

# BABA- MAMA

katalógus  
2026



INGYENESEN  
ELVIHETŐ



**IDO, JKDK, CANADA HOUSE,**  
Prémium minőségű gyermekruházat.

**Nyitvatartás:**  
hétfő-péntek: 10:00-18:00  
szombat: 9:00-12:00  
vasárnap: zárva



Kecskemét, Wessélyeni u. 5.

[@bbl\\_divat\\_kecsekemet](#)  
[f BBL Divat Kecskemét](#)

SZIVÁRVÁNY CIPŐBOLT

WEBÁRUHÁZ: [www.szivarvanycipobolt.hu](http://www.szivarvanycipobolt.hu)

ANATÓM és SZUPINÁLT

gyermeklábbelik széles választékban

**KECSKEMÉT, Izsáki u. 2.**  
**Szil-coop 1. em., 1. sz. üzlet**  
Nyitva: H-P: 9-18, Szo.: 9-13





ÚJSZÜLÖTT-, KISMAMA- ÉS GYERMEKFOTÓZÁS KECSKEMÉTEN SAJÁT FOTÓSTÚDIÓBAN

Szeretettel várlak: - ha szeretnéd megörökíteni a babavárás csodálatos pillanatait,  
- amennyiben újszülött babádról szeretnél kedves képeket, és akkor is,  
- ha kisgyermekedről szeretnél huncut gyerekfotókat.

Szépséges kismamaruhákkal, kedves újszülött- és gyermekfotós kellékekkel várlak.



Tímea Galéria

FOTÓ & STÚDIÓ

ÉRÉHETŐSÉGEIMET ITT MEGTALÁLOD:  
[f TÍMEA GALÉRIA FOTÓ & STÚDIÓ](#)





BŐVÜL A CSALÁD?

Ki kell alakítanotok a babaszobát, újra kell gondolni az otthonotokat?

KEDVEZŐ ÁRON segít az Entire House Kft.!

Teljes körű lakás- és házfelújítás, festés, hideg-meleg burkolás, szigetelés, tetőfelújítás, betonozás, térkövezés, kerítésépítés, udvar felújítása.

+36 30 976 3191

Anyasági pénzügyek A legtöbbet. Egy helyen.



10% KUPONKEDVEZMÉNY!

Kuponkód: Hírös Baba26

Kuponkód érvényessége: 2026.02.06-12.31.

- Hogyan maximálhatod ki a pénzbeni ellátásokat
- CSED, GYED, GYES, GYET
- Járulékmentes jövedelem GYED-GYES alatt

- SZJA kedvezmények
- Születéssel összefüggő állami támogatások

Évi KATA-s.e.v. 1.450.000 forintra számított. Hozzánk fordult. Végül 7.500.000 forintot kapott!

Bencéék házat vettek (3 gyermekkel). CSOK + Babavárral, velünk, 60 millióhoz jutottak!



[www.babatb.hu](http://www.babatb.hu) | [info@babatb.hu](mailto:info@babatb.hu)  
+ 36 30 335-1330, + 36 1 459-4073  
Facebook: BabaTB  
1089 Budapest, Orczy út 6. II/204.

Hívj időpont foglalásért! 😊 A mosoly közöttünk marad!

## Kedves Kismama!

**I**dén kilencedik alkalommal adjuk ki a Baba-Mama katalógusunkat. Minden év januárjában töretlen lelkesedéssel szerkesztjük a kiadványt.

Igyekszünk átfogó, mindenre kiterjedő segítséget nyújtani a várandós kismamáknak, illetve az újdonsült anyukáknak. Ebben a kihívásokkal teli életszakaszban minden segítség, tanács jól jön. A várandósság és az anyává válás útvesztőiben szeretnénk kalauzolni a kismamákat.

Kiadványunkból válaszokat és megoldásokat meríthetsz, hogy a hétköznapi gondtalanabbá válj.

A hasznos információk mellett megtalálhatók kiadványunkban a 2026-os babás-mamás események, klubok, foglalkozások. Valamint igyekeztünk egy csokorba gyűjteni az intézményeket, bölcsődéket, óvodákat, hogy ha döntés előtt áll a család, könnyebb legyen a tájékozódás.

A babádnak mindent és a legjobbat szeretnéd megadni. A katalógusban számos szolgáltatás megtalálható, mely a kisgyermek fejlődése szempontjából fontos lehet. Varga Éva klinikai szakpszichológus cikkéből is kiderül, milyen fontos a baba boldogsága, érzelmi fejlődése, hogy egy kiegyensúlyozott, boldog felnőtt válhasson belőle. Szívből ajánljuk.

Az előző évekhez hasonlóan idén is segítségünkre volt a szakmai anyagok elkészítésében Kis Éva szoptatási szaktanácsadó, melyet ezúton is köszönünk!

Ha elakadtál, kérdésed van, bizonytalan vagy, csak lapozd fel a katalógust és már kéznél is a segítség.



*Jó egészséget és örömteli  
babázást kívánunk!  
A szerkesztők.*

# BABA- MAMA

katalógus  
2026



**BABA-MAMA**  
katalógus  
2026

**Impresszum**

*Felelős kiadó:  
Hírös Modul Kft.  
Ügyvezető: Zakar László*

*Szerkesztőség:  
6000 Kecskemét,  
Kőhíd utca 17.  
+36 76 498 479*

*Nyomda:  
Innovariant  
Nyomdaipari Kft.*

*Példányszám: 3100*

*A hirdetések tartalmáért  
felelősséget nem vállalunk!*



# KECSKEMÉT imami CSALÁDI ONLINE MAGAZIN

## HELLÓ KECSKEMÉTI ÉS KÖRNYÉKI ANYUKÁK!

A KECSKEMET.IMAMI.HU  
WEBOLDAL EGY OLYAN CSALÁDI  
MAGAZIN, AHOL MINDEN HELYI  
INFÓT MEGTALÁLSZ EGYBEN, LEGYÉL  
AKÁR KISMAMA, VAGY GYERMEKET  
NEVELŐ ÉDESANYA.

Szeretnénk neked megmutatni milyen Kecskemét pocakosan és milyen itt élni gyermekkel családosan, megmutatni úgy, ahogy mi látjuk, és mindent benne, ami értéket képvisel egy édesanyának.

### MIT TALÁLSZ A KECSKEMÉTIMAMIN?

A legfrissebb családokat érintő fontos híreket, családi programokat, tippeket, praktikákat. Kismamaként megtalálsz nálunk az összes baba-mama klubot, pici babával mikor, milyen foglalkozásokra érdemes elmenned. De egy helyen megtalálsz a helyi iskolákon, óvodákon és bölcsiken kívül a gyermek szak- és magánrendeléseket, védőnőket, háziorvosokat, családtámogatásokat és a helyi hivatalokat, szervezeteket is. Szuper, kreatív, ingyenesen letölthető anyagokat, kirándulóhelyeket, játszótételeket és nagyon sok szakmai cikket. A legjobb szakemberek írnak oldalunkra azért, hogy minket szülőket segítsenek a mindennapjainkban!

Célunk, hogy tartalmas, vicces, fontos, de főként helyi, kecskeméti és Bács-Kiskun megyei információkkal és szórakoztató női/családi és kismamás tartalmakkal lássunk el minden, gyermeket nevelő, vagy gyermeket tervező anyukát, illetve hogy egy igényes és hatékony megjelenési felületet biztosítsunk azoknak a vállalkozásoknak, akik a családoknak szolgáltatnak. Érdekel minket a ti véleményetek is, örömmel fogadjuk írásaitokat, és ha úgy érzed, lenne miről mesélned, szeretettel várjuk a legjobb történeteidet. Ha ötleted, ajánlatod vagy kérdésed van, keress minket bátran!

*Nálunk mindent megtalálsz egy helyen, amire szülőként szükséged lehet! [www.kecskemet.imami.hu](http://www.kecskemet.imami.hu)*



Hasznosságok



Helyi infók



Várandósoknak

# TARTALOMJEGYZÉK



## Várandsón

6. Várandsógondozás Kecskeméten
7. A védőnő, mint a család őrangyala
8. Ki az én védőnőm?
9. Vizsgálatok  
Terhességi ultrahang rövidítések
15. Az újszülött okmányai
16. A pozitív szülésélmény lehetséges

## Gyermek - egészség - életmód

17. Védőoltások
18. Hasznos információk
19. Szülész-nőgyógyászat Szakellátások
20. A szoptatás művészete
- 20-21. Babás-mamás események 2026
22. Táplálkozási kisokos
29. Házi gyermekorvosi körzetek
30. Gyermekszakrendelések
32. DSGM
39. Kecskeméti bölcsődék
41. Kecskeméti óvodák

## Közösség - hasznos

46. Ha kell a segítség
48. Baba-mama klubok
50. Hasznos oldalak, csoportok

## HIRDETÉSEK



**Kavalkád**  
Gyerekvivat és Bababolt

Babaváráshoz, babagondozáshoz  
nélkülözhetetlen kiváló ár-érték  
arányú termékek!  
Minden szezonra trendi  
bébi-, gyerek-, finiruha  
kollekció magyar, spanyol,  
török gyártóktól!

**Kerekegyháza**  
**Hunyadi u.12/a**  
**+36 70 779 5228**  
H-P: 8<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>, Szó: 8<sup>00</sup>-12<sup>00</sup>



**kavalkad.kerekegyhaza**  
**Kavalkád Gyerekvivat és Bababolt**



**Wéberné**  
**Török Marcsi**  
baba- és kisgyermek  
hordozási tanácsadó

**Hordozási tanácsadás**  
**és hölcsönzés**

Hordozás Klub Kecskeméten  
a Széchenyi István Közösségi Házban  
**Babahordozás Marcsival**  
**+36 70 244 6983**  
**trk.marcsi@gmail.com**



**Csimota**  
**ölbeli népi játékok**  
**és néptánc**

Érzelmi, fizikai, mentális fejlődés,  
művészeti nevelés,  
szorosan kapcsolódva a  
mindennapi élet tevékenységeihez,  
magyar népi kultúránkból merítkezve.

**Böde-Harkai Csilla**  
mesterekleveles néptáncpedagógus  
**+36 30 573 9972**  
**harkai.csilla@gmail.com**



Szakterületem a **SÍRÁS OKAINAK FELDERÍTÉSE** a babáknál és a **KÖTŐDÉS HELYREÁLLÍTÁSA** a korai időszakban.

Ha hasfájós, sírós, többemberes babád van, akkor írd **Messzengeren**, gyere a **Hasfájós, sírós, többemberes babák sikeres megnyugtatója** csoportba, vagy foglalj időpontot egy ingyenes telefonos konzultációra a **WWW.BUTKANEKISREGINA.HU** oldalon és derítsük ki, a babád hogyan lehet nyugodtabb és kiegyensúlyozottabb, hogy neked is öröm legyen a korai időszak!  
**+36 30 428 7838**

**Butkáné**  
**Kis Regina**



# VÁRANDÓSGONDOZÁS KECSKEMÉTEN

A várandósgondozás célja a várandós nő egészségének megőrzése, a magzat egészséges fejlődésének és egészségesen történő megszületésének elősegítése, a veszélyeztetettség és a szövődmények megelőzése, illetve megfelelő időben történő felismerése. A szülésre, a gyermek korai kötődésére, a szoptatásra és a csecsemőgondozásra való felkészítés.

A várandósgondozást a 26/2014 (IV.8.) EMMI rendelet szabályozza.

A várandósgondozás során a szülész-nőgyógyász szakorvos, a házi orvos, szülésznő, a védőnő és a várandós anya együttműködése szükséges. Magyarországon lakóhellyel rendelkező magyar állampolgár, valamint érvényes bevándorlási vagy letelepedési engedéllyel rendelkező nem magyar állampolgár, akinek bejelentett lakcíme van, részestül várandósgondozásban.

A várandós nőknek először szülész-nőgyógyász szakorvost kell felkeresniük a nőgyógyászati szakrendelésen a Bács-Kiskun Vármegyei Oktatókórház, Nőgyógyászati Ambulancia Kecskemét, Nyíri út 38. szám alatt vagy magánrendelés keretében. Miután a szülész-nőgyógyász szakorvos megállapította a várandósságot, megtörtént az alacsony vagy magas rizikóbesorolás és igazolást állított ki a várandósság tényéről, ezután fel kell keresni a területileg illetékes védőnőt, (<http://www.gyermekalappellatas.hu/>) aki gon-

dozásba veszi az anyát és kiállítja a várandósgondozási könyvet, melyet a tanácsadásokra és vizsgálatokra vinni kell.

Ez a könyv részletesen tartalmazza a szükséges vizsgálatokat.

A védőnő részletes tájékoztatást fog adni gondozási terv keretében a várandóssággal kapcsolatos tudnivalókról, információkról.

Majd a házi orvos felkeresése szükséges, aki a családi anamnézist figyelembe véve szintén bekapcsolódik a gondozásba. A várandósság alatt szükség van bizonyos kötelező vizsgálatok elvégzésére (melyről a védőnőnél tájékozódhat a kismama), hogy az anyai vagy magzati szövődmények korán felismerésre kerüljenek.

*Kecskeméten bejelentkezés szükséges a vizsgálatokra.*



# A VÉDŐNŐ, MINT A CSALÁD ŐRANGYALA

Az Európában is egyedülálló százéves múltra visszatekintő Védőnői Szolgálat 2015-ben Hungarikum lett Magyarországon. Védőnői munkát csak főiskolai oklevéllel rendelkező személy végezhet. A család életében a családtervezéstől a gyermek középiskolai tanulmányainak befejezéséig jelen vagyunk.

Komplex egészségügyi, szociális, mentálhigiénés feladatokat látunk el, mindig szem előtt tartva az egyéni szükségleteket. Előkészítjük a védőoltásokat, megszervezzük a szűrővizsgálatokat, folyamatosan nyomon követjük a várandósságot, valamint a gyermekek fejlődését születésétől kezdve. Részt veszünk egészségnevelő programokon. Szoros kapcsolatban vagyunk az egészségügy területén dolgozókkal (pl. házi gyermekorvosokkal, szülész-nőgyógyászokkal, szülésznőkkel) és a Gyermejköléti Szolgálat munkatársaival.

A területi védőnő az önkormányzat által meghatározott földrajzi területen élő családokkal tart szoros és bizalmi kapcsolatot. Gondozási tevékenységünk a várandósságtól a gyermek hatéves koráig tart, illetve amíg megkezdí általános iskolai tanulmányait. A családok otthonában látogatások alkalmával és a tanácsadó helyiségekben követjük nyomon a várandósságot, támogatjuk a családokat az új gyermek érkezésében, segítünk a szoptatásban és a csecsemőtáplálásban. Folyamatosan figyelemmel kísérjük a csecsemő és a kisgyermek testi-, lelki- és szociális fejlődését a szülőkkel közösen. Támogatjuk, és megerősítjük az anyákat anyaságukban.

Az általános és középiskolákban az iskolavédőnők veszik szárnyaik alá a tanulókat. Orvosi vizsgálatokat, szűréseket szerveznek, lebonyolítják a védőoltásokat, valamint előadásokkal segítik a fiatal generációt az egészséges életkezdehez.

A kórházakban, így Kecskeméten is, kórházi védőnők támogatják az édesanyákat a megszületett gyermekek anyatejes táplálásában, és segítik a gyermekágyas anyákat. A Családvédelmi Szolgálatoknál szintén védőnők dolgoznak, ahol a családtervezési ismeretekkel segítik a válsághelyzetben lévő nőket.

*Kis Éva*



# KI AZ ÉN VÉDŐNŐM?

A [WWW.GYERMEKALAPELLATAS.HU](http://WWW.GYERMEKALAPELLATAS.HU)  
WEBOLDAL VÉDŐNŐ KERESŐJÉBEN  
ERRE VÁLASZT KAPHATSZ.  
A VÉDŐNŐI KÖRZETEK ELÉRHETŐSÉGE-  
IRÓL TOVÁBBI TÁJÉKOZTATÁST TALÁLSZ  
A [KMK.HU](http://KMK.HU) HONLAPON.



TANÁCSADÓ CÍME (TELEPHELY)	KÖRZET	TELEFON	E-MAIL
<b>Bagoly u. 1/A.</b>	IX/15.	+36 30 483 0010	vn-kecskemet15@kmk.hu
	IX/16.	+36 30 484 3776	vn-kecskemet16@kmk.hu
	IX/17.	+36 30 081 3865	vn-kecskemet17@kmk.hu
<b>Batthyány u. 20.</b>	XV/24.	+36 30 084 0323	vn-kecskemet24@kmk.hu
	XV/25.	+36 30 081 1655	vn-kecskemet25@kmk.hu
	XV/26.	+36 30 083 6930	vn-kecskemet26@kmk.hu
	XV/27.	+36 30 083 7564	vn-kecskemet27@kmk.hu
<b>Czollner tér 7.</b>	XVI/28.	+36 30 484 4914	vn-kecskemet28@kmk.hu
	XVI/29.	+36 30 080 6994	vn-kecskemet29@kmk.hu
<b>Gizella tér 1.</b>	I/1.	+36 30 082 1324	vn-kecskemet1@kmk.hu
<b>Győzelem u. 13.</b>	XIV/23.	+36 30 084 0322	vn-kecskemet23@kmk.hu
	XIV/31.	+36 30 084 6182	vn-kecskemet31@kmk.hu
<b>Hosszú u. 10.</b>	V/8.	+36 30 082 1282	vn-kecskemet8@kmk.hu
	V/9.	+36 30 082 4659	vn-kecskemet9@kmk.hu
	V/10.	+36 30 082 6854	vn-kecskemet10@kmk.hu
<b>Hunyadi János tér 6.</b>	II/2.	+36 30 080 7796	vn-kecskemet2@kmk.hu
	II/3.	+36 30 081 1735	vn-kecskemet3@kmk.hu
	II/30.	+36 30 487 3158	vn-kecskemet30@kmk.hu
<b>Irinyi u. 22.</b>	VIII/14.	+36 30 082 7447	vn-kecskemet14@kmk.hu
<b>Kada Elek u. 4/a.</b>	IV/6.	+36 30 084 8637	vn-kecskemet6@kmk.hu
	IV/7.	+36 30 084 0101	vn-kecskemet7@kmk.hu
<b>Nyíri út 61.</b>	VII/13.	+36 30 081 8469	vn-kecskemet13@kmk.hu
<b>Nyíri út 63.</b>	XVII/12.	+36 30 486 0855	vn-kecskemet12@kmk.hu
	XVII/32.	+36 30 482 0989	vn-kecskemet32@kmk.hu
<b>Piaristák tere 7.</b>	III/4.	+36 30 082 3581	vn-kecskemet4@kmk.hu
	III/5.	+36 30 082 5281	vn-kecskemet5@kmk.hu
<b>Smetana u. 5.</b>	XI/20.	+36 30 486 6089	vn-kecskemet20@kmk.hu
<b>Széchenyi sétány 6.</b>	VI/11.	+36 30 082 1399	vn-kecskemet11@kmk.hu
<b>Tövis u. 10.</b>	XIII/22.	+36 30 081 1934	vn-kecskemet22@kmk.hu
	XIII/34.	+36 30 084 6127	vn-kecskemet34@kmk.hu
	XII/21.	+36 30 083 4160	vn-kecskemet21@kmk.hu
<b>Katonatelep, Zsigmond F. u. 25/A. Hetényegyháza, Kossuth u. 79.</b>	X/18.	+36 30 083 5022	vn-kecskemet18@kmk.hu
	X/19.	+36 30 083 4988	vn-kecskemet19@kmk.hu
	X/33.	+36 30 083 2211	vn-kecskemet33@kmk.hu

## VÁRANDÓS VIZSGÁLATOK

## I. Trimeszter

vérkép	
vizelet	
HBsAg-szűrés	
VDRL	
vércsoport meghatározás	
és vörösvértest-ellenanyagvizsgálat	
ultrahang szűrővizsgálat	11-13. hét
genetikai tanácsadás (fogamzáskor betöltött 37. életévtől kezdve)	
fogorvosi vizsgálat	

## II. Trimeszter

ultrahang szűrővizsgálat	18-22. hét
terheléssel vércukorvizsgálat	24-28. hét
vérkép	24-28. hét
vizelet	24-28. hét

## III. Trimeszter

ultrahang szűrővizsgálat	30-32. hét
vérkép	36-37. hét
vizelet	36-37. hét
kardiotokegráfus szűrővizsgálat (CTG)	38., 39., 40. hét

TERHESSÉGI ULTRAHANG -  
rövidítések

GS - petezsák

CRL - ülőmagasság, fejtető és far távolsága

YS - szikhólyag

BPD - (biparietális átmérő) fej szélessége a két halánték között

OFD - fej átmérője hosszában, homlok és tarkó közti legnagyobb távolság

HC - a fej körforgata

AC - haskörfogat

FL - (femur hossz) combcsont hossza

HL - felkarcsont hossza

Bérczi Ildikó, Szonográfus

## Minden, ami anyaság

L i z a

mothercoach

Szabad szellemű egyéni coaching, vagy előadásorozat a szülésről, anyaságról, gyereknevelésről.



