

Programajánló  
KidsOasis minősített családbarát szállodák  
gyerekprogramjainak bővítéséhez

## GÓLYAHÍR PROGRAMOK

( Babamasszázs, Gyermek-egészségnyújtó  
Tanfolyam , Szülésélmény beszélgetések,  
Gólyaklub, Gólyamesék )



| minősített családbarát szálláshelyek |

## 1. Bemutató

**Adorjáné Knábel Tünde** három gyermekes édesanya, független szülésznő és a Gólyahír Programok megálmodója.

2011-ben Pakson elindította el a Gólyahír Programokat, elsősorban a kismamákért. Szülésfelkészítéssel, kismamatornával kezdtek el a tevékenységüket, majd az évek során számtalan programmal bővült a kínálatuk, hiszen gyakorló anyaként hamar felismerte, mik azok a szolgáltatások, melyek hiányoznak, melyekre olya nagy szükség van. Így elkezdtek bevezetni a gyermek elsősegélynyújtó tanfolyamukat szülők részére, a felvilágosító beszélgetéseket kis és nagy kamaszok számára, gátizom torna tanfolyamokat indítottak, komplett program sorozatokat állítottak össze vállalatok részére, akik biztosítják a dolgozók felé a női tréningeket. Babamasszázs oktatással 2016 novemberétől foglalkozik. Aromaterápiában nagyon elmélyült, elhivatott ez iránt, mind édesanyaként, mind szülésznőként.

2017-ben egy hatalmas álma vált valóra. Hivatalosan levédett védjegyként szerepel a Gólyahír Programok név, és a logó az arculattal- A programok leírása, tematikája szintén licenz kézikönyvben, az arculat kézikönyv letétbe van helyezve ügyvédnél. Így a kis paksi fészek elindulhatott meghódítani az országot. Jelenleg Budapesten már van egy franchise partnerük, aki szintén ezen az elven, ezzel a hitvallással dolgozik, és hamarosan bővül a Gólyahír fészek Siófok és Pécs felé.

Tünde szülésfelkészítéseket is tart országszerte a Krio Intézet megbízásából.

## 2. Milyen programokat nyújtanak a szállodának?

### **Csoportos babamasszázs tanfolyam:**

A foglalkozások négy alkalomból állnak. Tünde tanított babamasszázs megálmodója Vimala McClure a Nemzetközi Babamasszázs Szövetség alapítója. Ezt a fajta masszázstechnikát újszülöttkortól 7 éves korig ajánljuk. A csecsemők és gyermekek számára az érintés az egyik legfontosabb dolog. Azok a babák, gyermekek, akiket rendszeresen masszíroz az édesanyjuk, sokkal nyugodtabb, kiegyensúlyozottabb, s a mozgásfejlődés szempontjából is kiegyensúlyozott fejlődés látható a babamasszázs segítségével.

**Péntek délután:** Ismerkedés. A babamasszázs története. Láb masszáz

**Szombat délelőtt:** Pocak és mellkas masszáz

**Szombat délután:** Karok és arc masszáz

**Vasárnap délelőtt:** Hát masszáz és mozgáskoordinációs gyakorlatok mondókákkal

A tanfolyam tartalmát teljes egészében írásban is az anyukák részére bocsátják .



### **Gyermek elsősegélynyújtó tanfolyam Szülők részére**

Tünde gyakorló anyaként számtalanszor volt már olyan helyzetben, amikor a baleset pusztán szerencsén múlt, hogy nem következett be. Sokan vagyunk így ezzel. Ezért jutott eszébe, hogy a legtöbbször előforduló balesetek, betegségek átbeszélésével elsősegélynyújtó tanfolyamot indítsanak a Gólyahírben.

Témaköreik, program leírás:

**Péntek délután:** Ismerkedés. Súlyosan beteg gyermek felismerése, pánikreakció felismerése, láz, lázgörcs, lázcsillapítás, epilepszia

**Szombat délelőtt:** hányinger, hányás, hasmenés, kiszáradás.

**Szombat délután:** balesetek, sérülések ellátása, törések. Mérgezések.(gyakorlati feladatokkal)

**Vasárnap délelőtt:** félrenyelés, idegen test a légútban. Újraélesztés (csecsemő és kisgyermek) újraéleszthető resuscitációs babával.

