

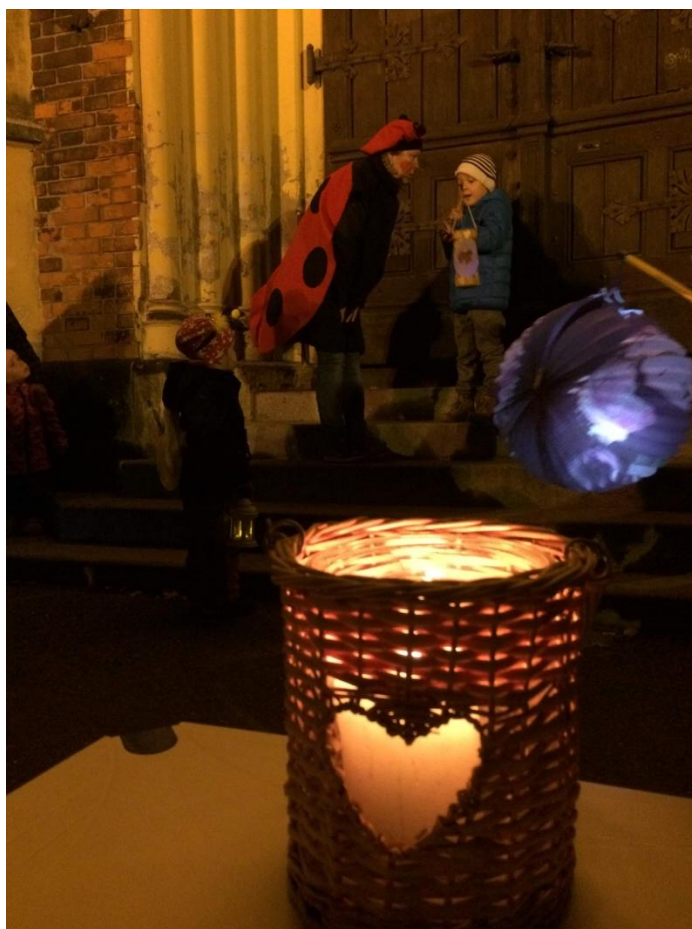


H N Í Z D O

Mateřské a rodinné
centrum Zábřeh, z.s.

VÝROČNÍ ZPRÁVA

ROK 2018



Poslání a historie mateřského a rodinného centra

Cíle sdružení dle nových stanov

Primární prevence patologických jevů v rodině a ve společnosti, aktivní zapojování rodin do života v komunitě, neformální vzdělávání a aktivity s cílem návratu k tradicím a sekundárně pak sociální inkluze. Spolek staví svoji činnost na principu svépomocných skupin.

K podpoře svého poslání provozuje zejména tyto činnosti

- zřizuje svépomocné skupiny prevence patologických jevů v rodině a ve společnosti,
- poskytuje poradenství v oblasti potřeb rodiny,
- organizuje programy pro aktivaci rodin,
- nabízí vzdělávací programy pro děti, rodiče i prarodiče zaměřené především na zprostředkování odborných poznatků z oblastí rodinného života, rodinné výchovy, pedagogiky a psychologie, zdraví, ekologie aj.,
- vytváří prostor pro vícegenerační pospolitost, vzájemná setkávání a předávání zkušeností,
- pořádá akce pro širokou veřejnost,
- podílí se na obnově tradic v obci,
- spolupracuje s dalšími organizacemi v komunitě a i s představiteli obce.

Mateřské a rodinné centrum Hnízdo Zábřeh nepodporuje filozofii brzkého odloučení dítěte od matky, nenabízí tedy dopolední hlídání a péči o děti do 3 let. Je si ovšem vědomo náročnosti povolání a služby rodiče na tzv. rodičovské dovolené, sociální vyloučenosti, a tak svojí činností podporuje rodiče ve výměně vzájemných zkušeností, v možnosti rozvinout své schopnosti a dovednosti dalším důležitým směrem.