## Minden, ami hordozás



Kötődj

Hordozási tanácsadás



Maminbaba

Hordozós Latin Fitness



## ... és minden egyéb



Blomdahl

Allergénmentes fülbelövéscsecsemőkortól



+36 70 390 6251

f lizamothercoach

ULTRAHANG  
SZAKRENDELÉS

2-3-4-5 DIMENZIÓS SZÜLÉSZET-  
NŐGYÓGYÁSZATI UH VIZSGÁLATOK  
HIVATALOS LELETEZÉSSSEL.



BÉRCZI ILDIKÓ  
szonográfus

Színes kép,  
pendrive,  
DVD lehetőség!

Kecskemét, Bocskai u. 11/A.

Rendelési idő: SZERDA 8<sup>00</sup>-13<sup>00</sup>, 14<sup>00</sup>-18<sup>00</sup>

Bejelentkezés: 06 20 934 9917

# Mire jó a születéskor gyűjthető őssejt? Milyen betegségek kezelésére használják?

Európában 1998 óta kb. 41.000 köldökzsínórvér-transzplantáció történt. A FamiCord Csoport (nemzetközi őssejtbank hálózat, amelynek a Krio Intézet is tagja) országaiban - köztük Magyarországon is - 2004 óta számos köldökzsínórvér minta lett felhasználva vérképzőszervi és egyéb betegek kezelésében:

- vérképzőszervi rendellenességek kezelésére 184 esetben
- neurológiai szakterületen 1480 esetben
- autizmussal érintett gyermekek kezelésére 2016-tól 247, cerebrális parézisben érintett gyermekek kezelésére 2009 óta 332 esetben került tárolt őssejt minta kiadásra.

## Új kezelések a Krio Intézetben tárolt mintákkal.

**A Krio Intézetnél tárolt saját köldökzsínórvér és köldökzsínór szöveti minták felhasználásával 2022 óta összesen 9 sikeres transzplantáció történt neurológiai betegségek kezelésére: autizmus spektrumzavar és cerebrális parézis (CP) betegségben érintett gyermekek részére.**

- Az első kezelést autizmus spektrumzavarral küzdő kisfiú számára javasoltuk. A kisfiú mintáját 2022 őszén szállítottuk Pozsonyba - folyékony nitrogén gőzterében, - 150 fok alatti hőmérsékleten tartva. A kezelés intravénásan történt és semmilyen mellékhatás nem jelentkezett.
- 2023 februárjában újabb kisgyermek mintáját adtuk ki szintén autizmus kezelésre, és nála is saját köldökzsínórvér került felhasználásra intravénás alkalmazás formájában. A család ezt követően kérte a gyermek köldökzsínór szövet mintájának kiadását is, mert az abból kinyert szöveti őssejtet is fel akarták használni, amivel tovább növelték gyermekük kezelésének sikerességét.
- 2023 áprilisában szállítottuk ki a következő saját mintát, amellyel ismét egy kisfiút kezeltek autizmus spektrumzavar orvosi indikáció miatt.

- 2023 májusán került sor az első olyan intravénás felhasználásra, amelynél autizmus spektrumzavaros gyermeket saját köldökzsínór mintájából nyert szöveti őssejtekkel kezeltek.
- 2023 júliusában súlyos oxigénhiánnyal született kisgyermek őssejtkezeléséhez adtuk ki mintát a pozsonyi terápiás központba. Nála a testvére köldökzsínórvér mintája került intravénásan felhasználásra tekintettel arra, hogy saját mintája nem volt eltárolva Intézetünkben.
- 2023. augusztusában újabb köldökzsínórvér került autista kisfiú kezelésében felhasználásra.
- 2023. szeptemberében egy 5 éves autista kislánynál történt saját köldökzsínórvérrel az intravénás kezelés és nála a placentából gyűjtött vér is felhasználásra került.
- 2024. áprilisában egy 4 éves, CP-vel diagnosztizált kislány kezelésében került saját köldökzsínórvér minta felhasználásra.
- 2024. augusztusában egy 6 éves autista kisfiú kezelésben hasznosult a saját mintája

Célkitűzésünk, hogy tovább haladjunk ezen az úton, és minél több családot hozzásegítsünk az őssejt kezelésekhöz. A Krio Intézet köldökzsínórvér feldolgozási, fagyasztási, és tárolási technológiáját 2010 óta akkreditálja az AABB, amely garantálja a rendkívül magas szakmai követelményeknek való megfelelést, továbbá biztosítja, hogy a tárolt minta a világ bármely terápiás központjában felhasználható legyen. Magyarországon kizárólag a Krio Intézet rendelkezik AABB tanúsítvánnyal

**Az őssejtek tárolása ma már mindenki számára elérhető szolgáltatás, amely legalább 80 féle súlyos betegség gyógyításában segíthet. Válassza ön is a Krio Intézetet, Magyarország első és legnagyobb családi őssejtbankját.**

# Krio Intézet

FAMICORD GROUP  
SEJT- ÉS SZÖVETBANK



A születéskor gyűjthető  
**össejt** felbecsülhetetlen  
érték és egyben életre szóló  
gondoskodás!

Tároltassa gyermeke **össejtmintáját Magyarország első és legnagyobb családi össejtbankjában, a Krio Intézetnél.**

## 22 ÉVE

Piacvezető  
össejtbankként már  
20 éve biztosítjuk  
a születéskor gyűjtött  
össejtek fagyasztaát  
és tárolását



Egyedülálló magyarországi  
tároló laboratóriummal és  
nemzetközi háttérrel  
garantáljuk a hosszútávú  
biztonságot



Több sikeres életmentő  
össejt-transzplantáció  
történt már az  
Intézetben tárolt minták  
felhasználásával



Állítsa össze és számolja  
ki **össejttárolási csomagja**  
árát online kalkulátorunk  
segítségével!



[www.ossejt.krio.hu/ajanlat-kalkulator](http://www.ossejt.krio.hu/ajanlat-kalkulator)

Krio Intézet Zrt.  
1026 Budapest,  
Kelemen László u. 12.

Területi tanácsadó:  
Kiss Renáta  
+36 30 716 4245  
kiss.renata@krio.hu



## GONDTALAN NEVETÉS KISMAMÁKNAK

### MÁGNESES IZOMSTIMULÁCIÓ - FÁJDALOMMENTES GÁTIZOM-ERŐSÍTÉS

A várandósság és a szülés csodálatos élmény, de a női test számára komoly változásokat hoz. Sok kismama tapasztalja, hogy köhögésnél, nevetéskor vagy mozgás közben apró vizeletcseppe-  
penés jelentkezik - egy gyakori, mégis ritkán kimondott probléma.

A háttérben a kismedence izmainak gyengülése áll, amely hatással lehet a hólyagkontrollra és az önbizalomra is. Sok édesanya érzi úgy, hogy „ez már nem lesz a régi”, pedig a test képes a regenerációra - a megfelelő támogatással újra visszatérhet a biztonság és a komfortérzet.

#### KIFEJEZETTEN AJÁNLOTT SZÜLÉS UTÁN

A StarFormer® IntimaWave® ideális segítség a szülés utáni regeneráció támogatásában. Segít visszaállítani az izomtónust, csökkenti a vizeletcsepegést, és hozzájárul az intim terület feszségének visszanyeréséhez. Már néhány kezelés után érezhető a változás: stabilabb tartás, nagyobb biztonságérzet, felszabadultabb mozgás.

A teljes kezeléssorozat általában 6-8 alkalomból áll, és hosszú távú eredményt biztosíthat. Sok kismama számol be arról, hogy nemcsak fizikailag, hanem lelkileg is sokkal magabiztosabbnak érzi magát - hiszen a komfortérzet visszanyerése az életminőség egyik kulcsa.

#### ÖNBIZALOM KÍVÜL-BELÜL

Orvosként számomra különösen fontos, hogy a nők ne érezzék úgy, hogy bizonyos problémák „természetes velejárói” az anyaságnak. A kismedencei egészség az életminőség része és ma már modern, biztonságos megoldások állnak rendelkezésre.

Ha Ön is szeretne újra felszabadultan nevetni, sportolni, mozogni, szeretettel várom kecskeméti rendelésemen, ahol személyre szabottan beszéljük át a lehetőségeket.

*Dr. Nyirády Tamás*

#### MODERN TECHNOLÓGIA A REGENERÁCIÓ SZOLGÁLATÁBAN

Dr. Nyirády Tamás rendelésén elérhető a StarFormer® IntimaWave® kezelés, amely egy korszerű, non-invazív, teljesen fájdalommentes megoldás a gátizmok erősítésére. A kezelés során a páciens kényelmesen ül egy speciálisan kialakított széken, miközben a készülék nagy intenzitású mágneses impulzusokkal dolgoztatja meg a mélyen fekvő izmokat. Ezek az összehúzódságok sokkal erőteljesebbek, mint amit tudatos tornával el lehetne érni.

A kezelés ruhában történik, nincs kellemetlenség, nincs felépülési idő - egyszerűen beilleszthető a mindennapokba. A páciensek többsége kellemes, relaxáló élményként éli meg az alkalmakat, miközben a háttérben intenzív izomerősítés zajlik.

# „BOLDOGASSZONY ÁGYA” LEGYEN BOLDOG ASSZONY ÁGYA!

## A gyermekágyról

Egy kisbaba születésével új édesanya is születik. A kórházból kilépve szinte mégis mindenki csak a babára kíváncsi, pedig az első napok-hetek-hónapok nemcsak benne, hanem az anya testében-lelkében is életre szóló lenyomatot hagynak és intenzív változásokat indítanak el.

Ebben az érzékeny időszakban kiemelten fontos, hogy az édesanyák is megtartva érezhessék magukat. Ez nemcsak az anya fizikai szükségleteiről való gondoskodást jelenti (pl. főzés, háztartásvezetés) vagy a baba gondozása, táplálása körüli információk átadását, a szoptatástámogatást, hanem mentális támasznyújtást is (pl. a babára való ráhangolódásban, a szülésélmény feldolgozásának megkezdésében).

Ideális esetben a családtagok, barátok vesznek részt ebben, sok nagyszülő azonban még dolgozik vagy épp maga is gondoskodásra szorul. Máskor költözés miatt nincs a szülők körül megtartó kapcsolati háló. Az is előfordul, hogy a szülőpár valamiért nem szeretné a család segítségét igénybe venni, de érzi, hogy támogatásra lenne szüksége. Érdemes erről előre gondolkodni, gyermekágyas tervet készíteni és szükség esetén professzionális segítőt keresni gyermekágyas dúla vagy gyermekágyas segítő személyében.

A gyermekágyas időszak neve a magyar néphagyományban „Boldogasszony ágya” volt. Tegyük róla, hogy minél inkább egy boldog asszony ágya lehessen!

Daróczy Anna,  
gyermekágyas dúla





**DARÓCZY ANNA**  
GYERMEKÁGYAS DÚLA

**GYERMEKÁGYAS TÁMOGATÁS**  
KECSKEMÉTEN ÉS KÖRNYÉKÉN AZ OTTHONODBAN

- lelki-érzelmi támogatás
- szoptatási/táplálási segítség
- fizikai gondoskodás
- segítség a baba ellátásában
- enidő biztosítása

**EGYÉNI KONZULTÁCIÓ**  
KECSKEMÉTEN SZEMÉLYESEN VAGY ONLINE

- érzelmi támogatás a várandósság során
- személyre szóló szülésfelkészítés
- szülésélmény-feldolgozás
- online/telefonos támogatás a gyermekágy ideje alatt

**KAPCSOLAT**

- ✉ daroczyanna.dula@gmail.com
- 📘 facebook.com/daroczyanna.dula
- 📷 instagram.com/daroczyanna\_dula
- ☎ 06 30 873 59 62




**MESKÓ MERCÉDESZ**  
**ONLINE PSZICHOLÓGUS**

- Várandós relaxáció,
- Brainspotting traumafeldolgozás,
- Gyász- és veszteségfeldolgozás

**További információ, bejelentkezés:**  
meskocomercesz.com  
mercedesz.mesko@gmail.com




**Babamasszázs**  
a Nemzetközi Csecsemőmasszázs  
Egyesület (IAIM) irányelvei  
és tematikája alapján.

Szeretetteljes érintés,  
mely a hasfájás csillapítása  
mellett elősegíti a szülők  
és a baba közötti  
kötődést.

**További információ: +36 30 339 4541**






**NÉP-FEHÉR ADRIENN**

TripleX gerinctrénér  
Szétnyílt hasizom,  
szülés utáni rehabilitáció

- Gerinctorna • Kismamatorna
- Szülés utáni szétnyílt hasizom és szülés utáni rehabilitáció, hegkezelés (pl. császárhég)
- Csoportos baba-mama torna
- Személyi edzések (erősítés, mobilizálás, állóképesség fejlesztése, egyéni célok alapján)
- Csoportos funkcionális edzések
- Kineziológiai tapasztalás felhelyezése
- SZTM Kids játékos mozgásfejlesztés gyerekeknek
- Köttöszvetes terápia • NIANN - narancsbőr kezelés
- AMM - Alternatív mozgás- és masszázsterapeuta hallgató

**TOVÁBBI RÉSZLETEKÉRT ÉS FRISS INFÓKÉRT  
KÖVSD FACEBOOK OLDALAMAT, VALAMINT  
LÁTOGASS EL HONLAPOMRA.**

☎ +36307356372 f Életmód Fitnessz 🌐 életmodfitnessz.hu

**VeraTorna**

Kecskeméten



*LoveYourBelly*

**Szétnyílt hasizom torna**

Csoportos, egyéni, online

**Kismamatorna**

**Dinamikus átmozgató torna**

Csoportos, egyéni, online

**Baba-Mama LYB torna**

Csoportos

M-Szegszárdy Veronika

<https://www.facebook.com/VeratornakismamaLYBtorna/>  
+36 20 442 2989



**Berényi Zsuzsanna Jógaoktató**

**JÓGAFOGLALKOZÁSOK:**

- Kismama
- Baba-mama
- Gyermekek
- Vinyasa-flow

Helyszín: Eyva ház,  
Kecskemét, Hoffmann J. u. 10.

**Bejelentkezés: f Zsuzsanna Berényi**



**Járomident Fogászat**

Mosolyt teremtünk!

Járomident



**Dr. Járomi Éva**

fogszakorvos magánrendelése

kismama- és családi fogászat, szájhigiéniá,  
fogpótlások, implantáció, fogszabályozás,  
fogmegtartás, szájsebészet egy helyen

Kecskemét, Tópart u 29.

Hívj bizalommal! +36 30/30-60-977

Kövess minket: facebook.com/jaromident

[www.jaromident.hu](http://www.jaromident.hu)



**MOVA**  
MOZGÁS & VÁRANDÓSÁG

**Várandósan is  
aktívan Dórrival**

MOZOGJ VELEM –  
kismamaként és anyukaként is!

**Minden alkalom tudatosan felépített mozgás –  
figyelemmel, elfogadással, támogatással.**

**Kismamatorna** – lágy, biztonságos mozgás, ami  
segít a várandósság alatti egyensúly megőrzésében.

**Anyuka torna** – regeneráló, erősítő óra, hogy  
visszatalálj az erődbe és a női energiádba.



**GYERE, KAPCSOLÓDJ, MOZOGJ!**

**Core Stúdió, Kecskemét,**  
Szent Miklós u. 9. (Bejárat a Szalag utca felől)

FB: Várandósan is aktívan Dórrival

E-mail: [goczikakra@gmail.com](mailto:goczikakra@gmail.com)



# AZ ÚJSZÜLÖTT OKMÁNYAI

## A születési anyakönyvi kivonat

Az újszülött anyakönyvezése az egészségügyi intézmény bejelentése alapján hivatalból indul, a születés helye szerinti anyakönyvvezetőnél. Az eljárás illetékmentes, a kórházban megadott adatokat igazolni szükséges, ezért az anyukáknak magukkal kell vinni a személyi igazolványt, a lakcímkártyát, a házassági anyakönyvi kivonatot vagy a teljes hatályú apai elismerő nyilatkozat egy példányát. Az elkészült anyakönyvi kivonatot postán kapják meg a szülők.

*Kecskemét Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatala, Hatósági Iroda, Igazgatási Osztály*

## Első lakcím és a lakcímbejelentés

Az újszülött első lakcíméről szóló hatósági igazolványt az anyakönyvezés után az újszülött törvényes képviselőjének a születés helye szerinti járási hivatal (kormányablak) állítja ki. Az újszülött első lakóhelyeként a szülők nyilatkozata alapján az anya vagy az apa lakóhelyét, ennek hiányában tartózkodási helyét - a születés tényével együtt - az anyakönyvvezető jelenti be. A kiskorú gyermek lakóhelyeként - ha a bíróság vagy a fővárosi és megyei kormányhivatal gyermekvédelmi és gyámügyi feladatkörében eljáró járási (fővárosi kerületi) hivatala (a továbbiakban: gyámhivatal) a gyermek lakóhelyéről jogerősen vagy véglegesen másként nem határoz - a szülő, ennek hiányában a törvényes képviselő lakóhelyét kell bejelenteni.

