

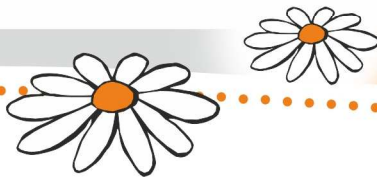


OBLASTNÍ CHARITA  
ŽDÁR NAD SÁZAVOU

# KOPRETINA

CENTRUM PRO RODIČE S DĚTMI

POBOČKA BYSTRICE NAD PERNŠTEJNEM



## Zdravý životní styl v rodině nejen pomocí pohybu

První lekce ve čtvrtek 20. 9. v 9.30 hod.

- tréninkové a pohybové aktivity napomáhající ke zdravému životnímu stylu rodičů (protažení těla, posílení pánevního dna, správné postavení těla ..)
- v rámci aktivity bude probíhat interaktivní diskuse o zdravé výživě a její následná ochutnávka
- počet míst je omezený, prosíme o nahlášení předem

Aktuální program naleznete na <http://zdar.charita.cz/programy-kopretiny/>



POBOČKA **BYSTRICE NAD PERNŠTEJNEM**

Hornická 643, 593 01 Bystřice nad Pernštejnem  
tel 731 130 776 | e-mail kopretina.bystrice@zdar.charita.cz  
odpovědná pracovnice: Gabriela Vítková

[www.zdar.charita.cz](http://www.zdar.charita.cz) @ochzr

PROGRAMY



PODPORUJÍ NÁS



Aktivity projektu Kopretina – centrum pro rodiče s dětmi jsou podpořeny z dotačního programu Rodina.



Kraj Vysočina



PODPORILO  
Město Bystřice nad Pernštejnem  
[www.bystrice.cz](http://www.bystrice.cz)