

A young girl with a backpack and a woman high-fiving outdoors.

Ulaganje u zaposlenike uz CJELOVITU podršku u svim fazama roditeljstva

- kroz uvijek dostupne online edukacije prilagođene fazi roditeljstva i razvojnoj fazi djeteta te Q&A susrete (cijela Hrvatska)
- kroz dodatnu podršku u grupama za roditelje uživo (Zagreb)
- kroz prilagođenu podršku na individualnom savjetovanju

Roditeljstvo
zaslužuje
podršku.



Programi dostupni ONLINE, uvijek i svugdje

Dječji razvoj + izazovi roditeljstva

U suradnji s našim stručnim suradnicama pripremile smo radionice koje prate sve segmente razvoja djeteta i izazove odgoja od rođenja do adolescencije. Jer znamo da su sve faze roditeljstva jednako važne.

Edukativna online platforma

Edukativne i praktične radionice roditeljima su dostupne kroz edu-platformu Centra Klubko. Odabranim sadržajima mogu pristupati neograničeni broj puta tijekom godinu dana. U tom razdoblju mogu koristiti posebne pogodnosti za korisnike poput dodatnih besplatnih sadržaja.

Q&A susreti s roditeljima

Tijekom godine svi korisnici imaju priliku sudjelovati na tematskim Q&A susretima sa stručnjacima koji će odgovoriti na njihova konkretna pitanja.

**Roditeljstvo
zaslužuje
podršku.**



www.klubko.hr
info@klubko.hr

Pojedinačne radionice, PAKETI ili pretplata

Sve naše radionice dostupne su pojedinačno

Svakome jedna, može i ne mora značiti i svakome ista. Zaposlenici mogu odabrati radionicu prema svojim trenutnim potrebama, a svu komunikaciju prepustite nama.

Paketi prilagođeni fazi roditeljstva

- **budući i novi roditelji:** priprema, za dolazak bebe, prilagodba na roditeljstvo i rani razvoj djeteta
- **roditelji jasličke i vrtićke djece:** prilagodba na jaslice / vrtić, odgoj i razvoj u predškolskoj dobi
- **roditelji školske djece:** podrška u školovanju i učenju, razvoj i komunikacija u tinejdžerskoj dobi

Pretplata

Bon pruža zaposleniku diskretnu mogućnost da uplaćeni iznos iskoristi za radionice po svom izboru, sudjelovanje na grupi za roditelje ili individualnom savjetovanju.

**Roditeljstvo
zaslužuje
podršku.**

ULAGANJE u podršku *roditeljstvu*

- čini podršku dostupnom svima
- potiče veće uključivanje očeva u odgoj i školovanje djeteta
- smanjuje nesigurnost i zabrinutost roditelja
- doprinosi ostvarivanju bolje ravnoteže između posla i obiteljskog života
- omogućuje bolju koncentraciju i veći angažman na radnom mjestu

Dugoročna SURADNJA

- omogućuje vam nadograđivanje odabranih usluga
- je dvostruki dobitak za zaposlenike – odlučite li se nadograditi uslugu novom radionicom iduće godine, dobivate jednu radionicu gratis

**Roditeljstvo
zaslužuje
podršku.**

KATALOG radionica i usluga za roditelje Centra Klubko

Paketi za *buduće* i NOVE roditelje*

PAKET A **Priprema za porod, babinje i majčinstvo**



1. **Priprema za porod**

Voditeljica doula Sanja Bukač Štritof
fiziologija poroda * priprema za rodilište * uloga
partnera

39€

2. **Izazovi dojenja i kako ih prevladati**

Voditeljica savjetnica za dojenje Branka Mrzić
prvi dani s bebom * uspostava dojenja u prvim
mjesecima * moguće teškoće i rješenja

39€



3. **Prilagodba na majčinstvo i stvaranje vlastitog puta**

Voditeljica Barbara Perasović Cigrovski, mag.psych.
emocije * nova uloga * povezivanje s bebom

39€

4. **Partnerski odnos nakon dolaska bebe**

Voditeljica Ivana Habuš Kraljević, prof.soc.
uskladjivanje u novim ulogama * promjena
partnerskog odnosa * tatina perspektiva

39€



5. **Oporavak nakon poroda i trudnoće**

Voditeljica Lana Novota, mag.cin.
tjelesne promjene * rehabilitacija * vježbanje

39€ (GRATIS U PAKETU)

CIJENA
PAKETA
156€

Sve radionice dostupne su i pojedinačno.

