



## SZAKMAI BESZÁMOLÓ

<b>SZERZŐDÉS SZÁMA:</b>	TOP_PLUSZ-3.1.3-23-HE1-2024-000008
<b>SZERZŐDÉS CÍME:</b>	Boconád község által vezetett térségi humán fejlesztés
<b>SZERZŐDŐ NEVE:</b>	DÉL-HEVESI KULTURÁLIS EGYESÜLET
<b>ESEMÉNY:</b>	Biztonságban, szeretetben – Tudatos szülőség fiatalon
<b>HELYSZÍN:</b>	3295 Erk, Fő tér 8. - Kiállítóhely
<b>IDŐPONT:</b>	2025.09.12.

A községben sok a kismama, de főleg a kisgyermekes anyuka.

A „Hogyan legyek jó/jobb szülő?” elnevezésű szülőfelkészítő tréning nekik próbál segítséget nyújtani.

Az előadó **Vörösné Kis Noémi** mesteroktató, diplomás szakápoló, EFI koordinátor, gyógytornász volt, aki ötletekkel, interaktív előadással próbált az anyukáknak ötleteket adni, egyszerű, de hatékony módszereket megmutatni, hogy miként tudják a megváltozott élethelyzetüket megkönnyíteni, a problémákat megelőzni és megoldani. A magzatra és a gyermekekre kihat az anya közérzete. Megtalálni az egyensúlyt az öngondoskodás, a gyermek/gyermekek egészséges fejlődésének biztosítása, illetve a család ellátása között, nem egyszerű feladat. Mentális segítséget jelent a kapcsolatok fenntartása, a védőnő, a klubok stb.

„Egy kis figyelem önmagadra = több türelem, több szeretet adása másoknak is.”

- hallottuk Noémitől. Ez a mondat szerintem mindenkire érvényes. A testi jóllét, a lelki töltődés, kreativitás, kapcsolattartás, játékosság, én-idő - mind ezt szolgálják.

Rövid élménybeszámolók után az előadónktól kapott ötletlistával mindenki sietett az apróságokhoz.

Erk, 2025.09.12.

Gondáné Falcsik Mónika  
adminisztrátor

SZÉCHENYI 2020 



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



**BEFEKTETÉS A JÖVŐBE**