## Személyazonosító igazolvány

Az állandó személyazonosító igazolvány személyesen kérelmezhető bármely járási hivatalnál (kormányablaknál). Ügyintézéshez szükséges dokumentumok: a szülő érvényes személyazonosságot igazoló okmánya (személyazonosító igazolvány, útlevel, kártyaformátumú vezetői engedély) és lakcímigazolványa, a gyermek születési anyakönyvi okirata. 2024. január 1. napjától a cselekvőképtelen kiskorú személyazonosító igazolványának kiadásához elegendő az egyik szülő jelenléte és nincs szükség a másik szülő hozzájáruló nyilatkozatára, vagy a szülői felügyeleti joga szünetelésének, megszűnésének igazolására sem. Az eljárás díj- és illetékmentes, az ügyintézési határidő 20 nap. Az első állandó személyazonosító igazolványra jogosult kiskorú gyermek esetében - állandó személyazonosító igazolvány iránti kérelmére - a törvényes képviselője kérelmére állít ki ideiglenes személyazonosító igazolványt. Az ideiglenes igazolvány érvényességi ideje a kiadástól számított 30 (harminc) nap.

## Útlevel

A magánútlevel iránti kérelem benyújtható személyesen az ország bármelyik járási hivatalában (kormányablakban). A kérelem benyújtásakor mindkét szülőnek meg kell jelennie. Amennyiben személyesen csak az egyik szülő jelenik meg, a kérelemhez csatolni kell a másik szülő teljes bizonyító erejű magánokiratba foglalt hozzájáruló nyilatkozatát. A hozzájáruló nyilatkozat felhasználására a megtételétől számított 15 napon belül megindított eljárásban van lehetőség.

Elvált szülők esetében a törvényes képviselőnek - a szülői felügyeletet gyakorlónak - a gyermek elhelyezéséről szóló eredeti jogerős bírói ítéletet, elhunyt szülő(k) esetében a halotti anyakönyvi kivonat(ok)at kell elhozni. Ügyintézéshez szükséges dokumentumok: a törvényes képviselők és a kiskorú érvényes személyazonosságot igazoló okmánya, eredeti születési anyakönyvi kivonat, a személyi azonosítót és a lakcímet igazoló hatósági igazolvány, az útlevel kiállítása igazgatási szolgáltatási díjának megfizetését tanúsító igazolás, igazolványkép (amennyiben személyesen nincs jelen). Az útlevel kiállításának ügyintézési határideje - a kérelem beérkezését követő naptól számított - húsz nap.

*(Bács-Kiskun Vármegyei Kormányhivatal)*

# A POZITÍV SZÜLÉSÉLMÉNY LEHETSÉGES

Sokan azt gondolják, hogy a pozitív szülés-élmény, sőt egyáltalán a szülésélmény valami újkeletű hóbort, pedig szülésélménye mindenkinek lesz, hiszen az anya élete egyik legértékesebb tapasztalatát éli át, nagyon intenzív testérzetekkel és szükségszerűen mélyreható érzelmekkel, amik életre szóló lenyomatot hagynak.

A negatív szülésélményről már valószínűleg hallottál. Talán anyukád mesélte, hogy borzasztó volt. Talán a neten megosztott történetek voltak számodra ijesztőek. Amikor megkérdezem a várandós anyáktól, apáktól, hogy mi jut eszükbe először a szülésről, legtöbbször a félelem és fájdalom szavakat említik. Én sem ígérem azt, hogy könnyű lesz. Életed egyik legnagyobb kihívása lesz anyaként és apaként is, éppen ezért érdemes rá jól felkészülni testileg-lelkileg! Ha megosztom a párokkal a tapasztalataimat, amiket dúlaként többszáz csodálatos anya-apa szülésének kísérese során szereztem, azt mondják,

hogy most már inkább jóleső izgatottsággal várják ezt a kalandot, mert tudják, hogy a pozitív szülés-élményükért milyen sokat tehetnek.

Természetesen vannak olyan tényezők, amiket kevésbé tudunk befolyásolni, ezzel együtt a pozitív élményt kifejezetten jól megalapozhatjuk. Ennek érdekében fontos, hogy megismerd a lehetőségeidet, hogy jól-informált döntéseket tudj hozni még a szülés előtt, közben és a gyermekágyban! Ne utólag sóhajts fel, hogy ha én ezt tudtam volna! Tájékozódj az adott szülészeti intézmény által nyújtott feltételekről és biztonsági időhatárokról, amik kórházanként eltérőek! Jó, ha a szülésig kialakul az A terved, B terved és C vagyis Cs terved is. A bizalmad és biztonságérzeted lesz a kulcsa annak, hogy a szülés során át tudd magad adni az ösztöneidnek, annak a hatalmas erőnek, ami a testedben dolgozik. Engedd áramolni azokat a hormonokat, amik csillapítják a fájdalmat, a kötődés folyamatát alakítják és azt a jófajta módosult tudatállapotot segítik, amit a pozitív élmény során átélünk! Ehhez minden szükséges erőforrás már benned van, a szülésfelkészítőn ezt hozzuk felszínre. Az apa is sokkal hatékonyabbnak érzi magát, ha megtanulja az egyszerű, természetes fájdalomcsillapító technikákat, amikkel megkönnyítheti anya hősies munkáját - akár császármetszés esetén is-, sőt a várandósság utolsó heteit és a baba jó beilleszkedését is segítheti.

Már magyar kutatások is igazolják, hogy a szülés-élmény minősége nem a fájdalom mértékén vagy a beavatkozások számán múlik elsősorban, hanem a családot körülvevő támogatás minőségén. Ezért fontos, hogy az apára ne kísérőként, hanem szülőként tekintünk az anya mellett, és az őket szolgáló szakemberek empátián, a szülők kompetenciáit megerősítve végezzék munkájukat.

Minden anya-apa-baba szuperhős, minden szülés-születés ünnep! Tegyéél érte, hogy így legyen!

Némáné Staar Ella - dúla, szülésfelkészítő  
szülésélmény-feldolgozó csoportvezető

## SZÜLÉS FELKÉSZÍTŐ



- 3 órás egyéni vagy kiscsoportos formában
- személyesen vagy online
- Spinning Babies gyakorlatokkal



BŐVEBB INFÓK: [www.elladula.hu](http://www.elladula.hu)  
+ 36 30 497 0909

...hogy a szülés-születés Ünnepe legyen!

# VÉDŐOLTÁSOK

A VÉDŐOLTÁS LÉNYEGE, HOGY A KÓROKOZÓ GYENGÍTETT VAGY ELŐLT VÁLTOZATÁT A SZERVEZETBE JUTTATVA, VÉDEKEZÉSI (IMMUN) FOLYAMATOK BEINDÍTÁSÁRA KÉSZTETI. KÖZBEN A SZERVEZET MEG IS JEGYZI MAGÁNAK A KÓROKOZÓT, ÉS AMIKOR KÉSŐBB EGY BETEGSÉGET AKARNA A KÓROKOZÓ KIALAKÍTANI, A SZERVEZET EMLÉKEIT FELELEVENÍTVE GYORSAN FELISMERI ÉS HATÁSTALANÍTJA AZT.

Az életkorhoz kötött kötelező védőoltásokat a fertőző betegségek és a járványok megelőzése érdekében szükséges járványügyi intézkedésekről szóló 18/1998. (VI. 3.) NM rendelet szabályozza.

A folyamatos védőoltásokat a választott házi-gyermekorvos adja be, a kampányoltásokat pedig az iskolaorvos adja. Lehetőség van szabadon választható védőoltások felvételére, de ezt minden esetben a házi-gyermekorvossal kell megbeszélni.

### Folyamatos oltások 0-6 hetes korban:

0-4 hetes korban: BCG (szülészeti intézményben)

2 hónapos korban: DTPa + IPV + Hib + PCV

3 hónapos korban: DTPa + IPV + Hib

4 hónapos korban: DTPa + IPV + Hib + PCV

12 hónapos korban: PCV + Varicella

15 hónapos korban: MMR + Varicella

18 hónapos korban: DTPa + IPV + Hib

6 éves korban: DTPa + IPV

### Kampányoltások:

Kötelező:

6. osztályban dTap emlékeztető oltás

6. osztályban MMR revakcináció

7. osztályban Hepatitis B

Önkéntes:

7. osztályban HPV

BCG: tuberkulózis ellen

DTPa: torokgyík - merevgörcs - szamárköhögés ellen

IPV: gyermekbénulás ellen

Hib: Haemophilus influenzae B okozta agyhártyagyulladás ellen

MMR: kanyaró - mumpsz - rubeola ellen

DT: diftéria - merevgörcs ellen (emlékeztető oltás)

PCV: konjugált pneumococcus vakcina

HPV: humán papillomavírus oltóanyag

Hepatitis B: fertőző májgyulladás ellen

Varicella: bárányhimlő ellen

*Nemzeti Népegészségügyi és Gyógyszerészeti Központ*



## HASZNOS INFORMÁCIÓK

Bács-Kiskun Vármegyei Oktatókórház

Szülészet-Nőgyógyászati Osztály

Az osztály 6000 Kecskemét, Nyíri út 38. A épületében helyezkedik el.

**Osztályvezető főorvos: Dr. Fekete Zoltán Ph.D.**

**Vezető szülész-nő: Bodorné Ujlaki Georgina**

Elérhetőség: +36 76 516 900

### AZ OSZTÁLY ORVOSAINAK NÉVJEGYZÉKE:

Dr. Bakó Ferenc, Dr. Bíró Balázs, Dr. Bobák Fanni, Dr. Bóka Bence, Dr. Csuka Ferenc, Dr. Gábel Alexandra, Dr. Dankó István PhD, Dr. Fekete Zoltán PhD, Dr. Gál Judit, Dr. Homoki Renáta, Dr. Horti Tamás, Dr. Koncz István, Dr. Kosztelny Iván, Dr. Kőrösi Szilvia, Dr. Létai Kinga, Dr. Nagy Judit, Dr. Nagy Károly, Dr. Nemes András, Dr. Oskolás Odett, Dr. Pataky István, Dr. Pétervári László, Dr. Révész Edit, Dr. Seregély Attila, Dr. Tankó András, Dr. Tankó András Jr., Dr. Temesváry Béla, Dr. Tóth Ákos, Dr. Tilli Fanni, Dr. Tóth Panka, Dr. Vass Géza Ádám

**Bővebb információ:** [www.kmk.hu](http://www.kmk.hu)



## „BABÁT VÁRUNK” SZÜLÉSFELKÉSZÍTŐ

A Bács-Kiskun Vármegyei Oktatókórház Szülészet-Nőgyógyászati Osztály és az Újszülött részleg munkatársainak közreműködésével.

**Helyszín: Bács-Kiskun Vármegyei Oktatókórház  
6000 Kecskemét Nyíri utca 38. Hotel Épület VI. emelet Skill Labor**

A jelentkezés feltétele, hogy a kismama a tanfolyam időpontjában betöltse a 28. terhességi hetet. A részvétel minden esetben ingyenes, de regisztrációhoz kötött!

A jelentkezési űrlap a kórház honlapjáról vagy az itt látható QR kód beolvasásával érhető el.



# Bács-Kiskun Vármegyei Oktatókórház

## SZÜLÉSZET-NŐGYÓGYÁSZAT SZAKELLÁTÁSOK

### Kecskemét, Nyíri út 38.

Telefonszámok az előjegyzéshez: 76/519-883, 76/516-900/5721; 76/519-879;  
76/516-700/5721; 76/ 516 700/5722; 76/516-900/5722; 76/519-888

#### • NŐGYÓGYÁSZATI LABOR (VÉRVÉTEL)

A épület földszint

H-P: 07.00-13.00

*Előjegyzés nélkül, szakorvosi beutalóval*

#### • TERHESGONDOZÓ

A épület földszint 0135.

H-P: 07.00-14.30

*Előjegyzéssel, nem beutaló köteles*

#### • ULTRAHANG SZAKAMBULANCIA

A épület földszint 0125.

H-P: 08.00-14.30

*Előjegyzéssel, szakorvosi beutalóval*

#### • CTG LABOR (MAGZATI SZÍVHANG, MÉHTEVÉKENYSÉG MÉRÉSE)

A épület földszint 0110.

H-P: 07.00-14.30

*Előjegyzéssel, beutaló: terhes kiskönyv*

#### • GENETIKAI TANÁCSADÁS

A épület földszint 0108.

Sze: 08.00-12.00

*Előjegyzéssel, beutaló köteles*

#### • NŐGYÓGYÁSZATI SZAKAMBULANCIA

A épület földszint 0125.

H-P: 08.00-14.30

*Előjegyzéssel, beutaló köteles*

#### • SÜRGŐSSÉGI NŐGYÓGYÁSZAT

A épület földszint 0127.

H-P: 08.00-14.30

*Előjegyzés nélkül, sürgős eset*

#### • NŐGYÓGYÁSZATI ENDOKRINOLÓGIA

A épület földszint

K: 09.00-12.30

*Előjegyzéssel*

### TÁJÉKOZTATÓ A PERINATÁLIS (SZÜLETÉS KÖRÜLI IDŐSZAK) MENTÁLIS PROBLÉMÁKRÓL ÉS AZ ELLÁTÁSI LEHETŐSÉGEKRŐL

- Tudta, hogy **minden 5. nőnél** kialakul valamilyen **mentális változás** a várandósság alatt vagy a szülést követő 1. évben?
- Ez lehet **egészen enyhe változás, rövid – átmeneti ideig tartó** (pl.: baby blues), és **ritkán** ugyan, de **súlyosabb állapot is** (pl.: szülés utáni pszichózis)!
- Hallott már arról, hogy **10-ből 1 partnernél** is kialakul a várandósság alatt mentális változás?
- Ez leggyakrabban depressziós hangulati zavar!
- Sajnos, még ma is **10-ből 9-en tapasztalnak megbélyegzést** a mentális problémák miatt, ezért inkább nem beszélnek nyíltan panaszaikról az egészségügyi ellátásuk során, de gyakran közvetlen környezetükben sem!

Intézményünkben a szakemberek arra töreksenek, hogy Önök nyíltan beszélhessenek és kérjenek információt, segítséget a perinatális időszakban megélt mentális változásokról, problémákról:

- A Perinatális Pszichológiai Ambulanciánk munkatársától
- A Szülészeti Osztály önkéntes pszichológusától
- APIC perinatális szaktanácsadó munkatársától

Forduljon munkatársainkhoz **bizalommal! Ne feledje, soha nem elvesztett idő, amit önmagára fordít!**



# A SZOJTATÁS MŰVÉSZETE

AZ ANYATEJ AZ EMBER LEGŐSIBB TÁPLÁLÉKA. A SZOJTATÁS PEDIG NEM CSUPÁN A TÁPLÁLÉK FORRÁSÁT JELENTI EGY KISBABA SZÁMÁRA, SOKKAL TÖBB ENNÉL, EGY KAPCSOLAT ANYA ÉS GYERMEKE KÖZÖTT.

Ennek a fantasztikus összefonódásnak talaján tanulja meg a gyermek, hogy az anya közelsége és biztonsága a legfontosabb kapcsolat a későbbi fejlődés tekintetében. Ezek a hatások egymástól elválaszthatatlanok és egyformán fontosak. Az anyatej olyan egyedülálló tulajdonságokkal rendelkezik, melyet csak és kizárólag az ember gyermekének készített a természet.

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) álláspontja szerint a kizárólagos anyatejes táplálás 6 hónapos korig ajánlott, majd 6 hónapos kor után kiegészítő táplálás és a szoptatás folytatása kétéves korig, vagy azon túl. Addig, amíg anya és gyermeke örömet lelik benne. A kisbaba szükségleteit a legideálisabban az igény szerinti szoptatással tudjuk kielégíteni, ami nem ismer időkorlátot, így nem kell gyermeküket korlátozni, hogy mennyi ideig legyen mellen. A női mell az igény szerinti szoptatáson keresztül állítja be az anyatej-termelést. A gyermek fejlődésével változnak a szopási szokásai is, egészen más periódusban szopik egy újszülött kisbaba és teljesen máshogy egy 15 hónapos gyermek. A mai társadalmunkban egyre jobban elszeparálódunk szüleinktől, nagyszüleinktől, egyre kevesebb nagycsalád él együtt, ezért kevés lehetőség adódik, hogy átadjuk lányainknak a tudást, biztassuk őket, hogy egy harmonikus, nyugodt, biztonságot adó kapcsolat alakuljon ki, anya, apa és gyermeke között, ami elengedhetetlen a gyermekneveléshez és a szoptatáshoz is.

Ezért fontos, hogy segítséget hívjanak, ha nem megy a szoptatás vagy csak megerősítést szeretnének. Erre a legalkalmasabb szakember a szoptatási szaktanácsadó, aki rendelkezik korszerű szoptatás ismeretekkel, feltérképezi a kisbaba valódi szükségleteit, gyakorlati módszereket ajánl, és probléma esetén további szakemberhez küldi az anyát vagy a gyermeket.

*Kis Éva, szoptatási tanácsadó*

## ANYATEJES VILÁGNAP 2026

**Ingyenes program.** Lehetőséget adunk neves szakemberekkel való találkozásra és információcserére az anyatejjel táplált babák édesanyjának és a várandós édesanyáknak.

**Tervezett időpont: 2026 július 31. péntek 9.00-12.00 óráig**

**Helyszín: KENTER (Rudolf kert)**

A részletekért kövesd az egyesület honlapját vagy facebook oldalát:

[www.hircse.hu](http://www.hircse.hu), [www.facebook.com/Hircse](https://www.facebook.com/Hircse)

**Főszervező: HÍRCSE Egyesület**

*Az események a változtatás jogát fenntartják.*

Az apák családban betöltött szerepének fontosságára szeretnénk felhívni a figyelmet és egy játékos, vidám, élményekben gazdag délelőtti eltöltésére hívjuk az apákat gyermekeikkel együtt.

**Tervezett időpont:** 2026. június 21. vasárnap délelőtt

**Helyszín:** KENTER (Rudolf kert) A részletekért kövesd az egyesület honlapját vagy Facebook oldalát: [www.hircse.hu](http://www.hircse.hu), [www.facebook.com/Hircse](https://www.facebook.com/Hircse) **Főszervező:** HÍRCSE Egyesület



## XII. HÍRŐS SZÜLETÉSÜNNEP 2026

12. éve Kecskemét legnagyobb baba-mama rendezvénye, mely magas szakmai színvonalon, ingyenesen kínálja programjait. Minden évben sokszínű, 70-80 különböző zenés, dalos foglalkozás, torna, szülésfelkészítő, etetés-altatás-mozgás témájú előadás, interaktív beszélgetés és HÍRCSE Expo várja az érdeklődőket!