Iskazana je cijena po zaposleniku.

Odobravamo popust ovisno o broju zaposlenika.



KATALOG radionica i usluga za roditelje Centra Klubko

Paketi za *buduće* i NOVE roditelje*

PAKET B **Praktične vještine novih roditelja**



1. **Baby handling**

Voditeljica Jasna Donadić, bacc.physioth.
pravilni načini ophođenja s bebom prilikom
svakodnevnih aktivnosti

39€

2. **Masaža bebe**

Voditeljica Lana Novota, mag.cin.
tehnike i dobrobiti masaže * primjena masaže za
pojedine razvojne izazove (grčevi, izbijanje zubića..)

39€



3. **Kako umiriti novorođenče (tehnike dr. Harvey Karp-a)**

Voditeljica Iva Brčić, The Happiest Baby savjetnica
što beba treba u prvim mjesecima * nošenje *
ljuljuškanje * povijanje * bijeli šum

39€

4. **Uspavljivanje bebe 0-8 mj. (tehnike dr. Harvey Karp-a)**

Voditeljica Iva Brčić, The Happiest Baby savjetnica
potreba za snom * emocionalne potrebe bebe *
dnevne navike i navike uspavljivanja

39€



5. **Igre privrženosti**

Voditeljica Barbara Perasović Cigrovski, mag.psych.
razvoj privrženosti * aktivnosti za povezivanje *
roditeljsko samopouzdanje

39€ (GRATIS U PAKETU)

CIJENA
PAKETA
156€

Sve radionice dostupne su i pojedinačno.
Iskazana je cijena po zaposleniku.
Odobravamo popust ovisno o broju zaposlenika.



KATALOG radionica i usluga za roditelje Centra Klubko

Paketi za *buduće* i NOVE roditelje*

PAKET C **Poticanje senzomotoričkog razvoja u prvoj godini**



1. **Poticanje senzomotoričkog razvoja 0–3 mj.**

Voditeljica Jasna Donadić, bacc.physioth.
razvoj dječjeg mozga * prilagodba na novo
okruženje * načini poticanja bebinog razvoja

39€

2. **Poticanje senzomotoričkog razvoja 3–6 mj.**

Voditeljica Jasna Donadić, bacc.physioth.
aktivnosti za razvoj krupne motorike (okretanje na
trbuh) * razvoj fine motorike * razvoj svih osjetila *
znakovi odstupanja

39€



3. **Poticanje senzomotoričkog razvoja 6–9 mj.**

Voditeljica Jasna Donadić, bacc.physioth.
aktivnosti za razvoj krupne motorike (puzanje,
posjedanje) * razvoj fine motorike * razvoj svih
osjetila * znakovi odstupanja

39€

4. **Poticanje senzomotoričkog razvoja 9 mj. do prohodavanja**

Voditeljica Jasna Donadić, bacc.physioth.
aktivnosti za razvoj krupne motorike * razvoj fine
motorike * razvoj svih osjetila * znakovi odstupanja

39€



5. **Razvojne igre u prvoj godini**

Voditeljica Jasna Donadić, bacc.physioth.
kroz razvojne faze prve godine prijedlozi igara,
DIY igračaka i uređenja prostora za igru

39€ (GRATIS U PAKETU)

CIJENA
PAKETA
156€

Sve radionice dostupne su i pojedinačno.
Iskazana je cijena po zaposleniku.
Odobravamo popust ovisno o broju zaposlenika.



