



**Urząd Miasta Hajnówka**

---

**Plenerowe zajęcia plastyczno-relaksacyjne "Mama i Ja" z okazji Dnia Matki**



**Hajnowski Dom Kultury**

# **mama i ja**



**Z okazji  
DNIA MATKI  
zapraszamy**

**Mamy wraz z dziećmi  
na plenerowe zajęcia  
plastyczno-relaksacyjne.**

**w programie:**

ćwiczenia oddechowe z medytacją  
na wyciszenie i równowagę  
wykonanie MANDALI zainspirowanej  
naturą wokół nas  
poczęstunek ziołową herbatą  
zajęcia odbywają się na terenie HDK

**WSTĘP WOLNY**

**23 maja 2024 r. czwartek godz 17:00**

ZAPISY w sekretariacie HDK nr tel. 85 682 32 03

**Data wydarzenia**

czw., 23/05/2024 - 17:00 - czw., 23/05/2024 - 19:00

## **Kategoria**

Wydarzenia miejskie

Hajnowski Dom Kultury zaprasza Mamy wraz z dziećmi na plenerowe zajęcia plastyczno-relaksacyjne "Mama i Ja" z okazji Dnia Matki

**23 maja (czwartek) godz. 17:00 WSTĘP WOLNY**

### **W programie:**

- ćwiczenia oddechowe z medytacją na wyciszenie i równowagę
- wykonanie MANDALI zainspirowanej naturą wokół nas
- poczęstunek ziołową herbatą
- zajęcia odbywają się na terenie HDK

Zapisy w sekretariacie HDK tel. 85-682-32-03

---

### **Source URL:**

<https://hajnowka.pl/wydarzenie/5196-plenerowe-zajecia-plastyczno-relaksacyjne-mama-i-ja-z-okazji-dnia-matki>