**Fókuszban:** A VÁRANDÓSSÁG, SZÜLÉS ÉS KISGYERMEKES IDŐSZAK (kb 3 éves korig)

**Tervezett időpont:** 2026.05.03-09-ig. **Helyszínek:** a város több pontján

**Programok, információk:** [www.hircse.hu](http://www.hircse.hu). **Főszervező:** HÍRCSE Egyesület

## HÍRCSE EXPO

A város legnagyobb Baba-mama Expo-ja. **Tervezett időpont:** 2026.05.09 szombat 9.00-13.00 óráig.

**Helyszín:** Campus, Neumann János Egyetem.

*Az események a változtatás jogát fenntartják.*

## ÚTMUTATÓ 0-3 éves korig



**Kis Éva**

Szoptatási szaktanácsadó,  
szülő-csecsemő/  
kisgyermek konzulens

**06 20 410 8167**

[szabonekiseva74@gmail.com](mailto:szabonekiseva74@gmail.com)  
[www.szabonekiseva.hu](http://www.szabonekiseva.hu)

# TÁPLÁLKOZÁSI KISOKOS

A CSECSEMŐKET 5-6 HÓNAPOS KORIG KIZÁRÓLAG ÉS VÁLASZKÉSZEN ANYATEJJEL KELL TÁPLÁLNI, A SZOPTATÁSOK SZÁMÁT ÉS IDŐTARTAMÁT NEM SZABAD KORLÁTOZNI. PÓTLÁS ADÁSA ORVOSI JAVASLAT ALAPJÁN TÖRTÉNIK, AMENNYIBEN A SÚLYGYARAPODÁS NEM MEGFELELŐ. PÓTLÁSKÉNT ELSŐKÉNT AZ ÉDESANYA SAJÁT LEFEJT TEJE, MÁSODIKKÉNT DONOR (MÁS ANYA) TEJE ÉS E KETTŐ HIÁNYÁBAN A TÁPSZER ADÁSA JAVASOLT.

Magyarországon két lehetőség van donor női tej igénylésére, egyik a dajkatej (háztól-házig anyatejadás) másik a pasztörizált női tej, anyatejgyűjtő állomáson keresztül. Mindkét esetben szűrővizsgálatokat kell elvégezni az anyatejet adó anyának. Az anyatejet kapó baba házi gyermekorvosa receptre írja ki a női tejet. Az egy éves koron túli szoptatásnak figyelmenre méltó haszna van az anya és a baba számára, ezért mindaddig folytatódhat, amíg az mindkettőjüknek kívánatos.

A hozzátáplálást legkorábban az 5. hónap elejétől lehet elkezdni, de legkésőbb a 6. hónap végéig el kell kezdeni, ami nem zárja ki a 6 hónapos korig tartó kizárólagos szoptatást. A szoptatások gyakoriságát nem kell csökkenteni. Fontos, hogy figyeljük a csecsemő fejlettségét, készségeit és szükségleteit és ennek megfelelően kombináljuk az ételeket állagában, ízében és mennyiségében. Kizárólagosan vagy részben tápszerrel táplált csecsemőnél a hozzátáplálás hasonló módon történik, mint anyatejes táplálás esetén.

## Milyen gyakran adjuk a hozzátáplálást?

- 5-6 hónapos korban naponta 1-2 alkalommal
- 6-8 hónapos korban naponta 2-3 alkalommal
- 9-12 hónapos kortól naponta 3-4 alkalommal
- 1 éves kor után

3 főétkezés és két kisebb étkezés.

A szilárd táplálékokat adhatjuk a szoptatás előtt vagy után, de ügyeljünk a fokozatosságra, kezdetben 1-2 kávéskanál, majd növeljük a mennyiséget.



## MILYEN ÉTELEKET ADHATUNK?

### GYÜMÖLCS:

- elsőként választhatjuk: alma, őszibarack, sárgadinnye, meggy, cseresznye, hámozott szilva, körte, déli gyümölcsök (narancs, banán, mangó), avokádó
- apró magvas gyümölcsöket kis mennyiségben adjunk

### ZÖLDSÉG:

- elsőként választhatjuk: sárgarépa, cékla, burgonya, saláta, sütőtök, szelőtök, gesztenye, brokkoli, mángold, kelbimbó, spárga
- 8 hónapos kortól: kelkáposzta, karalábé, karfiol
- spenót, sóska heti 1x

### HÚSOK:

- mindennap adhatunk
- csirkemájat hetente 1x
- halak adása hetente 1-2 x

### TEHÉNTÉJALAPÚ TERMÉKEK:

- naponta maximum 100-125 ml natúr joghurt, kefir adható
- naponta két alkalommal 100 ml-enként 1 kávéskanál túró, reszelt sajt adható
- tehéntej (6 hónapos kortól) maximum 100 ml/nap mennyiségben adható
- natív tejet 2 éves kor alatt nem adunk

### GLUTÉN:

5. hónaptól lehet elkezdni, naponta egy evőkanál gabonaalapú püré vagy 1-2 galuskának megfelelő mennyiségű glutén, majd a mennyiséget fokozatosan lehet emelni

A só, cukor mennyiségét minimalizáljuk és óvakodjunk a sós, édes, fűszeres ízek túlzott használatától. Próbáljunk sokféle gyümölcsöt és zöldséget adni, törekedjünk a friss, vegyszermentes gyümölcsökre és zöldségekre, ezek hiányában mélyhűtött is adható.

Az ételeket biztonságos módon, megfelelő állaggal készítjük el. A csecsemő fejlettségi szintjének megfelelően adjuk és lehetőleg válaszkész táplálást alkalmazunk.

Kezdetben a folyékony-pépes ételektől indulva fokozatosan áttérünk a szilárd táplálásra. Passzírozhatjuk vagy turmixolhatjuk az ételeket. A rágásra szoktatást általában 8-10 hónapos kor körül kezdetjük, kezdetben villával törjük össze az ételt, majd puha szeleteket adjunk a gyermek kezébe.

Jó rágcsálnivalók (ha már egyedül ül, akkor adjuk a kezébe) a banán, puha körte, sárgabarack, sárgadinnye, mangó, avokádó, megfőzött kelvirág, brokkoli, édesburgonya, sütőtök, megfőtt kis húsgombóc, sajt.

Figyeljünk arra, hogy az új ételeket egyenként vezessük be, két új étel között legalább 3 nap teljen el. Előfordulhat, hogy akár 8-15 alkalommal is próbálkoznunk kell az új étellekkel, mire a babánk elfogadja.

### Hol etessük a babát?

- kezdetben, amíg nem tud ülni, lehet ölben vagy hordozószekében
- ha már önállóan ül, akkor magas etetőszékben.

Amikor a csecsemő készséget mutat arra, hogy megfogja az ételt, engedjük neki. 10-12 hónapos korban elkezdhető az evőeszközzel történő önálló evés. Törekedjünk arra, hogy a gyermek is a családi étkezések részese legyen.

*Hivatkozás: Az Emberi Erőforrások Minisztériuma szakmai irányelve az egészséges csecsemő (0–12 hónapos) táplálásáról, hatályos: 2019.11.06.*





# A HELY, AHOL A KALANDOK VALÓRA VÁLNAK!

A Kecskemét belvárosában található **játszóház** és **gyerek klub** sokféle játékot és szórakozást kínál minden kisgyerek számára. Egy közel 30m2 területű csúszdás, labdatengerrel ellátott belső **labirintus játék**, számos készségfejlesztő és kreatív játék, illetve különböző fejlesztő vagy szórakoztató **gyerekprogram** várja a gyerkőcöket már a bölcsődés kortól, egészen a kisiskolás korig!



Gyerekbarát  
büfé lehetőség



Pelenkázó  
helyiség



Családi  
kedvezmények



Vásárolható  
gyerekkönyvek



6000 Kecskemét, Dobó István krt. 12.,  
Fsz. 67. **Central Passage Üzletház**

★ **GYEREKPROGRAMOK**

★ **JÁTSZÓHÁZ** ★ **GYEREKBULIK**

★ **CSALÁDI KÖZÖSSÉGI TÉR**



## RENDEZD NÁLUNK A SZÜLETÉSNAPI BULID!



+36 70 282 1950

info@manokalandkecskemett.hu

www.manokalandkecskemett.hu

# A MASZATOLÓ GYERMEK VALÓBAN BOLDOG, VAGY CSAK NEVELETLEN?

Tévhitek, hagyományok és válaszokat kereső szülők.

**Miért hagyjuk a babákat maszatalni és „játszani” az étellel?**

- A kézzel történő evés, vagy maszatalás során a gyermeknek lehetőséget teremtünk arra, hogy saját magát önállóan etesse.
- A picurok még így szenzorosan az az érzékszerveiken keresztül tanulnak és jutnak újabbnál újabb ismeretekhez, ami segíti a különböző idegrendszeri éresi folyamatokat.
- Nagyon fontos, hogy az ételt mindig úgy helyezzük, hogy ők is lássák, érezhessék!
- Nagyon fontos, hogy az ételdobalást NE tudjuk be rosszkodásnak. Ez a cselekedet egy rettenően fontos mérföldkő az ok és okozati kapcsolatok kiépítésében. Itt kezdji megtanulni, hogy hatással tud lenni az őt körülvevő világra. S idővel ez a viselkedés el fog múlni!
- Ha a gyermeknek hagyjuk önállóan felfedezni az ételt - tehát kisujját belenyomni, szétkenni, megillatozni és kóstolni, csökkenthetjük annak az esélyét, hogy később válogatós legyen. Ha Ő maga nyúl, fogja, kóstolja az adott pürét vagy darabos ételt, akkor nincs kényszer, és külső erőltetés, egy pozitív és várt esemény lesz az evés.

**Mikor fog megtanulni szépen enni a gyermekem? Hogyan tudunk következetesek lenni?**

A „szépen” evés ideje is el fog jönni, amikor már a kanalat ügyesen fogja - 2 éves kor körül és itt már el lehet kezdeni tanítani, hogy mit illik, és hogyan kell, de ennek is meg van a szabad felfedező szemléletmódot képviselő pozitív nevelő módja.

**Tehát akkor igaz-e, hogy a „Maszataló” kisgyermek neveletlen?**

Azt gondolom, hogy a maszataló gyermek boldog, bátor és nyitott a világra. A mai gyermekeknek arra van szükségük, hogy az érzékszerveiken keresztül tudjanak tapasztalni, élményt szerezni és ezáltal megismerni és megtanulni a világunkat. Nem pedig a kutyükre! A WHO ajánlása 2 éves kor alatt nem ajánlott. Ez az én szakmai fordításomban inkább 0

perc, azaz semmilyen formában nem tesszük a kisgyermeket képernyő elé. Ezt a 2 éves kort én jobban szeretem 3 éves korig kitolni és a későbbiekben is közös megegyezésekkel, szabályokkal és folyamatos biztonságos keretek közötti használatot javaslom. Ezek azok az ingerek, amelyekre egy fejlődő idegrendszernek nincs szüksége. A kutyütkáros hatása ma már több kutatási eredményben kimutatott.

A kialakuló idegrendszeri pályákat tudja kiegészíteni és módosítani a túlzott és nem megfelelő minőségi és mennyiségi képernyőhasználat, amelynek következménye a mozgás, a szociális és kommunikációs területekre, az értelmi képességekre mind negatív hatással kihathatnak. A képernyő nem adja vissza a valódi homokozás élményét, a farönkön történő egyensúlyozás játékát, a kelt tészta puhaságát, ahogyan az ujjaink között préselődik a gyúrás során. Az a gyermek, aki valóságban a szabadban sarasan, maszatosan fel tud fedezni az az igazán boldog gyermek.

*Fehér-Szenti Annamária  
(Manka gyógypedagógus)*

HIRDETÉS



**Komplex, holisztikus szemlélet módot képviselő csoportos és egyéni foglalkozások Manka gyógypedagógussal.**

**Újra elérhető Kecskemét legmaszatosabb Maszataló Mankával**

**komplex szenzoros foglalkozásai is!**

[manka.fejlesztes@gmail.com](mailto:manka.fejlesztes@gmail.com) • [mankagyogyepedagogus.hu](http://mankagyogyepedagogus.hu)

## BABA-GYERMEK GYÓGYTORNÁ KOMPLEX SZEMLÉLETTEL

A baba mozgás- és idegrendszeri fejlődésének támogatása gyengéd, egyénre szabott megközelítéssel.

A terápiák során több módszert integrálva dolgozom, a baba jelzéseit és terhelhetőségét tiszteltemben tartva.

### Alkalmazott terápiák:

- PFAFFENROT TERÁPIA • DSZIT • BABA FDM
- DORN-TERÁPIA • VISCERÁLIS TECHNIKÁK
- JERR KONZULTÁCIÓ

**25 év  
szakmai  
tapasztalat**

**Dr. Fetterné  
Marozsán Mónika**  
gyógytornász  
+36 30 243 5561  
Bejelentkezés:  
[www.neomedical.hu](http://www.neomedical.hu)

## Garáné Rendek Anita

- KORAI FEJLESZTÉS
- KINESIO-TAPE RAGASZTÁS
- GYÓGYMASSZÁZ



### Amiben tudok segíteni:

- csecsemőkori kólika (hasfájás)
- torticollis (ferde nyak)
- feszes/gyenge izomzat
- megkésett mozgás
- lábujjhegyező gyermek

+36 20 953 8577



Garáné Anita, Korai fejlesztés Kecskemét

## TSMT - MOZGÁSFEJLESZTÉS

Egyéni és csoportos fejlesztés 3 hó - 11 év



### BABA-MAMA TORNA

Játékos mozgás • idegrendszer érése • közös élmény  
1-3 éves gyermekek számára

Hétfő: 10.30-11.15 Széchenyi István Községi Házban  
Szerda: 9.30-10.15 Hunyadvárosi Községi Házban  
Bejelentkezés szükséges!

Lakatosné Iván Ildikó - TSMT terapeuta, védőnő  
+36 70 334 8489, [lakivildi@gmail.com](mailto:lakivildi@gmail.com)



## STARFORMER® INTIMAWAVE® KEZELÉS - MÁGNESES IZOMSTIMULÁCIÓ

### A SZÜLÉS UTÁNI REGENERÁCIÓ TÁMOGATÁSÁÉRT

Egy modern, orvosilag igazolt eljárás, amely hatékony segítséget nyújt a vizelettartási panaszok csökkentésében és hozzájárul az intim komfortérzet visszanyeréséhez - mindezt műtét és kellemetlenség nélkül.

- non-invazív, fájdalommentes kezelés
- célzott, mélyizom-erősítés
- ruhában, kényelmesen végezhető
- gyors, felépülési idő nélkül
- hosszú távon is érezhető eredmény

**Dr. Nyirády Tamás**  
szülész-nőgyógyász

TEGYEN EGY LÉPÉST A MAGABIZTOSABB MINDENNAPOK FELÉ!

6000 Kecskemét, Bem utca 22. | További információ: +36 30 305 4798 | Bejelentkezés: [www.nyiradytamás.hu](http://www.nyiradytamás.hu)

# TÁMOGASSA GYERMEKE EGÉSZSÉGÉT A NEOMEDICAL EGÉSZSÉGGŐZPONTBAN



## SEGÍTSÉG A KEZDETEKTŐL

A kisgyermek életének első éveit meghatározóak, hiszen ilyenkor alakul ki számos alapvető testi és lelki képességük. A szülők számára kiemelten fontos, hogy időben felismerjék és kezeljék az esetleges egészségügyi problémákat, legyen szó akár **emésztőrendszeri, szervi nehézségekről, mozgásfejlődési vagy idegrendszeri kihívásokról és eltérésekről**. Az egészséges fejlődés kulcsa a megelőzés, az odafigyelés és a megfelelő szakemberekhez fordulás.

Magánrendelések különlegessége, hogy egy **barátságos és gyermekközpontú** környezetben a kicsik könnyebben oldódnak, így a vizsgálatok és kezelések is kevésbé terhelőek számukra. A szülők számára pedig **megnyugtató** érzés, hogy babájuk a legjobb kezekben van.



## TOVÁBBI SZOLGÁLTATÁSAINK

### GYERMEK ULTRAHANG

Fájdalommentes és gyors vizsgálatok gyermeke állapotának felméréséhez.

### GYERMEK LABORVIZSGÁLATOK

Barátságos, nyugodt környezetben végzett laborvizsgálatok elvégzésével segítjük a leggyakoribb gyermekkori betegségek és allergiák felismerését.

### CSECSEMŐ ELSŐSEGÉLYNYÚJTÓ OKTATÁS

Készüljön fel a váratlan helyzetekre és tanulja meg, hogyan kezelheti a vészhelyzeteket otthonában, mint például a fulladás, lázgörcs vagy fejsérülés.

## GYERMEK GASZTROENTEROLÓGIA

Dr. Suba Melinda és Dr. Bozóki Boglárka

Ha gyermeke hasfájással, székrekedéssel vagy ételallergiával küzd, szakrendelésünk az **emésztőrendszeri panaszok** alapos kivizsgálását és kezelését biztosítja, legyen szó **csecsemőkori refluxról** vagy **ételintoleranciáról**. A megfelelő diagnózis és kezelés nemcsak a panaszokat enyhíti, hanem a hosszú távú fejlődést is támogatja.

## GYERMEK NEUROLÓGIA

Dr. Lazics Klaudia

A korai idegrendszeri sérülések, **mozgás- és beszédfejlődési eltérések** vagy **figyelemzavarok** időben megfelelően kezelhetők. Komoly problémák megelőzése érdekében kulcsfontosságú a mielőbbi neurológiai vizsgálat elvégzése, ami kiemelkedően javíthatja gyermeke teljes értékű **életminőségének megőrzését** és a hosszú távú fejlődését.

## GYERMEK GYÓGYTORNA

Dr. Fetterné Marozsán Mónika

A mozgásfejlődés az egészséges élet alapja, és néha kis segítség is nagy változást hozhat. Gyógytornászunk **mozgásfejlődési eltérések, szoptatási vagy altatási problémák** esetén is támogatást nyújt. A prevenció mindig könnyebb, ezért már a legkisebb gyanú esetén is érdemes szakemberhez fordulni. A **korai fejlesztés** lehetőségei jelentősen hozzájárulhatnak gyermeke **harmonikus fejlődéséhez**, így elkerülhető a mozgásszervi problémák.

*Foglaljon időpontot telefonon vagy online, és biztosítsa gyermekének a legjobb ellátást!*

+36 30 243 5561

WWW.NEOMEDICAL.HU

6000 KECSKEMÉT, CSÁNYI UTCA 1-3. (PIRAMIS UDVARHÁZ)



## Dr. Kiss Katalin GYERMEKORVOS magánrendelése

### RENDELÉSI IDŐ:

Hétfő, szerda, péntek: 8<sup>00</sup>-9<sup>00</sup>-ig

Kedd, csütörtök: 16<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>-ig

Szombat: 9<sup>00</sup>-9<sup>30</sup>-ig

Kecskemét, Győzelem u. 13.

Időpont egyeztetés szükséges:

Tel.: 06 30 963 9353

### Facebook-on:

„dr. Kiss Katalin  
gyermekorvos  
Kecskemét Győzelem utca”

JAVASOLT eljövétel előtt  
a Facebookra ránézni.

