatego też uznaliśmy ten temat za ważny i cykl rozpoczynają dwa spotkania z **Anną Niewiadomską – terapeutką NDT-Bobath**. Szczególnie zapraszamy na prelekcję i warsztat poświęcony pielęgnacji i zabawom stymulującym rozwój niemowląt w dniu 20 marca.

Naszym marzeniem i celem, jest stworzenie centrum wsparcia rodziny na Targówku. Chcemy swymi działaniami udowodnić, że wspieranie rodzin z dziećmi jest sprawą nadrzędną i potrzebną. Jedną ze strategii Warszawy jest program „Rodzina” – my mamy zamiar tą strategię realizować. Właśnie tu, na Targówku.

**O szczegółach kolejnych spotkań i harmonogramie innych naszych projektów prosimy dowiadywać się na stronie internetowej Fundacji [www.mamymoc.pl](http://www.mamymoc.pl)**

**Na pytania związane z programem czekamy pod adresem [zdrowyjunior@mamymoc.pl](mailto:zdrowyjunior@mamymoc.pl)**