Czy uwierzysz w to, że jeszcze kilka lat temu jedynym w Polsce publicznym miejscem z przewijakiem i kącikiem do karmienia było warszawskie lotnisko na Okęciu?

Malu… to świetny g…

Dzisiaj takich miejsc, które chętnie ugoszczą mamę i smyka, przybywa jak grzybów po deszczu. To dowód na to, jak bardzo zmieniło się podejście właścicieli kin, kawiarni i hoteli do swoich najmłodszych klientów, oraz na to, że zmieniliśmy się również my, rodzice, i nasz sposób spędzania czasu z dzieckiem.

KINO DLA DWOJGA

Ściszony dźwięk, przykręcona klimatyzacja i lekkie światło, aby maluszek się nie obudził ani nie przestraszył. Do tego przewijaki w kątach sali, a także pieluszki we wszystkich możliwych rozmiarach – tak wyglądają niedzielne rodzinne pokazy filmowe w warszawskim kinie Muranów.

– Weekend to najlepszy termin na wyjście do kina dla kobiety na urlopie macierzyńskim. Tak naprawdę to tylko wtedy może na film wybrać się np. z pracującą w ciągu tygodnia koleżanką albo mężem. Nasze niedzielne spotkania „Z dzieckiem w kinie" to próba przywrócenia młodych mam światu – uśmiecha się Patrycja Dołowy z Fundacji MaMa, współorganizującej pokazy dla mam w Muranowie. Dodaje, że atutem muranowskiego cyklu jest repertuar: ambitne nowości z całego świata. Na taki „dorosły" film można przyjść nie tylko z niemowlakiem, który prześpi seans, ale też z większym dzieckiem – zajmą się nim animatorki w holu.

Chociaż kino Muranów jest jedno na całą Polskę, to mamy spoza Warszawy nie powinny czuć się pokrzywdzone: podobne cykle kinowe są organizowane przez kompleksy kin Multikino i Silverscreen, znaj-

gość

W kawiarni dla rodziców możesz urządzić urodziny malca albo umówić się na lunch ze znajomymi. W Fidze z Makiem organizowane są też m.in. teatrzyki i zajęcia dla dzieci.

dujące się w kilkunastu większych miastach Polski. Tutaj filmy dla rodziców wyświetlane są w środy, w samo południe. Godzina jest nieprzypadkowa: zwykle około dwunastej większość dzieci ucina sobie dłuższą drzemkę. W ramach jednego biletu mama może zająć dwa fotele, aby na jednym z nich ustawić np. fotelik samochodowy ze śpiącym malcem. Jeśli przywiozłaś smyka w wózku, zapytaj o fotelik w kinowej kasie – najpewniej będziesz mogła wypożyczyć go na czas seansu.

NA KAWĘ (I MLEKO)

Film się już skończył, a ty masz ochotę na małą czarną? No to wychodzimy z kina i idziemy do kawiarni – ale nie takiej zwykłej, lecz przyjaznej mamie i dziecku. W samej Warszawie w ciągu ostatniego roku powstała ich prawie dziesiątka. Tutaj kawę pije się nie w filiżankach, tylko w kubkach, a kubki odstawia się nie na stolik, tylko na podłogę – bo na niej się właśnie siedzi i bawi z maluchem. W każdej przyjaznej kawiarni znajduje się specjalna strefa skarpetkowa, w której bobas może bezpiecznie raczkować. Pomysły na funkcjonowanie takich kawiarni są różne, jednak ogólna zasada jest zawsze ta sama: tutaj „jak u siebie" mają czuć się nie tylko mali, ale i duzi.

– Moja Figa z Makiem na pewno nie jest typową bawialnią dla maluchów, ale miejscem, gdzie młoda mama może umówić się np. ze swoją bezdzietną przyjaciółką i obie będą tak samo zadowolone – mówi Małgosia Kosiba, prowadząca jedną z najpopularniejszych w Warszawie sklepokawiarni dla rodziców.

Co ciekawe, w kawiarniach dla mam wcale nie potrzeba specjalnego miejsca dla karmiących mam.

– Klientki pytane o kącik do karmienia odpowiadały, że jego rolę świetnie spełniają nasze obie sale zabaw – mówi Agnieszka Ciszewska, właścicielka innej warszawskiej kawiarni, Kredcafe.

Skoro już mowa o karmieniu – mocną stroną kawiarni dla mam i dzieci jest jedzenie. Na sam widok menu Kredcafe cieknie ślinka: domowa pomidorówka, naleśniki z mąki żytniej, tosty w różnych odsłonach, muesli zbożowe na jogurcie waniliowym, koktajle owocowe... Potrawy są tak zdrowe, że mogą zastąpić dania ze słoiczków.

– Tylko ekologiczna żywność! Warzywa bez dodatku chemii i mięso bez antybiotyków i hormonów – mówi Agnieszka Ciszewska z Kredcafe.

WARSZTATY DLA MAM

Jeżeli kawa jest wypita, a maluch najedzony, ruszamy dalej. Kolejny przystanek to warsztaty dla rodziców. Możesz w nich przebierać do woli: na jednych nauczysz się wiązać chustę do noszenia dziecka, na innych porozmawiasz o tym, jak radzić sobie ze złością na dziecko, na kolejnych (najpopularniejszych!) zajmiesz się rozwojem osobistym: swoim i malucha.

– Tutaj można nie tylko dowiedzieć się czegoś ważnego o sobie czy dziecku, ale

IMPREZA W DOMU

Masz za daleko do najbliższej kawiarni przyjaznej mamie i dziecku? W twoim kinie nie ma pokazów dla rodziców z niemowlętami? Zorganizuj je więc sama. Wystarczy, że umówisz się z poznanymi na placu zabaw mamami, że raz albo dwa razy w miesiącu spotykacie się u jednej z was na kawę, domowe ciasto i dobry film. Takie spotkania pomogą wam przegnać codzienną monotonię, a dla maluchów są świetną okazją, aby poznać inne dzieci.