## DIETETIKAI TANÁCSADÁS

- Tápláltsági állapotfelmérés
- Személyre szabott táplálkozási tanácsadás és étrend
- Folyamatos szakmai támogatás



**Tajti Mónika**  
dietetikus

+36 30 859 5086

info@dietetikussal.hu

www.dietetikussal.hu



## GYÓGYTORNÁ ANYÁNAK, BABÁNAK FELNŐTTEKNEK, GYEREKEKNEK



### • A Gyerekeknek:

- 8 hetes kortól egyéni izomtónus-kontroll, tanácsadás
- Probléma esetén tónusnormalizálás Pfaffenrot- terápiával

- 4-5 éves kortól gerincferdülés esetén Schroth terápia
- Gerinctorna, tartáskorrekció, célzott izomerősítés
- Talpboltozat-javító torna



### • Az Anyáknak:

- Szülési utáni regeneráló tréning
- Hasizom-, gátizom regeneráció

### • A Családnak

- Jóga a család minden tagjának csoportos óra 8 éves kortól



## Dr. Nagy Beáta

címzetes főorvos,  
csecsemő- gyermekgyógyász  
és homeopata szakorvos



### SZOLGÁLTATÁSAIM:

- MAGÁNRENDELÉS
- HOMEOPÁTIA- gyermek és felnőtt páciensek kezelése
- Akut és krónikus betegségek tartós, mellékhatásmentes és szelíd gyógyítása a klasszikus homeopátia módszerével.
- SCHÜSSLER ARCDIAGNOSZTIKA
- Fejbőr- és hajdiagnosztika
- Lézeres hajterápia - hajhullás, kopaszodás, fejbőrproblémák komplex kezelése.
- Biorezonancia állapotfelmérés és kezelés - képes már a betegséget megelőző állapotokra felhívni a figyelmet!

6000 Kecskemét, Izsáki út 8.

Komplex Labor; +36 70 628 2124

kinderdoki@gmail.com

www.kinder-doktor.hu, lezeres-hajterapia.hu

## PPAFFENROT- TERÁPIA:

2005 óta Magyarországon  
Alternatíva a gyermekek fejlesztésében

Az izomtónus különböző zavarainak kezelésére:  
hypotón (laza) és feszes izomzat esetén egyaránt.

-Fájdalominger nélkül

-Korhatár nélkül

- Kiseb fejlődésbeli lemaradásoknál:

-Ha a baba sokat feszít, nem emeli a fejét.

-Ha nem fordul, kúszik, mászik időben.

-Ha félolดาลas a kúzás, nem szép a mászás, ha felálláskor nagyon bedől a bokája.



### • Vagy súlyosabb esetekben:

- Ferde nyaktartás, befagyott váll, dongaláb, scoliosis, CP, stroke utáni rehabilitáció

## Dr. Szűrné Mikecz Anikó

Gyógytornász/ Pfaffenrot-terapeuta

mobil: 06 70 618 6094

Facebook: Gyermekgyógytorna-  
Gerinctorna





# HÁZI GYERMEKORVOSI KÖRZETEK

KÖRZETÉHEZ TARTOZÓ ORVOSÁRÓL TÁJÉKOZTATÁST KAP  
A WWW.ESZII.HU ORVOS, VÉDŐNŐ KERESŐJÉBEN.

## RENDELÉSI IDŐ:

h-sz-p: 8.00-12.00, k-cs: 14.00-18.00

## RENDELÉSI IDŐ:

h-sz-p: 14.00-18.00, k-cs: 8.00-12.00

Bagoly u. 1/a.	Dr. Pécsi Ferenc +36 76 503 093 praxis száma: 5089	
Bagoly u. 1/a.	Dr. Pongrácz Péter +36 76 503 090 praxis száma: 5090 (k-cs: 12.00-16.00)	
Batthyány u. 20.	Dr. Papp Mária, +36 76 507 595 praxis száma: 5012 (k-cs: 13.00-17.00)	Dr. Fischer László, +36 76 507 594 praxis száma: 5013 (h-sz-p: 12.00-16.00)
Gizella tér 1/b.	Dr. Kaiser László, +36 76 414 102 praxis száma: 5001 (k-cs: 13.00-17.00)	
Győzelem u. 13.		Dr. Kiss Katalin, +36 76 507 475 praxis száma: 5008 (h-sz-p: 13.00-17.00)
Hosszú u. 10.	Dr. Földy Mária, +36 76 485 506 praxis száma: 5011 (k-cs: 13.00-17.00)	Dr. Juhász Antal, +36 76 485 506 praxis száma: 5014
Hunyadi tér 6.	Dr. Kovalcsik István, +36 76 487 508 praxis száma: 5004 (k-cs: 13.00-17.00)	Dr. Suba Melinda, +36 76 507 755 praxis száma: 5005 (h-sz-p: 12.00-16.00)
Irinyi u. 22.	Dr. Kiss Gábor, +36 76 478 153 praxis száma: 5010 (k-cs: 12.00-16.00)	
Kada E. u. 4/a.	Dr. Fábián Erzsébet, +36 76 480 823 praxis száma: 5007 (k-cs: 13.00-17.00)	Dr. Kovács István, +36 76 508 638 praxis száma: 5006 (h-sz-p: 13.00-17.00)
Kossuth u. 79. (Hetényegyháza)		Dr. Kákonyiné Dr. Kánitz Edit, psz.: 5017 +36 76 472 449, (h-sz-p: 12.00-16.00)
Nyíri út 61.	Dr. Bükki Éva, +36 76 478 262 praxis száma: 5009	
Piaristák tere 7.		Dr. Lajkó Ilona, +36 76 514 067 praxis száma: 5003
Smetana u. 5.	Dr. Szűcs Mária, +36 76 507 964 praxis száma: 5099 (k-cs: 13.00-17.00)	
Széchenyi stny. 6.	Dr. Nagykőrösi Ildikó, +36 76 478 970 praxis száma: 5015	Dr. Bélyey Gábor, +36 76 478 970 praxis száma: 5016
Tövös u. 10. (Kadafalva)	Dr. Makóné Dr. Nagy Beáta psz: 5102 +36 76 509 661, (k-cs: 13.00-17.00)	
Zsigmond F. u. 25/a (Katonatelep)	Dr. Svorenj Gábor, +36 76 471 053 praxis száma: 5100 (k-cs: 13.00-17.00)	

*Amennyiben a fejlécben jelölt rendelési időtől eltér a rendelés időtartama, azt az adott sorban zárójelben jeleztük.*

Körzetéhez tartozó orvosáról tájékoztatást kap a [www.eszii.hu](http://www.eszii.hu) weboldal orvos, védőnő keresőjében.  
A házi **gyermekorvosi ügyelet**: Országos Mentőszolgálat által működtetett 6000 Kecskemét, Nyíri út 38.  
Telefon: 1830 hétfő - péntek: 16.00-22.00 szombat, vasárnap, ünnepnap: 8.00-22.00  
22.00 óra után a kórház gyermekosztálya.

# GYERMEKSZAKELLÁTÁSOK

BÁCS-KISKUN VÁRMEGYEI OKTATÓKÓRHÁZ

## RENDELŐINTÉZET, BETEGFELVÉTEL, ELŐJEGYZÉS

Csabay Géza Krt. 21. I. emelet, főbejárat

Hétfőtől péntekig: 07.00 - 16.00 óra

+36 76 516 778, +36 76 516 779, +36 76 516 781,

+36 76 519 888.

## BETEGFELVÉTEL, ELŐJEGYZÉS:

Nyíri út 38. A épület, földszint, főbejárat

H-P: 07.00 - 15.00 óra

+36 76 519 879, +36 76 519 888,

+36 76 516 900/5722

### • FÜL-ORR-GÉGÉSZET (gyermek és felnőtt)

Igénybevétel módja: előjegyzéssel. Tel.: +36 76 516 812, +36 76 516 778, +36 76 516 779, +36 76 516 781

Rendelési idő: hétfőtől péntekig 08.00-14.00 óra

Rendelés helye: Csabay Géza krt. 21. I. emelet 111.

### • ORTOPÉDIA (gyermek és felnőtt)

Igénybevétel módja: előjegyzéssel, beutaló köteles

**(előjegyzés nélküli újszülött csípőszűrés: hétfőtől-péntekig 10.00-11.00 óra)**

Tel.: +36 76 516 812, +36 76 516 778, +36 76 516 779,

+36 76 516 781

Rendelési idő: hétfőtől péntekig 08.00-14.00 óra

Rendelés helye: Csabay Géza krt. 21. III. emelet 303.

### • BABACSÍPŐ ULTRAHANG

Igénybevétel: előjegyzéssel, szakorvosi beutalóval

Előjegyzés kérhető: hétfőtől péntekig 07.15-15.45

Tel.: +36 76 516 784, +36 76 519 884

Rendelési idő: kedd 12.30-14.00 óra

Rendelés helye: Csabay Géza krt. 21. III. em. 334.

### • SZEMÉSZET (gyermek és felnőtt)

Igénybevétel módja: előjegyzéssel

Tel.: +36 76 516 812, +36 76 516 778, +36 76 516 779,

+36 76 516 781

Rendelési idő: hétfőtől péntekig 07.30-13.30 óra

Rendelés helye: Csabay Géza krt. 21. II. emelet 243.

### • ÁLTALÁNOS BŐRGYÓGYÁSZAT ÉS GYERMEK BŐRGYÓGYÁSZAT

Igénybevétel módja: előjegyzéssel.

Tel.: +36 76 519 830, +36 76 516 700

Rendelési idő: hétfőtől csütörtökig 08.00-15.00 óra,  
péntek 08.00-14.00 óra

Rendelés helye: Bőrgondozó épület,  
Csabay Géza krt. 21.

### • GYERMEKVÉRVETEL (leletkiadás: online)

Igénybevétel: szakorvosi és házi orvosi beutalóval

Tel.: +36 76 516 900/8137

Rendelési idő: hétfőtől péntekig 07.00-11.00 óra

Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0339.

### • GYERMEKULTRAHANG-VIZSGÁLAT

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles

(14 év alatti gyermekek részére)

Előjegyzés kérhető: hétfőtől-péntekig 07.15-15.45 óra

Tel.: +36 76 516 784, +36 76 519 884

Rendelési idő: hétfőtől péntekig 09.00-12.00 óra

Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület II. em. 2232.

### • GYERMEKGYÓGYÁSZAT SZAKRENDELÉS

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles

Előjegyzés: hétfőtől péntekig 7-15 óra

Tel.: +36 76 519 879, +36 76 516 900/5722

Rendelési idő: hétfőtől 12.00-14.00 óra

Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0329.

### • GYERMEKIMMUNOLÓGIA (ALLERGIOLÓGIA)

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles

Előjegyzés: hétfőtől péntekig 7-15 óra

Telefon: +36 76 519 879, +36 76 516 900/5722

Rendelési idő: hétfő és csütörtök 08.00-14.00 óra

Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0329.

### • GYERMEKDIABETOLÓGIA (cukorbeteg szakrendelés)

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles

Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra

Telefon: +36 76 519 879, +36 76 516 900/5722

Rendelési idő: kedd 12.30-15.00 óra

péntek: 13.00-15.00 óra

Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0301

• **GYERMEKKARDIOLÓGIA** (szívultrahang)

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles.  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra  
Telefon: +36 76 519 879, +36 76 516 900/5722  
Rendelési idő: hétfőtől péntekig 08.00-14.00 óra  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0325.

• **GYERMEKNEFROLÓGIA**

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles.  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra  
Telefon: +36 76 519 879, +36 76 516 900/5722  
Rendelési idő: csütörtök 08.00-14.00 óra  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0323.

• **GYERMEKGASZTROENTEROLÓGIA**

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 7-15 óra  
+36 76 519 879, +36 76 516 900/5722  
Rendelési idő:  
hétfő, szerda: 08.30-15.00 óra között  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0323.

• **GYERMEKPULMONOLÓGIA**

Igénybevétel módja: előjegyzéssel, beutaló köteles  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra  
Telefon: +36 76 519 879,  
+36 76 516 900/5722  
Rendelési idő:  
kedd, péntek: 08.00 - 14.00 óra  
szerda: 08.00-14.15 óra  
csütörtök: 09.20-11.00 óra és 14.00-15.00 óra  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0327.

• **GYERMEKENDOKRINOLÓGIA**  
(PAJZSMIRIGY SZAKRENDELÉS)

Igénybevétel módja: előjegyzéssel, beutaló köteles  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra  
Telefon: +36 76 519 879, +36 76 516 900/5722  
Rendelési idő: kedd 08.00-12.30, csüt. 08.00-14.30 óra  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0301.

• **GYERMEKENDOKRINOLÓGIA**  
(PAJZSMIRIGY SZAKRENDELÉS)

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra  
Telefon: +36 76 519 879, +36 76 516 900/5722  
Rendelési idő: szerda, péntek: 08.00-13.00 óra  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0301.

• **GYERMEKNEUROLOGIA**

Igénybevétel módja: előjegyzéssel, beutaló köteles  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra  
Tel.: +36 76 519 879, +36 76 516 900/5722  
Rendelési idő: hétfőtől péntekig: 08.00-15.00  
Rendelési helye: Nyíri út 38. A épület földszint 0306.

• **AUDOLÓGIA (HALLÁSVIZSGÁLAT)**

Igénybevétel: előjegyzéssel, szakorvosi beutalóval  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra  
Tel.: +36 76 519 879, +36 76 519 883, +36 76 516 900/5722  
Rendelési idő: hétfő-péntek: 07.30-15.00 óra  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0331 és 0333

• **KORASZÜLÖTT UTÓGONDOZÓ**

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra  
Tel.: +36 76 519 879, +36 76 516 900/5722  
Rendelési idő: kedd: 09.00-15.00 óra  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0323.

• **GYERMEKGYÓGYTORNA (KORAI FEJLESZTÉS)**

Igénybevétel: előjegyzéssel, szakorvosi kezelőlappal  
Bejelentkezés: hétfőtől péntekig 13.00-15.00 óra  
Tel.: +36 76 516 700/8123  
Rendelési idő: hétfőtől péntek 08.00-16.00 óra  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0308.

• **CYSTÁS FIBROSIS**

Igénybevétel: előjegyzéssel, beutaló köteles  
Előjegyzés: hétfőtől péntekig 07.00-15.00 óra  
+36 76 519 879, +36 76 516 900/5722  
Rendelési idő: hétfő: 08.00-14.00 óra  
Rendelés helye: Nyíri út 38. A épület fsz. 0327.

Általános tájékoztató a járóbeteg-szakellátás időpontfoglaláshoz, lemondáshoz.

*Bővebb információ: <https://www.kmk.hu/betegellatas/jarobeteg-ellatas>*



# DSGM

DÉVÉNY SPECIÁLIS MANUÁLIS  
TECHNIKA - GIMNASZTIKA MÓDSZER

A DÉVÉNY-MÓDSZER (DSGM) A  
HAGYOMÁNYOS GYÓGYTORNÁTÓL  
ELTÉRŐ, GYÖKERESEN ÚJ SZEM-  
LÉLETRE ÉPÜLŐ REHABILITÁCIÓS  
RENDSZER, AMELY A MOZGÁSSÉ-  
RÜLÉSEK VALAMENNYI TERÜLETÉN  
EGYEDÜLÁLLÓAN EREDMÉNYES.

A Dévény-módszer nem erőlteti azokat a mozgásokat, melyekre a beteg nem képes, hanem speciális manuális technika (SMT) alkalmazásával közvetlenül stimulálja az idegrendszert, ugyanakkor pedig visszaállítja az izmok normál állapotát, helyzetét és tónusát. Ez a kezelés - időben elkezdve - képes beindítani az agy tartalékállományát, amely így képes lehet az esetlegesen sérült részek munkáját is átvenni, ezáltal az esetek nyolcvan százalékában teljes gyógyulás érhető el.

A **direkt idegrendszeri** stimuláció az SMT nagy lehetősége; speciális fogásmódjai - ami nem masszázis - közvetlen kapcsolatot teremtenek a szakgyógytornász keze, valamint az izmokban és halmozottan az inakban lévő receptorok között. Ez a közvetlen kapcsolat biztosító kezelés semmilyen aktív mozgással nem helyettesíthető, mert

- a direkt hatás mindenben hatékonyabb, mint az indirekt
- másra való az SMT-kezelés és másra való az aktív mozgás, a torna

**DÉVÉNY-MÓDSZER**  
Mozgásrehabilitáció újszülött kortól

**Vaskutiné Kovács Margit**  
DSGM szakgyógytornász

Információ és bejelentkezés:  
**06 30 722 4763**



**Dégvény Módszer** Mozgásrehabilitáció újszülött kortól

**Minda Andrea** okleveles gyógytornász  
és DSGM szakgyógytornász

**BEJELENTKEZÉS**  
és **INFORMÁCIÓ: 06 30 388 3197**



**DÉVÉNY-MÓDSZER** Mozgásrehabilitáció újszülött kortól

**Nagy Györgyi**  
DSGM  
szakgyógytornász

**Bejelentkezés és információ: 06 70 389 1966**



## 10 NŐ, AKIKNEK SZÍVÜGYE A KECSKEMÉTI

Célunk, hogy tartalmas, vicces, fontos, de főként helyi, kecskeméti és Bács-Kiskun Vármegyei információkkal szeretnénk segíteni az anyukáknak, hogy jól tájékozódjanak a várandósság, a szülés, a szoptatás és a gyerekevelés idején. Ezért összeálltunk egy csapatba, és 2022-ben létrehoztuk a **Hírös Családmentor Egyesületet**, vagyis **HÍRCSE**-t.

Olyan közösséget akarunk építeni, ahol összekötjük a szülőket és a szakembereket, és sok jó programot szerveztünk nekik, mint például rendezvények, városi programok, baba-mama klubok vagy épp a nagysikerű fórumok. Az a célunk, hogy Kecskemét egyre családbarátabb legyen.

## Mire való az SMT-kezelés és mire az aktív mozgás, a torna ?

A kezelés a gyógyítás, amely képessé tesz a mozgásra. A képpesétevés után tudatos testképzéssel kell felerősíteni az izomzatot és fejleszteni a koordinációt.

## A DSGM mozgásképzetségen az analízis-szintézis elvére épülő testképző technikát érti.

A DSGM a sérült mozgás korrekcióját, az analitikus testképzés mintájára történő összetett feladatnak tekinti. Ezt a terapeuta mozgásiskolázottságával biztosítja. A testképzés saját élménye nélkül lehetetlen a szakszerű korrekció. A testhelyzetek pontos beállításáról, a differenciált izomműködésről, a testkidolgozás folyamatáról stb., a terapeutának saját érzete kell legyen. E nélkül nem lehet motórium hibás működéséig, az ép és kóros mozgás egymáshoz viszonyításáig, mint a korrekció fő tényezőjéig eljutni. E tudás nélkül sem a hibákat felismerni, sem azokat korrigálni nem lehet. Valamint a saját testen való "kipróbálás" nélkül nem lehet megítélni, hogy melyik fizikumtól mi várható el.