KATALOG radionica i usluga za roditelje Centra Klubko

Paket za roditelje JASLIČKE djece*

PAKET D Psihofizički razvoj todlera i obiteljske navike



1. Kako podržati dijete tijekom prilagodbe na jaslice

Voditeljica Ivana Habuš Kraljević, prof.soc.

roditeljske i dječje emocije * odvajanje od djeteta * adaptacija obitelji na nove okolnosti

39€

2. Tantrumi – izazov za djecu i roditelje

Voditeljica Ivana Habuš Kraljević, prof.soc.

emocionalni razvoj * samoregulacija * razumijevanje djetetovih potreba

39€



3. Na spavanje bez suza tehnike dr. Harvey Karp-a)

Voditeljica Iva Brčić, The Happiest Baby savjetnica

prirodna potreba za snom * dnevne navike i navike spavanja * komunikacija s djetetom

39€

4. Poticanje senzomotoričkog razvoja 1-3 godine

Voditeljica Jasna Donadić, bacc.physioth.

aktivnosti za razvoj krupne motorike (penjanje, trčanje) * razvoj fine motorike * razvoj svih osjetila * znakovi odstupanja

39€



5. Dječja prehrana: od potreba do razvoja zdravih navika (tehnike dr. Harvey Karp-a)

Voditeljica Iva Brčić, The Happiest Baby savjetnica

nutritivne potrebe djeteta * izbirljivo dijete * razvoj zdravih navika * tips & tricks

39€ (GRATIS U PAKETU)

CIJENA
PAKETA
156€

Sve radionice dostupne su i pojedinačno.

Iskazana je cijena po zaposleniku.

Odobravamo popust ovisno o broju zaposlenika.



KATALOG radionica i usluga za roditelje Centra Klubko

Paket za roditelje VRTIČKE djece*

PAKET E Razvoj i odgoj u predškolskoj dobi 3–6 god.



1. Razvoj samosvijesti i samopoimanja djeteta

Voditeljica Ivana Habuš Kraljević, prof.soc.

Samopoštovanje * identitet * spol * sposobnosti i vještine * socijalni razvoj

39€

2. Razvoj samoregulacije u vrtićkoj dobi

Voditeljica Barbara Perasović Cigrovski, mag. psych.

Emocionalni razvoj * psihološka otpornost * nošenje s frustracijama

39€



3. Dječja suradnja i granice u odgoju

Voditeljica Ivana Habuš Kraljević, prof.soc.

Dječje NE * roditeljsko NE * obiteljska pravila * uspješan odgoj uz uvažavanje djeteta

39€

4. Razvoj govora i grafomotoričkih vještina

Voditeljica Kristina Bašić, prof.log.

Razvoj govora * razvoj fine motorike * aktivnosti za poticanje * predčitalačke vještine

39€



5. Kako podržati dijete u prilagodbi na školu

Voditeljica Barbara Perasović Cigrovski, mag. psych.

Poticanje samostalnosti * snalaženje u novom okruženju * razvoj osobne odgovornosti

39€ (GRATIS U PAKETU)

CIJENA
PAKETA
156€

Sve radionice dostupne su i pojedinačno.

Iskazana je cijena po zaposleniku.

Odobravamo popust ovisno o broju zaposlenika.



KATALOG radionica i usluga za roditelje Centra Klubko

Paket za roditelje ŠKOLSKE djece*

PAKET F Podrška u školovanju, emocionalni razvoj i komunikacija od rane školske do tinejdžerske dobi



1. Razvoj samopouzdanja i samovrednovanja djeteta

Voditeljica Barbara Perasović Cigrovski, mag. psych.
Samovrednovanje u odnosu na školu i vršnjake *
razvoj sposobnosti i vještina * razvoj samosvijesti

39€

2. Nošenje s frustracijom u školskoj dobi

Voditeljica Barbara Perasović Cigrovski, mag. psych.
Strah od ocjene * ustrajnost u školi i aktivnostima *
nošenje s neuspjehom * samoregulacija