Historie

- ✚ Od roku 1997 neformální setkávání maminek v Katolickém domě
- ✚ 12. 3. 1998 vznik občanského sdružení Mateřské a rodinné centrum Zábřeh
 - Klubovna v Katolickém domě
 - Pravidelný program dvakrát týdně (Maminec = klub maminek, Barvínek = klub dětí)
- ✚ Rok 2003 vedoucí MRC zaměstnankyní o. s.,
- ✚ Rok 2007 změna názvu na Hnízdo, Mateřské a rodinné centrum Zábřeh, o. s.
 - Pronájem prostor v ZŠ Zábřeh, B. Němcové 15
 - Postupné rozšíření programu na každodenní provoz
- ✚ Rok 2013
 - Ukončení nájmu prostor v ZŠ Zábřeh
 - Nově pronajaté prostory Masarykovo nám. 7, Zábřeh od společnosti Talorm a.s. za zvýhodněných podmínek od společnosti Charita Zábřeh
 - Založen facebookový profil
 - Změna statutárního zástupce, výkonného týmu

Činnost centra v roce 2018

Pravidelné dopolední aktivity:

Pondělí:

Volná herna, prostor pro sdílení zkušeností rodičů na rodičovské dovolené, možnost pro rodiče, prarodiče prožít čas jinde než doma, s jinými hračkami, jinými lidmi a jinými dětmi, rozvíjet sociální dovednosti dětí, zapojení do kolektivu před nástupem do školních zařízení.

Úterý:

Pravidelné přednášky, workshopy a semináře na témata, která rozšiřují obzor nejen rodičů na rodičovské dovolené, umožňují setkání s odborníky na témata z oblasti výchovy dětí, pedagogiky, rané péče o děti, zdravém životním stylu, o vztazích mezi lidmi a o vztahu k sobě samému.

Středa:

Středeční dopolední program je věnovaný kreativnímu tvoření. Nabízíme maminkám jednoduché a efektní vyrábění s dětmi, které je provázeno zpíváním a hraním na hudební nástroje, vzniká tak prostor pro interaktivní vnímání hudby a relaxaci dětí i rodičů.

Čtvrtek:

Pravidelné cvičení v tělocvičně Základní školy Boženy Němcové, při kterém děti získávají základní pohybové návyky, posilujeme dobrý psychomotorický rozvoj dítěte a probíhá příprava na vstup do mateřské školy.

Pátek:

Čas určený k setkávání rodičů s malými dětmi, duchovně – duševní obnova, čas pro zklidnění.

Pravidelné odpolední aktivity:

Pravidelný program probíhá každou středu odpoledne a je určený zejména rodičům a dětem, kteří do Mateřského a rodinného centra docházeli a nyní již pracují a rádi zavzpomínají na dobu strávenou v Hnízdě a setkají se s přáteli. Za nepříznivého počasí je program v klubovně Hnízda.



VZDĚLÁVÁNÍ

Cílem úterních besed je zvýšit informovanost v oblasti finanční gramotnosti a personalistiky, rodinné psychologie, speciální pedagogiky, zdravého životního stylu. Rodiče mají možnost setkat se s odborníky na různá témata a je nabízen zdarma.

V roce 2018 jsme uskutečnili přednášky a besedy na tato témata:

Novoroční setkání v Hnízdě
Šátkování – Adéla Reichlová
Kurzy Alfa – Mgr. Karla Hrochová a Lenka Hamplová
Agrese jako součástí života, jak s ní pracovat? – Mgr. Zuzana Starošítková
Odpojení muži - Ing. et Mgr. Marie Jílková
Domácí škola (osobní zkušenost) – Pavla Kratochvílová
Jak a kdy mluvit s dětmi o sexu? – Mgr. Jana Stejskalová
Cvičení po porodu a péče o jizvu – Mgr. Veronika Papoušková
Dítě v srdci – perinatální hospic – Bc. Petra Kolčavová
Jak slavíme Velikonoce v rodině – Mgr. Marie Hojgrová
Hejného matematika – Mgr. Vladimíra Valová
Zásady první pomoc – Lenka Barvířová
Pohled do světa neslyšících – Bc. Tereza Tillová
Nejoblíbenější recept naší rodiny aneb rodina spolu
Jak moc je důležitá rodina – Mgr. Zuzana Starošítková
Dechová rehabilitace aneb cvičíme i dýcháním – Mgr. Veronika Papoušková
Fake news – Mgr. Karla Hrochová
Nejčastější letní zdravotní potíže a jak na ně – Mgr. Veronika Gettin
Letní tipy a doporučení na dovolenou
Předprázdninové mejdan v Hnízdě
Záříjové setkání v Hnízdě
Co kluci potřebují – jak jiná je výchova kluků a děvčat? – Mgr. Zuzana Starošítková
Jak usnadnit dětem vstup do MŠ – Mgr. Jaroslava Rýznarová
Nenuťte mě na nočník, noční pomočování a jak jej řešit - Mgr. Veronika Papoušková
Katecheze Dobrého pastýře – Bc. Petra Kolčavová
Jak dostat etické hodnoty k dětem do škol – Ludmila Pohanková, DiS.
Vadné držení těla u dětí – včasné rozpoznání a řešení - Mgr. Veronika Papoušková
Anorexie a bulimie – příčiny, následky a léčby – Mgr. Jana Stejskalová
Dětský pláč a emoce – Ing. Mgr. Markéta Horáková
Raná péče a její práce v rodinách v rámci týdne rané péče – Mgr. Tereza Smolková, Mgr. Tereza Pořízková
Jak zužitkovat maximum a vyhodit minimum aneb Zero waste – Mgr. Tomáš Orehek
Jak pomoci dětem budovat zdravé sebevědomí – Mgr. Zuzana Starošítková
Advent v rodině aneb přijďte se inspirovat – Mgr. Marie Hojgrová
Smrt v rodině – Mgr. Jana Nováková, PhD.
Předvánoční setkání u adventního věnce