## A csecsemők nagymozgásainak kialakulása:

- 0-1 hó: csak reflexmozgásai vannak, akaratlagos mozgásai még nincsenek
- 2-3 hó: fejemelés, alkartámasz
- 3 hónapos korban kezdenek leépelni a csecsemőreflexek
- 4,5-5 hónapos korban indul a fordulás
- 6-7 hónapos korban kezd kúszni
- 8-9 hónapos korban négykézlábra áll és hintázik
- 9-10 hónapos korban mászik
- 11-12 hónapos korban feláll, kapaszkodással oldalazva lépeget
- 12-18 hónapos korban önállóan jár

*Forrás: A Dévény Anna Alapítvány által kiadott tájékoztató füzet leendő és gyakorlott szülőknek a csecsemők és kisgyermek normál mozgásfejlődéséről.*  
[http://www.deveny.hu/fo\\_tajekoztato\\_fuzet](http://www.deveny.hu/fo_tajekoztato_fuzet)

Érdemes figyelni a baba nagymozgásaira és a fent említett tájékoztató füzetben leírt gyanújelekre, amelyek a növekedés során a mozgásfejlődés akadályaiává válhatnak. Gyanújelek esetén bizalommal forduljanak a DSGM módszerrel dolgozó szakgyógytornászokhoz.



**DÉVÉNY-MÓDSZER**  
 Mozgásrehabilitáció újszülött kortól

**LOCSKAI MARIANN**  
 Dévény terapeuta **INFORMÁCIÓ és**  
**BEJELENTKEZÉS: 06 30 338 8983**



**DÉVÉNY-MÓDSZER**  
 Mozgásrehabilitáció újszülött kortól

**Bálint Szilvia**  
 DSGM szakgyógytornász, FDM és Baba-FDM terapeuta  
**Bejelentkezés és információ: 06 20 495 5868**

# CSALÁDOK BOLDOGSÁGA, JÓ-LÉTE!



HIROS CSALÁDMENTOR EGYESÜLET

Várunk benneteket is szeretettel:

- Május: Születésnap
- Június: Apák napja – családi játékos nap
- Minden pénteken: Hírce Csacsogó baba-mama klub, Könyvtár
- Július: Szoportás Világnapi rendezvényünk

Csatlakozz hozzánk!

Elérhetőség: [www.hircse.hu](http://www.hircse.hu)  
<https://www.facebook.com/Hircse>

# BOLDOG BABÁMBÓL BOLDOG FELNŐTT

AMIKOR ANYÁNAK KÉSZÜLÜNK,  
VALAMI OLYAT FOGUNK CSINÁLNI,  
AMIT MÉG SOHASEM.

Kinek-kinek másként telik az a nagyjából 9 hónap. Ki-ki másképp próbál felkészülni.

Van, aki kismamaként is szinte az utolsó pillanatig úgy próbálja élni az életét tovább, mint azelőtt. Más úgy dönt, hogy az ösztöneire fog hallgatni. Van, aki nagyon tudatosan készül, mindenfélét elolvas, figyel a testére, a lelki egyensúlyára, az étkezésére.

Pszichológusként látom, hogy mindannyian jó édesanyák szeretnének lenni. De ennek a hogyanja már sokkal kevésbé egyértelmű. Annyiféle elmélet és útmutatás van, nem könnyű ma tisztán és hosszú távon tisztán látni ezen az ismeretlen terepen.

Három gyermekes édesanya vagyok és a gyermek- és ifjúság megfelelő lelki fejlődésének felkent szakembere. Ha ma kezdeném az anyaságot, már tudom, hogy mi az az 5 dolog, amire, ha figyelek, a babámból boldog gyermek és majd egyszer egészséges lelkű, az életben jól boldoguló felnőtt válik.

Szeretnék most egy nagyon alapvető, világos fogódzót adni ehhez. Sok felnőtt kliensem, akivel együtt dolgozunk, nagyon hálás lett volna babaként, kis és nagyobb gyerekként, ha a szülei odafigyeltek volna erre az 5 alapvető érzelmi szükségletre. Ha a szülők ezeket elég jól betöltötték volna, vélhetően nem ülnének most a rendelésemen.

Nem én találtam ki ezt az ötöt, hanem Jeffrey Young, ma is élő amerikai pszichológus, a ma egyre népszerűbb, mert nagyon hatékony séma-terápia kidolgozója. Azt vallja, hogy ahhoz, hogy babaként, gyerekként, majd felnőttként pszichésen jól legyünk, egészséges személyiségünk és pszichés működésünk alakuljon ki, szükséges, hogy ez az 5 érzelmi alapszükséglet elég jól

be legyen töltve. Különösen fontos, hogy felnövekedésünk idején ez így történjen, hiszen annak alapja, hogy milyen emberekké válunk, igen nagy részben a kicsi babaként, majd gyerekkorunk éveit alatti szerzett tapasztalataink alapján dől el. Számít természetesen a veleszületett karakterünk vagy alapszemélyiségünk is. Ezért történhet meg, hogy ugyanabban a családban felnövekvő két gyerek, habár a szülei ugyanazok és hasonló pszichés környezetben nőnek fel, mégsem lesz egyforma személyiségű.

Ha a szülők elég jól csinálják (felhívnam a figyelmet, hogy nem tökéletesen -t írok), vagyis az esetek legnagyobb részében jól hangolódnak babájukra, gyermekükre, ő ezekből a tapasztalatokból nagyon fontos pozitív dolgokat tanul. Mégpedig azt fogja megtanulni, hogy ő jó és szeretve van, más emberek jók és megbízhat bennük, számíthat arra, hogy jól fognak hozzá viszonyulni és hogy a világ alapvetően biztonságos, jó hely, ahol jó dolgok történhetnek. Észrevétlenül lenyomatok képződnek benne saját magáról, más emberekről és a világról. Ebben az esetben pozitív lenyomatok. Ami azért felbecsülhetetlenül fontos, mert minden baba aztán majd felnőttként és egész életében ezek alapján az alapvető lenyomatok alapján tájékozódik az életben. Mintha egy szemüveget venne fel piciként, ami rajta marad és vele együtt nő. Egész életében ezen a szemüvegen keresztül fogja látni önmagát, másokat, ezen keresztül nézve értelmezi a vele történő eseményeket, a világot.

## No, nézzük végre, mi ez az olyan fontos 5 érzelmi alapszükséglet!

1. *Szeretve, elfogadva lenni* – biztonságos kötődés igénye
2. *Megélni azt, hogy önállóan képes vagyok, ügyes vagyok* – autonómia, kompetencia szükséglete
3. *Legyenek szabályok, az életkoromnak megfelelően* – reális határok
4. *Kimutathassam, ahogy érzem magam, jelezhessem az igényeim* – érzések és igények szabad kifejezhetősége
5. *Lehessek felszabadultan gyerek* - spontaneitás, játékoság

Ezek nemcsak a felnövekedésünk során fontosak, hanem, ahogy fentebb írtam, egész életünkben. Akkor leszünk jól a bőrünkben, ha elég jól be vannak töltve. (Elgondolkodhatunk azon is, hogy szülőként vajon mi újság ezekkel a mi, felnőtt életünkben, de itt most nem megyünk tovább ebbe az irányba. Csak annyit, hogy ha komolyabban kielégítetlen szükségletünkre bukkanunk, fontos azon gondolkodni, mit tehetnénk annak érdekében, hogy jobban be legyenek töltve.)

Nézzük meg most, mit jelent konkrétan, ha egy baba, gyermek szülei elég jól csinálják. A kis Samu baba sír – a szülők (szándékosan írom így, ahol két szülő van, mindkettő lehetősége és felelőssége a gyermek nevelése) reagálnak rá: odamennek, megteszik, amire vélhetően szüksége van, felveszik, megnyugtadják, biztosítják a testi komfortját, ha ott van a probléma. Érzelmileg törődnek vele, öleléssel, kedves szavakkal kifejezik a szeretetüket. Egészen kicsi újszülöttnél eleinte nehéz tudni, mi is a baj, hiszen még differenciálatlanul jelez. Akármilyen baja, eleinte egyformán kommunikálja egész testével, minden végtagja mozog, sír, elvörösödik.

Amikor Samu már önállóan mozogni kezd, engedik, hogy felfedezze a világot, tapasztalatot szerezzen arról, hogy ügyes, képes. Ezt biztonságos határok között teszik, olyan helyzetekbe engedik bele, amit képes megoldani. Ahogy növekszik, a helyzetek egyre bővülnek.

A szülők akkor tartanak reális határokat Samunak, ha nem féltik túl, nem is engednek meg neki mindent, hanem ahogy növekszik, adagolják az életkorának megfelelő kéréseket.

A kicsi és az egyre nagyobb Samu lehet felszabadult önmaga, ha a szülőknél rendben van, ha életkorának megfelelően viselkedik: kisgyerekként nagyokat játszik, időnként szaladgál és lehet, hogy hangos is. Nem várják, hogy akár otthon, akár nyilvános helyen úgy viselkedjen, mint egy önkontrollal bíró felnőtt.

Ha Samu örül, bánata van vagy feldúlja magát, a szülők együtt örülnek, együtt éreznek vele, ha negatív érzése van, próbálnak segíteni, megnyug-

tatni. Tekintetbe veszik Samut, az ő igényeit is, nemcsak a felnőtt szükségleteiket.

*Ha a szülők már nem ilyen ráhangolódók és nem veszik tekintetbe az érzelmi szükségleteit, mert például*

- nem fejezik ki szeretetüket vagy hol jól figyelnek Samura, hol egyáltalán nem elérhető, nem adnak útmutatást, ha szüksége van rá (1. szükséglet);
- nem engedik próbálgatni a szárnyait, korlátozzák vagy mindent megtesznek helyette (2. szükséglet),
- elhanyagolják vagy elkényeztetik vagy túl szigorúak vele (3. szükséglet)
- folyton rászólnak, ha gyerekként viselkedik (4. szükséglet)
- letiltják vagy elbagatellizálják az érzelmei, igényei kifejezését (Ne hisztizz!) (5. szükséglet)

**Zárszóként: ne ijedjünk meg, szülőként lehet hibázni. De ha a fenti öt érzelmi alapszükségletet egy életre jól megjegyezzük, nagyot nem fogunk tévedni!**

Varga Éva  
klinikai szakpszichológus



## PSZICHOKUCKÓ RENDELŐK

Kecskemét, Bagi László u. 3.  
Kecskemét, Csongrádi u. 53.

### Fordulhat hozzánk gyermekével 2 éves kortól, felnőttként, párként és családként egyaránt!

Kollégáink sokszínű végzettséggel rendelkező mentális szakemberek: pszichológus, klinikai szakpszichológus pszichoterapeuta, pár- és családterapeuta, perinatális szakember, coach, jóga oktató, elérhető Theta Healing és Bars kezelés is.

**Segítünk, hogy az Ön problémájában kompetens, megfelelő szakemberrel találkozhasson!**

**Varga Éva** – klinikai szakpszichológus, séma-terapeuta jelölt, autizmus specialista

#### IDŐPONT FOGLALÁSA:

[vargaevapszichologus.hu](http://vargaevapszichologus.hu)

oldalon vagy

[vargaeva.pszichologus@gmail.com](mailto:vargaeva.pszichologus@gmail.com)

címen





KECSKEMÉTI  
Katonai József  
**Nemzeti**  
SZÍNHÁZ



[www.kecskemetinemzeti.hu](http://www.kecskemetinemzeti.hu)  
Instagram/kecskemetinemzeti  
Facebook/kecskemetinemzeti

## Kicsi Kincsek Vására

Egy varázslatos baba-mama kézműves piac, ahol egyedi, szeretettel készült termékek várnak rád!

**Miket találhatsz a jó hangulat mellett:**

- Kézműves babaruhákat és kiegészítőket
- Egyedi fa- és textiljátékokat
- Kreatív gyerekzsoba dekorációkat



Látogass el 2 havonta megrendezésre kerülő vásárunkra! A belépés ingyenes. További információkat a Kicsi Kincsek Vására Facebook oldalán találhatod.

**A Kecskeméti Egészségfejlesztési Iroda** szeretettel várja az érdeklődőket az alábbi előadásokra:



**Apák a szülőszobán, apák a gyermekágyban**

**Gyermek baleset-megelőzés, elsősegélynyújtás és alapszintű csecsemőújraélesztés**

További részletek és információk:  
Kecskemét,  
Piaristák tere 7.  
Facebook:  
Egészségfejlesztési Iroda Kecskemét  
+ 36 (30) 179 6576

## KIT Közösség. Idő. Tér.

Amikor három világ találkozik




Van egy hely Kecskemét belvárosában, ahol megállhatsz, lélegezhetsz, és egyszerűen csak lehetsz nő.

A **KIT – Közösség. Idő. Tér.** ilyen alkalom: közösségi térré válnak, ahol beszélgethetsz, megoszthatod a gondolataidat, és kapcsolódhatsz egy megtartó női közösséghez.

A **Binola** babatermek kölcsönző már régóta támogatja az édesanyákat, most azonban ezt a gondoskodást a lelki egészségére is kiterjeszti.

Egy éve már a **Forrás Inspiratív Közösségi Irodában**, Kecskemét szívében tudjátok rugalmasan átvenni és leadni a kikölcsonzött babatermeket.

Most pedig egy szorosabb együttműködés született az iroda mozgatórugójával, Czinkóczy-Dori Szilviával aki három gyermek édesanyja, közgazdász, mentálhigiénés szakember és szervezetfejlesztő.

**Sziszivel** közösen, tudatosan támogatjuk a nők mindennapi kihívásait, és építjük azt a közösséget, amelyben mindenki megtalálhatja a hangját.

**Szeretettel várunk!**



A részvétel minden nő számára nyitott, a Binola babakölcsönző tagjai számára díjmentes.

Csatlakozz a KIT-hez, és tapasztald meg a közösség, az idő és a tér megtartó erejét.

Regisztrálj már ma az első alkalomra!





# ÜDVÖZLÜNK A MONTINOO VILÁGÁBAN



Amikor egy szülő játékot választ gyermekének, egyszerre szeretne örömet és fejlődést adni. A Montinoo éppen ezt a két világot kapcsolja össze: a játék élményét és a tudatos fejlesztést. Webáruházunkban a minőség, a szakértelem és a tudatosság kéz a kézben járnak – hogy a játék valódi értékeket adjon a gyermekek mindennapjaihoz. Célunk több, mint egyszerűen játékok forgalmazása - minden terméket szeretettel és gondos válogatással kínálunk, mintha saját gyermekeinknek választanánk.

**Fejlesztő játékok – tudatos válogatással**  
Kínálatunkban olyan fejlesztő játékok találhatóak, melyek játék közben segítik a gyermekek fejlődését. Támogatják a finommotorikát, a mozgáskoordinációt, erősítik a logikus gondolkodást és a problémamegoldást.



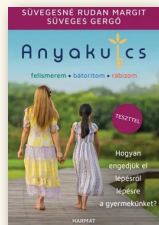
Fejlesztik a kommunikációt és a szociális készségeket, ösztönzik a kreativitást, a képzeletet, továbbá segítik az érzelmi intelligencia kibontakozását.

Többek között minőségi fajtékok, kreatív eszközök, társas-, logikai- és kártyajátékok, játékhangszerek találhatóak nálunk.

**SNI – Egyéni fejlesztést támogató játékok**  
A Montinoo-nál hiszünk abban, hogy minden gyermekben ott rejlik a fejlődés, ha megkapják a megfelelő támogatást, szeretetet, türelmet és persze a megfelelő eszközöket. Külön figyelmet fordítunk azokra a családokra, akik sajátos nevelési igényű (SNI) gyermekeket nevelnek. Számukra olyan játékokat és eszközöket gyűjtöttünk össze, amelyek segítik az érzékelést és az idegrendszeri érési folyamatokat, fejlesztik a figyelmet, beszédet, finommotorikát és örömteli, biztonságos módon támogatják a gyermeket saját útján.



**Montinoo Könyvkuckó**  
A mese az egyik legszebb eszköz, amivel a gyerekek megismerhetik önmagukat és a világot. Éppen ezért olyan érzelmi intelligenciát fejlesztő mesekönyvek találhatóak nálunk, melyek segítenek a gyerekeknek megismerni az érzéseiket, bátorságot ad, megmutatja mi a jószág, az empátia és az összetartozás.



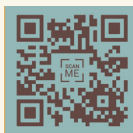
De nem feledkeztünk meg rólatok sem, kedves szülők - felnőttek!  
Olyan könyveket válogattunk össze, amelyek segítenek megérteni, támogatni és kísérni a gyerekek világát – miközben útmutatást adnak a szülői mindennapokhoz, és segítenek jobban megismerni önmagunkat, érzéseinket.

## Szakértői támogatás szülőknek

Szülökként tudjuk, milyen sok kérdés merül fel nap mint nap és hisszük, hogy a tudásmegosztás legalább olyan értékes, mint maga a játék, amely fejleszt. Munkánkat gyógy-pedagógus – szomatopedagógus, korai fejlesztő pedagógus, óvodapedagógus, gyógytornász, pszichopedagógus és alapozó mozgásterapeuta segítik, akik szívvel-lélekkel azon dolgoznak, hogy hiteles, érthető formában adjanak választ a szülőikben leggyakrabban felmerülő kérdésekre. Blogbejegyzéseiken keresztül segítenek eligazodni, hogy kedves szülők, ne érezzétek magatokat egyedül a mindennapok kihívásaiban.



## ÖRÖMTELI FELFEDEZÉST KÍVÁNUNK!



Montinoo webáruház  
www.montinoo.hu  
webshop@montinoo.hu  
+36 20 407 5069

„...Arra taníts, hogy önálló lehessen,  
hogy büszke lehessen magamra!...”

(Maria Montessori)

# Pitypang bölcsőde és játsház

KECSKEMÉT

A Pitypang Bölcsőde Kecskeméten az Őz utcában nyílt 2014 novemberében. Öt csoportszobában várja a gyermekeket 63 férőhellyel.

A bölcsőde az alapszolgáltatásokon túl „zenébölcsivel”, Helen Doron babaangollal, egyéni és csoportos beszédfejlesztő „foglalkozással” igyekszik mind színesebbé és tartalmasabbá tenni a kisgyermek napjait. Lehetőség van TSMT tornára is, külön fejlesztő teremben.

Gondozó-nevelő munkánk során a szeretetteljes légkörben fontos feladatunknak tartjuk a gyermekek egyéni fejlődési ütemének figyelembevételét:

- alapvető kultúrhygiénés és társas együttélés szabályainak megismertetését, szokássá válásának elősegítését
- a sok-sok mese, dal, mondóka és népi játék eszközével a beszédfejlesztést, a szókincs gyarapodását és természetesen a biztonságot adó kellemes érzelmi állapot elősegítését,
- mozgásfejlesztést elősegítő játékos torna lehetőségét.

Bölcsődében a gyermek húszhetes korától, harmadik életévének betöltését követő augusztus 31-ig gondozható, nevelhető.