39€



3. Izazovi modernog roditeljstva

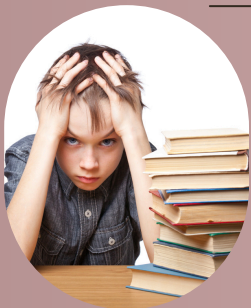
Voditeljica Ivana Habuš Kraljević, prof.soc.
Roditeljsko sagorijevanje * osobne granice i granice
u obitelji * autoritet i roditeljsko usmjeravanje *
roditeljski povratak sebi

39€

4. Emocionalni svijet tinejdžera

Voditeljica Ivana Habuš Kraljević, prof.soc.
Emocionalni razvoj * razvoj apstraktnog mišljenja *
vršnjačka privrženost * komunikacija s tinejdžerom

39€



5. Kako razviti i održati djetetovu motivaciju u školskoj dobi

Voditeljica Barbara Perasović Cigrovski, mag. psych.
Razvoj osobne odgovornosti * intrinzična
motivacija * uloga roditelja

39€ (GRATIS U PAKETU)

CIJENA
PAKETA
156€

Sve radionice dostupne su i pojedinačno.
Iskazana je cijena po zaposleniku.
Odobravamo popust ovisno o broju zaposlenika.



KATALOG radionica i usluga za roditelje Centra Klubko

Programi dostupni UŽIVO, Zagreb

Praktične radionice

- Priprema porod
- Priprema za babinje
- Priprema i podrška dojenju
- Babyhandling
- Igre privrženosti s bebom



39€

Savjetovanje

- Grupa podrške ili tematska grupa za osnaživanje roditelja (8 susreta)



120€

- Individualno savjetovanje

35€

Iskazana je cijena po zaposleniku.

KATALOG radionica i usluga za roditelje Centra Klubko

Mogućnost pretplate

Bon

Uključuje odabir između:

- 3 radionice, ili
- 3 sata individualnog savjetovanja, ili
- kombinaciju radionica i savjetovanja, ili
- 1 grupu podrške/tematsku grupu od 4 susreta



100€

Iskazana je cijena po zaposleniku.

Moguć je i veći broj uključenih usluga uz proporcionalno veću vrijednost bona.

KATALOG radionica i usluga za roditelje Centra Klubko

Voditeljice i stalne stručne suradnice

Barbara Perasović Cigrovski

mag. psych., voditeljica Centra Klubko i savjetovališta za roditelje

Ivana Habuš Kraljević

prof. soc., voditeljica Centra Klubko

Kristina Bašić

prof. log., specijalist rane intervencije, stručna suradnica

Lana Novota

mag. cin., kineziterapeutkinja, stručna suradnica

Jasna Donadić

bacc.physioth., stručna suradnica

Iva Brčić

mag. phil., Happiest baby edukatorica, stručna suradnica

Sanja Bukač Štritof

porodajna i postpartum doula, stručna suradnica

Branka Mrzić

savjetnica za dojenje, stručna suradnica





Centar Klubko je edukativno savjetodavni centar za poduku, podršku i savjetovanje roditelja i stručnjaka koji rade s djecom. Osnovan 2019. godine, danas djeluje u srcu Zagreba na adresi Ilica 131. Sa svojih preko 700 godišnjih korisnika, već tradicionalnom konferencijom koja okuplja stručnjake iz cijele Hrvatske i uspješnom suradnjom s dionicima javnog, civilnog i privatnog sektora, Klubko je postao prepoznatljivo mjesto podrške i suradnje.

Centar Klubko djeluje pod okriljem Udruge EMA. Osim prodajom usluga, otvoren je za sufinanciranje putem donacija i sponzorstva.

Hvala Vam što birate Klubko.

Centar Klubko

Ilica 131, Zagreb

www.klubko.hr

info@klubko.hr

Voditeljica Centra i savjetovališta

Barbara Perasović Cigrovski

barbara@klubko.hr

091 784 9873