Fitness albo joga z malcem? To modne i zdrowe!

też spotykać kobiety w podobnej sytuacji życiowej: na początku macierzyństwa – mówi Jola Bylica, prowadząca cykl warsztatów „Mama, tata, czyli ja".

To, że towarzyski aspekt zajęć jest tak samo ważny jak ten edukacyjny, wyraźnie było widać na ostatnich przed wakacjami warsztatach prowadzonych przez Jolę Bylicę. Mamy wymieniały się numerami telefonów i deklarowały, że we wrześniu zjawiają się w tym samym składzie.

HOTEL PRZYJAZNY DZIECIOM

Zanim jednak wrócimy na wrześniową edycję warsztatów, najpierw zaplanujmy urlop. Hoteli, które otwierają swoje drzwi przed dziećmi, jest mnóstwo, a dzięki trwającej już kilka lat akcji „Hotel Przyjazny Rodzinie" możesz sprawdzić, które z nich rzeczywiście są warte odwiedzenia.

– Każdy ze zgłaszających się hoteli jest weryfikowany: do losowo wybranych jedzie nawet tzw. tajemniczy gość (oczywiście ze swoimi dziećmi), który, udając zwykłego klienta, sprawdza, co hotel oferuje rodzicom i maluchom. Te hotele, które spełniają nasze standardy, dostają certyfikaty i oznaczenia: słoneczka (od 1 do 5). O wyróżnionych hotelach rodzice mogą przeczytać na naszej stronie internetowej: www.dzieckowhotelu.pl – opowiada Viola Hamerska, pomysłodawczyni projektu. Kapituła konkursu sprawdza m.in. dostępność podgrzewaczy do butelek, wanienek czy nocniczków (przecież trudno to wszystko spakować do auta). Dodatkowe punkty przyznawane są także np. za możliwość zatrudnienia na kilka godzin hotelowej niani, dziecięce menu w restauracji albo za plac zabaw przed hotelem.

– W tym roku oceniamy też nastawienie obsługi hotelowej do najmłodszych gości. To bardzo ważne. I niestety widzimy, że czasem jeszcze nad tym hotelarze muszą popracować – mówi Viola Hamerska. Całkowicie się z tym zgadzamy: nawet najwygodniejsze łóżeczko nie wynagrodzi braku uśmiechu pani recepcjonistki na widok malca.

Maluch w hotelu może czuć się... jak w domu! Hotelarze coraz częściej oferują maluchom nie tylko specjalne menu, ale też pomysłowe atrakcje umilające pobyt.

IDZIEMY NA ZAKUPY?

Pomarudźmy jeszcze trochę: nie tylko hotele muszą nadrobić braki, ale także nasze sklepy. W wielu supermarketach brakuje przewijaków albo ławeczek, na których mama może przysiąść z malcem. Na szczęście są też takie sieci sklepów, w których troska o dzieci jest widoczna już na samym wejściu. Sztandarowy przykład to meblowy koncern IKEA. Szerokie miejsca parkingowe dla rodzinnych samochodów, przewijaki w toaletach, miła obsługa, kasy pierwszeństwa dla mam...

– W każdej polskiej IKEA mamy mały plac zabaw, a dodatkowo w prawie każdej (tylko we Wrocławiu jeszcze nie) jest jeszcze Smalandia, czyli małpi gaj, gdzie rodzice mogą zostawić malucha na godzinę pod opieką animatorek. Ale co ważne, także poza strefami zabaw dzieci mogą czuć się u nas swobodnie. Nigdy nie usłyszą: „nie wolno" czy „nie dotykaj" – mówi Karolina Horoszczak z biura prasowego sieci IKEA.

Na koniec dobra wiadomość: kina, hotele, kawiarnie czy sklepy to jeszcze nie wszystko. Coraz częściej przyjazne dla rodziców stają się także księgarnie, urzędy państwowe, a nawet muzea, do niedawna słynące z niemiłego traktowania dzieci.

A co my, rodzice, możemy zrobić, aby zmiany następowały szybciej? Oczywiście – wychodzić z malcem. Dopytywać o przewijaki i kąciki zabaw. I przekonywać niedowiarków własnym przykładem, że rodzice i dzieci to naprawdę świetni goście :)

FOT. ARCH. MTJ, OVERLINE

POMOŻE INTERNET!

W sieci znajdziesz informację o sprawdzonych miejscach, a także listę tych... do których lepiej z dzieckiem nie wchodzić. Które strony internetowe pomogą aktywnym rodzicom?

FORA REGIONALNE. Kto lepiej niż inne mamy wie, dokąd w okolicy można zabrać maluszka i dobrze się bawić? W dodatku na regionalnym forum nie tylko uzyskasz sprawdzone informacje, ale też być może poznasz inne mamy, z którymi będziesz mogła umówić się na wielkie wyjście.

SERWISY SPOŁECZNOŚCIOWE. Wiele księgarni, kawiarni albo muzeów przyjaznych rodzicom i dziecku ma już swoją stronę na Facebooku. Jeśli ją „polubisz", będziesz regularnie dostawała informacje o organizowanych przez te instytucje wydarzeniach.

PORTALE DLA RODZICÓW. Np. Czasdzieci.pl albo Qlturka.pl. Na stronach tych portali znajdziesz nie tylko aktualny kalendarz wydarzeń dla rodziców z dziećmi, ale też opisy miejsc, które warto odwiedzić z maluchem.