**Bölcsődénk 6<sup>30</sup>-tól 17<sup>30</sup>-ig tart nyitva.**

**PITYPANG BÖLCSŐDE és JÁTSHÁZ**  
Kecskemét, Őz utca 8., +36 76 614 289

 [www.facebook.com/pitypangbolcsi](http://www.facebook.com/pitypangbolcsi)



# KECSKEMÉTI BÖLCSŐDÉK

## Bölcsődei tájékoztatás

Bölcsődéink alapellátás keretében napközbeni ellátást nyújtanak a gyermekek - családok számára. Az **Egészségügyi és Szociális Intézmények Igazgatósága** (Kecskemét, Piaristák tere 7.) működteti a város önkormányzati fenntartású bölcsődéit, melyek szakmai önállósággal bíró intézményi egységek. Kecskemét lakosai részére 11 bölcsőde áll rendelkezésre bölcsődés korú kisgyermekük elhelyezésére. A bölcsődék területi elhelyezkedésük alapján a város valamennyi városrészében élő családok igényeit ki tudják elégíteni. Az intézmények jól megközelíthetőek, csendes, nyugodt környezetben helyezkednek el.

**A bölcsődéink körzetesítési kötelem nélkül fogadják a gyermekeket.** Bölcsődébe a gyermek húsz hetes korától vehető fel és gondozható:

- annak az évnek az augusztus 31-éig, amelyben a harmadik életévét, a sajátos nevelési igényű gyermek a hatodik életévét betölti,
- a következő év augusztus 31-éig, ha a harmadik életévét szeptember 1-je és december 31-e között tölti be a gyermek, és a szülő, törvényes képviselő nyilatkozik arról, hogy a gyermek napközbeni ellátását eddig az időpontig bölcsődei ellátás keretében kívánja megoldani,
- ha a gyermek harmadik életévét betöltötte, de testi vagy értelmi fejlettségi szintje alapján még nem érett az óvodai nevelésre, és óvodai jelentkezését az orvos nem javasolja, bölcsődei ellátás keretében gondozható, nevelhető a gyermek negyedik életévének betöltését követő augusztus 31-éig.

**Bővebb információ:**

<http://eszii.hu/bolcs-bemutakozas>

**Egészségügyi és Szociális Intézmények Igazgatósága által fenntartott kecskeméti bölcsődék**

### Aranyhaj Bölcsőde

Kecskemét, Lánchíd u. 14. Tel.: +36 76 475 711

### Bóbita Bölcsőde

Hetényegyháza, Pajtás u. 2/d. Tel.: +36 30 676 5178

### Csengettyűs Bölcsőde

Kecskemét, Daróczi köz 16. Tel.: +36 76 498 136

### Csipcsirip Bölcsőde

Kecskemét, Forradalom utca 5. Tel.: +36 76 489 472

### Fürtöcske Bölcsőde

Kecskemét, Lombos u. 1/A. +36 70 657 1030

### Katica Bölcsőde

Kecskemét, Agyag u. 4. Tel.: +36 30 513 4801

### Macs kacicó Bölcsőde

Kecskemét, Tóth László stny. 2. Tel.: +36 76 325 718

### Ózgidácska Bölcsőde

Kecskemét, Boróka u. 6. +36 20 511 9010

### Pillangó Bölcsőde

Kecskemét, Széchenyi stny. 2. Tel.: +36 76 478 570

### Pöttömke Bölcsőde

Kecskemét, Mátis K. u. 6. Tel.: +36 76 322 785

### Pöttyös Bölcsőde

Kecskemét, Klapka utca 18. Tel.: +36 76 480 611

forrás: [www.eszii.hu](http://www.eszii.hu)

## HIRDETÉS

**Csigabiga Családi Bölcsi a Petővárosban**

Családias légkörben, barátságos környezetben sok-sok mókával és vidámsággal várjuk szeretettel a bölcsődés korú gyermekeket!

Nagy hangsúlyt fordítunk a gyermekek fejlődését segítő foglalkozásokra és a mozgásfejlesztésre.

Helyben elkészített, változatos, háziias ízekkel gondoskodunk a kisgyerekek egészséges táplálkozásáról.

További információ: **06 30 339 4541**



# Játék most, érték egy életen át!

**Angol nyelvoktatás már 3 hónapos kortól 19 éves korig a Helen Doron Kecskemét oktatóközpontban a játékos és stresszmentes tanulását!**

- Könnyed, játékos gyermekközpontú foglalkozások
- Kis csoportlétszám
- Kommunikációra építő módszer
- Élményközpontú oktatás
- Logikai fejlesztés és minden témára kiterjedő tananyag
- Értékek közvetítése

**Helen Doron Oktatóközpont**  
 6000 Kecskemét, Fülemlé utca 4/2.  
[kecskemet@helandoron.com](mailto:kecskemet@helandoron.com)  
 [HelenDoronKecskemet](https://www.facebook.com/HelenDoronKecskemet)  
 +36/30-710-10-86



## A KATONA JÓZSEF KÖNYVTÁR AJÁNLATA A LEGKISEBBEKNEK:

**Rebecca Weerasekera: Kíváncsi baba**  
 Tele színes meglepetésekkel!  
 Móra Könyvkiadó, 2025.

Mi lehetne érdekesebb, mint felfedezni a világot? Ebben az interaktív lapozóban a legkisebbek megismerkedhetnek különböző formákkal, anyagokkal, színekkel és textúrákkal. A finommotorika mellett a megfigyelőképesség és a szókincs is bővül, sőt közös élménnyé válik a könyvnevezetés is.



**Győri Hanna:**  
**Cicus elalszik**  
 Pagony Kiadó  
 Kft., 2025.

Cicusnak nehezen megy az elalvás, ami a legkisebbek számára is ismerős lehet. A lapozó kedves illusztrációkkal segíti a gyermekek esti rutinját. Remek választás elalvás előtti, vagy összebújós pillanatokra. Rövid, ismétlődő mondataival nyugodt hangulatot teremt. A sorozat korábban megjelent része a Cicus felöltözik.



**Így tedd rá! - Kecskemét****Játék - Tánc - Közösség**

JÁTÉKOS, TÁNCOS KÉSZSÉG- ÉS KÉPESSÉGFEJLESZTÉS!

A foglalkozásokat vezeti:

**Ólidal Henriett****„Így tedd rá!”**mintapedagógus, foglalkozás-  
vezető, módszertani oktatóElérhetőség: [www.igyteddra.hu](http://www.igyteddra.hu), [heni.bogi@gmail.com](mailto:heni.bogi@gmail.com)facebook : **Így tedd rá - Kecskemét, +36 70 703 7602****FORDULJ HOZZÁNK BIZALOMMAL,  
HA A GYERMEKED:**

- örökmozgó vagy társaihoz képest lassabb
- speciális nevelési igényű
- mozgáskorlátozott
- megkészt a beszéde
- autista vagy autizmus /ADHD gyanús
- figyelme nehezen irányítható
- mozgása rendezetlen
- szenzorosság merül fel
- gondotok akad az evéssel/válogatás
- óvodába/iskolába készül
- nehézséggel küzd a tanulás, koncentrációs terén

Időpont egyeztetés: **+36 30 687 9750**Kecskemét, Kandó  
Kálmán utca 28/aemailen: [borsoszemalapitvany@gmail.com](mailto:borsoszemalapitvany@gmail.com)

HIVATALOS

# KECSKEMÉTI ÓVODÁK



## A KECSKEMÉTI MEGYEI JOGÚ VÁROS ÖNKORMÁNYZATA ÁLTAL FENNTARTOTT ÓVODÁK LISTÁJA, AHOL VÁRJÁK AZ ÉRDEKLŐDŐKET ÉS A JELENTKEZŐKET:

**FERENCZY IDA ÓVODA**

Székhelye: 6000 Kecskemét, Mátis Kálmán u. 8.

E-mail: [szivarvanyovi3@gmail.com](mailto:szivarvanyovi3@gmail.com), tel.: +36 76 320 617**Tagóvodái:****Ferenczy Ida óvoda Mátis Kálmán Utcai Óvodája**

6000 Kecskemét, Mátis K. u. 4.

**Ferenczy Ida óvoda Juhász Utcai Óvodája**

6000 Kecskemét, Juhász u. 1.

**Ferenczy Ida óvoda Mesedomb Óvodája**

6000 Kecskemét, Szabadkai u. 1/a.

**Ferenczy Ida óvoda Csigabiga Óvodája**

6000 Kecskemét, Tóth László sétány 1.

**Ferenczy Ida óvoda Aranytulipán Óvodája**

6000 Kecskemét, Klapka u. 14.

**Ferenczy Ida óvoda Hosszú Utcai Óvodája**

6000 Kecskemét, Hosszú u. 3.

**Elérhetőségek**[matisovoda@gmail.com](mailto:matisovoda@gmail.com)

+36 76 322 941

[juhaszovi@gmail.com](mailto:juhaszovi@gmail.com)

+36 76 322 495

[szabadkaiovi@gmail.com](mailto:szabadkaiovi@gmail.com)

+36 76 326 108

[arpadvarosiovoda@gmail.com](mailto:arpadvarosiovoda@gmail.com)

+36 76 322 383

[klapkaovoda@gmail.com](mailto:klapkaovoda@gmail.com)

+36 76 480 688

[hosszuovi@gmail.com](mailto:hosszuovi@gmail.com)

+36 76 483 320

## CORVINA ÓVODA

Székhelye: 6000 Kecskemét, Csokor u. 9.

E-mail: corvinaovivez@gmail.com, tel./fax: +36 76 414 258

### Tagóvodái:

#### Corvina Óvoda Mártírok Úti Óvodája

6000 Kecskemét, Mártírok útja 31.

#### Corvina Óvoda 2. sz. Katonatelepi Óvodája

6000 Kecskemét, Katona Zsigmond u. 1.

#### Corvina Óvoda 1. sz. Katonatelepi Óvodája

6000 Kecskemét, Platán u. 1.

#### Corvina Óvoda Matkói Óvodája

6000 Kecskemét-Matkó, Fő u. 32.

#### Corvina Óvoda Ceglédi Úti Óvodája

6000 Kecskemét, Ceglédi u. 5-7.

#### Corvina Óvoda Forradalom Utcai Óvodája

6000 Kecskemét, Forradalom u. 3.

#### Corvina Óvoda Ifjúság Úti Óvodája

6000 Kecskemét, Ifjúság útja 1-3.

#### Corvina Óvoda Mikszáth Kálmán Körúti Óvodája

6000 Kecskemét, Mikszáth K. körút 30.

#### Corvina Óvoda Nyitra Utcai Óvodája

6000 Kecskemét, Nyitra u. 4.

### Elérhetőségek

martirokovi@gmail.com

+36 76 414 364

katonatelepi2ovi@gmail.com

+36 76 471 045

katonatelepi1ovi@gmail.com

+36 76 471 015

matkoiovi@gmail.com

+36 76 328 686

ceglediovivez@gmail.com

+36 76 506 513

forrovivez@gmail.com

+36 76 489 462

ifjusagovivez@gmail.com

+36 76 480 712

mikszathovi@gmail.com

+36 76 484 607

nyitraovi@gmail.com

+36 76 487 408

## KÁLMÁN LAJOS ÓVODA

Székhelye: 6000 Kecskemét, Egyetértés u. 17.

E-mail: intvez.kalmanlajos@gmail.com, tel.: +36 76 509 261

### Tagóvodái:

#### Kálmán Lajos Óvoda Pöttömkerth Óvodája

6000 Kecskemét, Egyetértés u. 15.

#### Kálmán Lajos Óvoda Tündérkert Óvodája

6000 Kecskemét, Bíró Lajos u. 22.

#### Kálmán Lajos Óvoda Pajtás Utcai Óvodája

6044 Hetényegyháza, Pajtás u. 2.

#### Kálmán Lajos Óvoda Kossuth Utcai Óvodája

6044 Hetényegyháza, Kossuth u.17.

#### Kálmán Lajos Óvoda Boróka Utcai Óvodája

6000 Kecskemét, Boróka u. 2-4.

#### Kálmán Lajos Óvoda Ménteleki Óvodája,

6008 Méntelek, Kecskeméti út 41.

#### Kálmán Lajos Óvoda Széchenyi Sétányi Óvodája

6000 Kecskemét, Széchenyi sétány 1.

#### Kálmán Lajos Óvoda Juhar Utcai Óvodája

6000 Kecskemét, Juhar u. 11.

#### Kálmán Lajos Óvoda Lánchíd Utcai Óvodája

6000 Kecskemét, Lánchíd u. 16.

### Elérhetőségek

titkar.kalmanlajos@gmail.com

+36 76 493 108

tunderkeovi@gmail.com

+36 76 493 905

pajtasovi@gmail.com

+36 76 472 765

pajtasovi@gmail.com

+36 76 504 640

kadafalvaovi@gmail.com

+36 76 470 170

mentelekovi@gmail.com

+36 76 413 101

setanyovi@gmail.com

+36 76 478 649

juharovoda@gmail.com

+36 76 478 484

lanchidovi@gmail.com

+36 76 475 622

## EGYÉB FENNTARTÁSÚ ÓVODÁK

Intézmény:	Elérhetőségek
<b>Báránka Keresztyén Óvoda</b> Kecskemét, Szent-Györgyi A. u. 23.	+36 20 562 6052 baranykaovi@baranykaovi.hu
<b>Károli Gáspár Református Egyetem Kaszap Utcai Református Óvoda</b> , Kecskemét, Kaszap u. 6-14.	+36 70 156 6144 kre.kaszap.ovoda@kre.hu
<b>Kecskeméti Református Pálmácska Óvoda</b> Kecskemét, Erkel u. 17.	+36 76 800 024 palmacska@krek.hu
<b>Noé Bárkája Óvoda</b> Kecskemét, Kiskőrösi út 8.	+36 76 327 946 noebarkajaovoda@gmail.com
<b>Piarista Gimnázium, Kollégium, Ált. Isk. és Óvoda</b> , Czollner tér 3-5.	+36 76 416 418 titkarsag@kecskemet.piarista.hu
<b>Szent Imre Katolikus Óvoda és Ált. Iskola</b> Kecskemét, Szent Imre u. 9.	+36 76 505 736, ovoda@szentimre-kmet.hu
<b>Anygyalkert Magánóvoda</b> Kecskemét, Bánk bán utca 5.	+36 76 800 161 angyalkert.kecskemet@gmail.com
<b>Aranykapu Magánóvoda</b> Kecskemét, Mikszáth krt. 86.	+36 76 484 410 aranykapumaganovoda@gmail.com
<b>Csillag Óvoda Sternchen Kindergarten (Mercedes-Benz Manufacturing Hungary Kft.)</b> Kecskemét, Mercedes utca 1	+36 30 195 7325, ovi@csillagbolcsiovi.hu
<b>Csillagbölcső Waldorf Óvoda</b> Kecskemét, Napsugár u. 2.	+36 70 856 6684 titkarsag@csillagbolcsio.hu
<b>Kecskeméti Micimackó Óvoda</b> Hetényegyháza, Fácán u. 2.	+36 76 472 311 mbolcsiovi@gmail.com
<b>Kinder Ovi Magán Óvoda</b> Kecskemét, Duna utca 21.	+36 76 450 211 info@kinderovi.hu
<b>Gyermekliget Alternatív Óvoda, Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola</b> , Kecskemét, Szarkás 74.	+36 20 254 7377 titkarsag@gyermekligetkecskemet.hu
<b>Teknősvár Magánóvoda és Bölcsőde</b> Kecskemét, Magvető u. 17 és Magvető u. 23.	+36 20 250 9444 info@teknosvar.hu
<b>Akácvirág Waldorf Óvoda, Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola</b> , Kecskemét, Ceglédi út 2.	+36 30 316 4483 akacviragwaldorfintezmeny@gmail.com
<b>Kecskeméti Barackvirág Evangélikus Óvoda</b> Kecskemét, Kvarc utca 2.	+36 20 258 6119 kecskemetiev.ovi@lutheran.hu
<b>Petőfi Sándor Katolikus Általános Iskola és Óvoda</b> Kecskemét, Mészöly Gyula tér 1-3.	+36 76 517 614 petofi@pski.hu





# EGY ÓVODA, AHOL MI IS ÚJRA GYEREKEK LENNÉNK

*Cipóillat, nemeztjátékok, manókincsek,  
saras overálok - boldog gyerekek*



## Zöld óvoda

2026 ősztől már nemcsak a hunyadi-városi óvodába lehet csatlakozni, hiszen **Borbáson** egy árnyas ligetben nyílik meg a **második ovi épület**, ahol a gyerekek még szorosabban kapcsolódhatnak a környezetükhöz. Ahol rendszeresen helyt kapnak a kirándulások, a kerti munkák. Ahol megkapják a lehetőséget, hogy a természeti elemekkel való szoros összekapcsolódás révén testileg, lelkileg és szellemileg egészségesen fejlődjenek, gyógyuljanak.

A **Csillagbölcső Waldorf Óvoda** 2015 óta működik Kecskeméten a Napsugár utcában. A vegyes korosztályú csoportokban két Waldorf végzettségű óvónő és egy dajka van jelen nap, mint nap. Az óvoda egy igazi barátságos, családias hely, ahol az udvaron a gyerekek magaságysában kertészkednek, reggelente közösen friss gyümölcsös tálalt készítenek, az épületben a gyerekek festményeit, gyapjúképeit láthatjuk a falakon, a csoportszobákban faágak, termések, selyemkendők hívják játékra az ovisokat.



**Méhvasz kréta, gyapjúkép,  
születési korona...  
- mik ezek?**

Ha kérdések merültek fel benned az ovi-val, a Waldorf-pedagógjával kapcsolatban, gyertek el a baba-mama foglalkozásainkra, amiken együtt mondókázunk, játszunk a gyerekekkel, vagy tekintsetek be óvodánk életébe nyílt napjainkon. Ezen alkalmak után mindig lehetőség van kérdések feltevésére, közös beszélgetésre az óvónőkkel.



# HOGYAN SZEREZHETNEK HASZNOS TUDÁST A GYERMEKEK AZ ISKOLÁBAN?

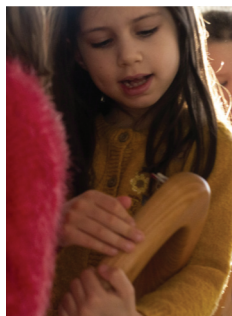
*Komplex gondolkodás, csapatban dolgozás, kreativitás... ezek a készségek, amiket az iskolában kell megtanulni a gyerekeknek*

A **Csillagbölcső Waldorf Iskolában** a gyermekközpontú nevelés és az egyéni figyelem biztosítja mindezt. A tanulás tapasztalatokon, cselekvéseken és művészeti tevékenységeken keresztül történik: a rajz, a festés, a zene, a kézművesség és a mozgás nem kiegészítő tantárgyak, hanem a megértés eszközei. A gyerekek saját ritmusukban haladnak, miközben stabil tudásalapot szereznek és a belső motivációjukból építkeznek. A cél a kíváncsiság, a tanulás iránti vágy fenntartása és olyan fiatalok nevelése, akik képesek kapcsolatban lenni önmagukkal és a világgal.