### **Szülésélmény-beszélgetések**

Mindenki hallott már asszonyokat mesélni a szülésükről és mindannyian, akik már szültünk, meséltünk a szülésünkről másoknak. Minden egyes alkalom, amikor erről beszélünk, segíti az élmény feldolgozását, annak beépülését személyiségünkbe. A szülésünk élménye megerősíthet, vagy gyengíthet nőiségünkben, anyaságunkban, a szülői kompetenciánkban. Megkönnyítheti, vagy megnehezítheti életünk mindennapjait. Előfordul, hogy segítségre van szükség ennek a folyamatnak a támogatására, ennek a csoportnak az a célja, hogy

- megosztható legyen egymással az öröm és megerősödés, amely a szülésnek köszönhető, - megfogalmazhatók legyenek a lezáratlan kérdések és kételyek, - "elsírhatóvá" váljon a fájdalom és a veszteség, - senki se ítélkezzen, - szakértő adjon visszajelzést és támpontot a tovább lépéshez. Mind a négy alkalommal a résztvevők bevonásával beszéljük át ezt a nehéz de csodás időszakot.



### **Gólyaklub**

Erre a programra azokat az Anyukákat várják, akik szeretnék a babájukkal egy kicsit kikapcsolódni, beszélgetni.

Minden alkalommal egy-egy témakört dolgoznak fel, lesz szó a szoptatásról, az alvás szükségletről, a szobatisztaságról, egyszerűen minden, ami az anyaságunk körül forog. Tünde fő hitvallása a kötődő nevelés, így neveli gyermekeit is.

Ajánlott témakörök:

***Péntek délután:*** szoptatás

***Szombat délelőtt:*** hozzátáplálás

***Szombat délután:*** mozgásfejlődés

***Vasárnap délelőtt:*** játék szerepe

## **Gólyamesék**

10 éves körüli gyermekek részére dolgozták ki ezt a programot. A szülők nagy része gondban van, hogyan is beszéljen a gyermekével a menstruációról, az első magömlésről. S a gyermekük sem a legelfogadóbb ebben a beszélgetésben a szülők felé. Rohanó világban élünk, a gyermekek nemi érése 2 évvel előbb kezdődik, mint a mi generációnknál. Nehéz beszélgetés, sokszor a kis értelmük nincs még készen az információ befogadására, de a testük már fejlődik. Jobb ezeket a beszélgetéseket szakemberre bízni. A Gólyamesék könnyeden, a saját kis szintjükön segít nekik megértetni a változásokat. A foglalkozás végén, oklevelet kapnak a gyermekek, hogy részt vettek a „beavatáson”. Külön beszélgetek a fiúkkal és külön a lányokkal.

**Péntek délután:** Ismerkedés a lány csoporttal. Beszélgetés a kamaszkorról, a hormonokról, a testünk változásairól, a higiénéről, a fiúkról.

**Szombat délelőtt:** Lány csoport első menstruáció, első magömlés. Első szerelem.

**Szombat délután:** fiú csoport. Ismerkedés. Beszélgetés a kamaszkorról, a hormonokról, a testünk változásairól, a higiénéről és a lányokról.

**Vasárnap délelőtt:** fiú csoport. Első magömlés, első menstruáció első szerelem.

## **3. Technikai feltételek**

Technikai igény : egy közepes méretű terem, egy asztal és annyi szék, ahány résztvevő lesz.

## **4. Mit kérnek a szállodától a programért?**

Egy-egy programcsomagért péntek és szombat éjszaka szállás félpanzióval, wellness használattal + szombat és vasárnap ebéd 2 felnőtt + 2 (3) gyermek részére.

+ útiköltség térítés Budapestről számolva nettó 100 Ft/km

**VÁRJUK JELENTKEZÉSETEKET!**

KidsOasis Nonprofit Kft.

Gyevainé Zováth Anikó

+36 20 470 6396

[info@kids oasis.hu](mailto:info@kids oasis.hu)