Egy-egy tantárgyat tömbösítve tanulnak, így mélyebben elmerülhetnek benne. A diákok elsőtől tanulnak angol és német nyelvet, maguknak készítenek tolltartót, kanalat, évente készülnek drámanapi előadásokkal. A szabadság az egyéni fejlődés ritmusában van jelen, de az iskola keretei a normál nevelési elveket képviseli.

## Hogyan tovább?

A nálunk végzett diákok felvételi eredményei kiegyensúlyozottak és sikeresek. A tanulók különböző irányokba – állami gimnáziumokba, technikumokba, művészeti iskolákba – nyerne felvételt, biztos alapkészségekkel, önálló tanulási képességgel. Ezt a lelki rugalmasságot a 8 év tapasztalatai, megélései alakítják ki a gyermekekben.



## Alternatív iskola - itt mindent szabad?

Az iskola a NAT által elfogadott tanmenetet követi, de más pedagógiai módszerekkel tanít. A

Waldorfos diákoknak nincs tankönyvük, de van epochafüzetük, amiket maguk készítenek el az adott tananyaghoz, rajzokkal, szövegekkel együtt.



*Az iskola nyitott azok számára is, akik év közben keresnek iskolaváltási lehetőséget. További információk az alábbi elérhetőségeken.*



# HA KELL A SEGÍTSÉG

- AKÁR NEKED VAGY A GYERMEKEDNEK

## • CSECSEMŐMENTŐ INKUBÁTOR A BÁCS-KISKUN VÁRMEGYEI OKTATÓKÖRHÁZBAN

A csecsemőmentő inkubátor a Nyíri út 38. szám alatt, a Főbejárati Porta mellett található, melyet a hátsó oldalon, a külső parkolóház felől lehet megközelíteni. A vármegyei kórházban azok az anyák helyezhetik el az újszülött gyermekeiket – a névtelenségüket megtartva - akik valamilyen okból nem tudják vállalni, hogy maguk gondoskodjanak a kicsinyekről. A rendszer automatikusan észleli az érkezést mozgásérzékelők segítségével, és jelez a portán a biztonsági szolgálatnak. Az anonimitás megőrzésének érdekében nincsenek kamerák, a szülőnek van ideje elhagyni a helyiséget.

A gyermek a fűtött inkubátorban biztonságban van, a szakképzett munkatársak az újszülött részlegről néhány percen belül megérkeznek érte, a csecsemő a megfelelő szakmai ellátást és gondoskodást megkapja.

## • NANE EGYESÜLET NŐK A NŐKÉRT EGYÜTT AZ ERŐSZAK ELLEN

+36 80 505 101 (Ingyenes)

Hívható: hétfő, csütörtök, péntek este 18-22 óra, kedd 10-22 óráig és szerdán 12-16 óra között.

## • KECSAP ALAPÍTVÁNY

Jelmondatunk: *Nagy dolgokat nem tehetünk az életben, csak kis dolgokat nagy szeretettel.*

*Teréz anya*

Az Együtt a Kecskeméti Családokért Alapítvány, azaz az E-KECSAP olyan kezdeményezés, amelyet egyszerű emberek álmodtak meg, egyszerű célokkal. Szeretnénk olyan kisgyermekes családoknak segítő kezet nyújtani, amely családok önmagukért is igyekeznek mindent megtenni, ám bizonyos okoknál fogva mégis rászorulnak mások jóindulatára, adományára. Mivel négy védőnő is van az alapítók között, a mi és kollégáink szűrőjén keresztül jutnak el hozzánk a segítségre váró családok.

Célunk, hogy megkönnyítsük a rászorultak és az adományozók egymásra találását, hogy a felkarolt családjaink életminősége jelentősen javuljon, ezáltal könnyebben talpra álljanak, gyermekeik nyugodtabb körülmények között tanulhassanak. Nem csupán tűzoltást szeretnénk végezni. Igyekszünk a lehető leghatékonyabb módon, hosszú távon segíteni, így többször leülünk beszélgetni a családokkal arról, milyen céljaik vannak. Törekszünk arra, hogy ők maguk jöjjenek rá, hogyan tudnának változtatni életükön, mi pedig ehhez igyekszünk megadni a kellő segítséget.

+36 20 410 8167 (Kis Éva)

Facebook: @Ekecsap

email: kecsapalapitvany@gmail.com



• **MAGYAR MÁLTAI SZERETETSZOLGÁLAT EGYESÜLET CSALÁDOK ÁTMENETI OTTHONA**

Cím: Kecskemét, Hoffmann János utca 11.,  
Telefon: +36 76 485 696

• **KECSKEMÉTI KORAMENTORHÁZ**

Kecskeméten a Koramentorház jelenleg pszichés támogatást nyújt egyéni tanácsadás keretei között, díjmentesen.

- egyéni pszichológiai konzultáció
- perinatális szaktanácsadás
- veszteség - és gyászfeldolgozás

Pszichológiai tanácsadás személyes vagy online módon, Bársonyné Kis Klára egészségpszichológusnál.

Cím: 6000 Kecskemét, Klapka utca 9-11. 2/213

Bejelentkezés:

[www.koramentorhaz.hu/idopontfoglalas\(kecskemett\)](http://www.koramentorhaz.hu/idopontfoglalas(kecskemett))

További kérdés esetén bátran keressen:

+36 70 678 7925

• **KECSKEMÉTI ÁLDOZATSEGÍTŐ KÖZPONT**

Kecskemét, Arany János u. 10., +36 76 795 955

E-mail: [askkecskemett@im.gov.hu](mailto:askkecskemett@im.gov.hu)

[www.vansegitseg.hu](http://www.vansegitseg.hu)

Nyitva tartás: hétfő: 8.00-18.00, kedd: 8.00-17.00,

szerda, csütörtök: 8.00-16.30, péntek: 8.00-14.00

0-24 órás áldozatsegítő vonal: +36 80 225 225

• **CSALÁD- ÉS GYERMEKJÓLÉTI KÖZPONT**

Családsegítés és Gyermejjóléti Szolgáltatás,

Kecskemét, Olimpia u. 6.,

[csaladsegito@alapellatas.hu](mailto:csaladsegito@alapellatas.hu), +36 76 507 630

• **EGÉSZSÉGÜGYI ÉS SZOCIÁLIS INTÉZMÉNYEK IGAZGATÓSÁGA ANYATEJGYŰJTŐ ÁLLOMÁS**

Kecskemét, Piaristák tere 7., +36 76 514 065

Bővebb információ: [www.eszii.hu](http://www.eszii.hu)

Várjuk azoknak az édesanyáknak a jelentkezését, akiknek saját babájuk szoptatása mellett többlet teje termelődik (már napi 200 ml is sokat jelent), hogy továbbadhassuk a leginkább rászorulóknak, hiszen minden cseppje kincs! Segítsen, hogy segíthessünk!

• **LELKI ELSŐSEGÉLY TELEFONSZOLGÁLAT**

Telefon: 116 123 (a nap 24 órájában minden hálózatról ingyenesen hívható)

E-mail: [nemvagyegyedul116123@gmail.com](mailto:nemvagyegyedul116123@gmail.com)

(72 órán belül válaszolunk)

• **HÍRÖS CSALÁDMENTOR EGYESÜLET**

10 nő, akik évek óta lelkes szervezői és támogatói a családoknak, egyesületbe tömörültek és erőiket egyesítve, tudásukat és tapasztalatikat átadva létrehozták a Hírös Családmentor Egyesületet (rövidítve HÍRCSE).

Az egyesületük célja az egészséges életmód támogatása, családok jól-létének erősítése, a családok megfelelő információval való ellátása, tájékoztatása, különös tekintettel a várandósság, szülés, szoptatás és gyermekes lét időszakában. Ennek a célnak megfelelő rendezvények, programok, előadások, klubok-körök tartása.

Elnök: Kis Éva, Társelnökök: Butkáné Kis Regina és Fehér-Szenti Annamária

[www.hircse.hu](http://www.hircse.hu) [egyesulet.hircse@gmail.com](mailto:egyesulet.hircse@gmail.com)





# BABA-MAMA KLUBOK

## EVANGÉLIKUS BABA-MAMA KLUB

Helyszín: Evangélikus Lelkészi Hivatal  
Kecskemét, Arany János utca 1.  
Időpont: Kéthetente szerda 10 óra. Pontos időpon-  
tokról érdeklődjön a megadott elérhetőségeken!  
Témák: Az anyukák, a hasonló helyzetben lévők  
közösségében lelkiekben gazdagodhassanak, és  
tapasztalatokat cserélhessenek a gyermekneve-  
léssel kapcsolatban.  
Kötetlen beszélgetés.  
Vezeti: Kovács Barbara, +36 20 218 6504;  
kecskemet.egyhazkozseg.hu  
A klub ingyenesen látogatható.

## A SZENTCSALÁD PLÉBÁNIA BABA-MAMA KLUBJA

Helyszín: Kecskemét, Irinyi utca 62. bejárat  
a Bolyai Gimnázium felől, babaszoba  
Időpont: minden kedden 9.00–11.00 óráig  
Témák: Közös ima, beszélgetések,  
mondókás éneklés.  
Vezeti: Kovácsné Vesztergombi Júlia  
Telefon: +36 30 530 7249.  
A klub ingyenesen látogatható.

## HÍRCSE CSACSOGÓ

Helyszín: Katona József könyvtár  
Kecskemét, Piaristák tere 8.  
Időpont: minden pénteken 10.00–11.00 óráig  
Jelentkezés és részletek:  
HÍRCSE CSACSOGÓ Facebook csoport

## REFORMÁTUS BABA-MAMA KÖR

Helyszín: Kecskemét, Budai utca 8–10.  
Időpont: minden szerdán 10–12 óráig.  
Témák: receptkör, beszélgetés hitéleti kérdésekről,  
gyermeknevelésről, önismeretről, párkapcsolatról,  
kézműves foglalkozások.  
Vezeti: Molnárné Csitári Krisztina, +36 30 517 6920  
A klub ingyenesen látogatható.

## BABAHORDOZÓS KLUB

Helyszín: Széchenyi István Közösségi Ház  
Kecskemét Széchenyi sétány 6.  
Időpont: hétfőnként 9.30-kor  
web: szik-kecskemet.hu  
Facebook: Széchenyi István Közösségi Ház  
A klub ingyenesen látogatható.  
Vezeti: Weberné Török Marcsi + 36 70 244 6983

# KÖNYVTÁRI FOGLALKOZÁSOK, KLUBOK

A KATONA JÓZSEF KÖNYVTÁR BABA-HANCURKA MONDÓKÁZÓ  
FOGLALKOZÁSAI, BABA-MAMA KLUBJAI KECSKEMÉTEN

## BABAHANCURKA - 0-3 éves korig

Katona József Könyvtár,  
Kecskemét, Piaristák tere 8., +36 76 500 567  
Időpont: minden csütörtökön 10.00 és 11.00 óra

Hunyadvárosi Fiókkönyvtár,  
Kecskemét, Kandó Kálmán utca 14., +36 76 800 025  
Időpont: havonta egy alkalommal

Petőfivárosi Fiókkönyvtár  
Kecskemét, Alkony utca 11., +36 76 493 146  
Időpont: havonta egy alkalommal

Hetényegyházi Fiókkönyvtár  
Hetényegyháza, Posta utca 3., +36 76 320 230,  
Időpont: havonta több alkalommal

Méntelevi Fiókkönyvtár  
Méntelek, Kecskeméti út 41., +36 76 417 776.  
Időpont: havonta egy alkalommal

Széchenyivárosi Fiókkönyvtár  
Kecskemét, Széchenyi sétány 6., +36 76 377 830.  
Időpont: havonta egy alkalommal

## HELEN DORON BABA ANGOL FOGLALKOZÁSOK

3 hónapostól 2 éves korig havonta egy alkalommal:  
Helyszín: Katona József Könyvtár,  
Kecskemét, Piaristák tere 8.

Információ: [www.kjmk.hu](http://www.kjmk.hu). Valamennyi könyvtári program  
ingyenes, viszont előzetes regisztrációhoz kötött.

# BBAVÁRÓ HÉTFŐ ESTÉK

**Információs esték várandós kismamáknak, apáknak, nagyszülőknek és minden érdeklődőnek. A Hírös Agóra Ifjúsági Otthonban a TANDEM Kapcsolatműhely és a Hírce - Hírös Családmentor Egyesület szakembereivel. (Kecskemét, Kossuth tér 4.)**

Egész évben, minden hónapban négy téma kerül sorra hétfőnként 17:00-tól 18:00-ig! Minden hónap

- **Első hétfő:** Szülés - A pozitív szülésélmény egyszerű titkai, Némáné Staar Ella, szülésfelkészítő, szüléskísérő, dúla
- **Második hétfő:** Babagondozás, gyermekágy - Természetesen jó! Némáné Staar Ella dúla, baba-masszázs oktató
- **Harmadik hétfő:** Szoptatás - A csodálatos anyatej Kis Éva védőnő, szoptatási szaktanácsadó, szülő-csecsemő konzulens
- **Negyedik hétfő:** Hordozás - A testközeliség harmóniája és praktikuma, Butkáné Kis Regina, baba-hordozási tanácsadó, sírós-többemberes babák szakértője.

Ismerd meg a korszerű és családbarát gyakorlatokat, amelyek megalapozhatják az egészséges kötő-

dést, a minél örömtelibb szülő-gyermek kapcsolatot!  
Aktuális időpontok és információk a Babaváró hétfő esték Facebook eseménynél. A részvétel díjtalan, bejelentkezést kérünk a FB eseménynél!  
Néma Attiláné Ella +36 30 497 0909

## SZÜLÉS SZÍVVEL-LÉLEKKEL Facebook csoport

A csoport hasznos infókat nyújt a babát váróknak, kisgyermekes szülőknek szakemberek részvételével.  
<https://www.facebook.com/groups/szulesshivellekkel>  
Néma Attiláné Ella +36 30 497 0909

## KECSKEMÉTI DÚLAKÖR

Szakmai műhely kecskeméti dúlák (professzionális szüléstámogatók) részvételével a szülés-születés minőségéért, a családok hatékonyabb támogatásáért, szülésfelkészítés - szüléskísérés - szülésfeldolgozás témakörben.

Keress minket bizalommal!

Aktuális programok és információk:  
<https://www.facebook.com/kecskemetidulakor>  
Néma Attiláné Ella, +36 30 497 0909

# HASZNOS OLDALAK, CSOPORTOK

AMELYEKET KECSKEMÉTI

ANYAKÉNT ÉRDEMES KÖVETNEK

KERESD A WEBEN AZ ALÁBBI OLDALAKAT:



KECSKEMET.IMAMI.HU • ESZII.HU  
GYERMEKALAPELLATAS.HU • KMK.HU • EVITA.HU

KERESD A FACEBOOKON AZ ALÁBBI CSOPORTOKAT:

- Anyatejadás és szoptatás támogatás  
Kecskemét és környékén
- Baba-Mama kérdezz-felelek – Kecskemét
- HIRCSE CSACSOGÓ
- Gyerekprogramok  
Kecskeméten és térségében
- Kecskeméti Hordozós Klub
- Kecskeméti Anyukák Klub
- Kecskeméti bababörze (ruha, egyéb)
- Kecskeméti Baba-Mama Adok Veszek
- Kecskeméti belvárosi anyukák börzéje
- Kecskeméti Baba mama Klub
- Kecskeméti mosható pelusos Anyukák
- Kismamaruha adok-veszek országos
- TB-kisokos (nemcsak) kismamáknak \*  
Kérdések és válaszok
- VBAC csoport érintetteknek és segítőknek

## HÍRŐS NAGYIK, A KECSKEMÉTI CSALÁDOK SEGÍTŐI

A Nagyik legfontosabb feladata, hogy segítséget nyújtsanak a szülőknek a gyerekekkel való törődésben. Erre a feladatra készíti fel őket a 46 órás képzés, melyet a CédrusNet Kecskemét program szervez. A szülők sokszor nem tudják megoldani a munkájuk mellett, hogy időben elhozzák a gyereket az óvodából/iskolából, és még a különóra, edzésre is odaérjenek vele. Sok esetben az „igazi” nagyszülők még dolgoznak, vagy távolabb laknak, így a hétköznapi feladatokban nem tudnak segíteni a fiataloknak. A HírősNagyikkal nemcsak a családi logisztika lesz könnyebb, hanem - ha a szülők kéri - a Nagyik tanulnak a gyerekekkel, kikérdezik a leckét, megtanítják őket varrni, kötni, sütni, főzni. A cél nemcsak a gyermekfeltügyelet, hanem a hasznos, minőségi időtöltés. Természetesen a Nagyik akkor is rendelkezésre állnak, ha a szülők kimenőt szeretnének.

## HOGY LEHET IGÉNYBE VENNI A SZOLGÁLTATÁST?

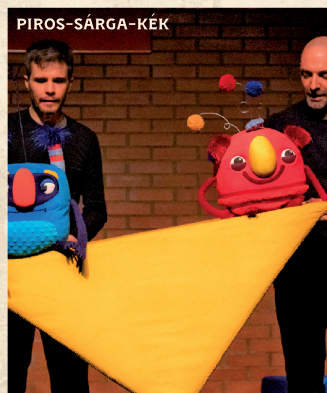
Hívja a **+36 76 444 583**-as telefonszámot, vagy keressen minket személyesen a **Széchenyi István Közösségi Házban (Kecskemét, Széchenyi sétány 6.)** található irodánkban és jelezze igényét. A Nagyik szolgáltatása óradíjas, melynek mértéke a család és a HírősNagyi közötti megállapodástól függ. **További információ:** <https://www.cedrusnetkecskemett.hu/>, <https://www.facebook.com/cedrusnetkecskemett>



# BABAELOADÁSOK A CIRÓKA BÁBSZÍNHÁZBAN KEDVES SZÜLŐK!

KECSKEHÉY HUNGARY  
**CIRÓKA**  
BÁBSZÍNHÁZ  
ALAPÍTVÁNY  
~1986~

A gyerekek érzelmi fejlődésében fontos szerepet játszanak a közösen megélt élmények. Bábszínházunk speciális, négy éven aluliakat megszólító előadásai ilyen élményt kínálnak a kisgyermekes családoknak. Az elsősorban mozgásra, hangokra, látványra épülő produkciók már 10-12 hónapos kortól várják a kicsiket, akik barátságos hangulatú teremben párnán ülve, vagy a felnőtt biztonságot adó öléből csodálkozhatnak rá a színház varázslatos világára. A 20-25 perces meséket közös játék, labdázás, a szereplőkkel, bábokkal való barátkozás követi, amely aktív cselekvésre és nyugodt szemlélődésre egyaránt lehetőséget biztosít.



[www.ciroka.hu](http://www.ciroka.hu) • [jegyertesites@ciroka.hu](mailto:jegyertesites@ciroka.hu)

LEGYEN EGY GONDDAL KEVESEBB :)



 **FORNETTI®**



energia



frissesség



szeretet