Odborníci, kteří přijali naše pozvání

Markéta Chmelařová – zdravotní sestra

Ing. Mgr. Marie Jílková – bývalý zástupce Poraden pro matku a dítě

Soňa Kolářová – vedoucí pobočky SOS dětské vesničky

Mgr. Tomáš Orehek – specialista z Charity Zábřeh

Mgr. Jana Nováková, PhD. – nemocniční kaplan FN Olomouc

Mgr. Zuzana Starošíková – psychologka

Mgr. Tereza Smolková, Mgr. Tereza Pořízková – Raná péče

Mgr. Veronika Papoušková - fyzioterapeut

Mgr. Veronika Gettin – zdravotnice

a mnoho dalších (viz výše)



Jednorázové akce pro veřejnost

MRC Hnízdo realizovalo několik jednorázových akcí organizovaných pro občany města Zábřeh, zvláště pro rodiny s dětmi. Dané aktivity jsou pořádány pravidelně každým rokem s cílem nabídnout rodinám možnost společně se sejít a prožít sportovní či kulturní akci, aktivně se zapojit do vytváření kultury města. Reagovali jsme na současnou problematiku rodiny, vystavené vlivu médií, zvláště počítačů, na trávení času jednotlivých členů separovaně, ale i tender teorie. MRC se tímto projektem snaží nabídnout zajímavou a finančně nenáročnou alternativu.

- **Národní týden manželství – únor 2018** - osvětová kampaň na podporu institutu manželství letos na téma **Manželství bez mýtů** - formou dotazníku jsme se snažili otevřít téma manželství a mýty. Po ukončené anketě, jsme v Hnízdě uspořádali besedu a ze sesbíraných odpovědí jsme vytvořili přehled mýtů a pravd týkající se manželství.

- Velikonoční workshop

- **Vyrábíme pomlázky,** kdy jsme spolu s tatínky pletli pomlázky na Velikonoční pondělí
- **Tvořivá Velikonoční dílnička pro děti**



- **Zachraňte město s rodinou** – městská hra určená pro rodiny s dětmi, která nás zavedla do historie města Zábřeh a cílem bylo motivovat rodiny trávit čas společně a dozvědět se formou hry o našem městě více. Na několika stanovištích rozmístěných v blízkosti centra města rodiny pomáhaly nejrůznějšími způsoby zachránit město např. před potopou, požárem, ale i hloupostí.
- **Jak moc jsme pohlceni moderními technologiemi – PhDr. Mgr. Jeroným Klimeš, PhD.** – odpolední přednáška pro širokou veřejnost s renomovaným českým psychologem, který se intenzivně věnuje oblasti rodiny a církevně-pastorální psychologií. Dříve se zabýval i policejní psychologií a psychologií reklamy.

- **Specifika mužské a ženské výchovy -PhDr. Lukáš Engelmann –** odpolední přednáška pro širokou veřejnost, která byla věnována hodnotám tradiční rodiny a jednotlivým rolím uvnitř ní. Přednáška o nezastupitelnosti muže a ženy, novodobých jevů (dospělí lidé, žijící stále u rodičů bez partnera) a dalších.

- **Pohádkový les** ve spolupráci se Skaut Skalička Zábřeh ukončený divadlem pro děti v podání divadélka S Radostí – snaha přiblížit dětem první pohádky pro děti, setkání s postavičkami ze známých dětských pohádek a plnění jednoduchých úkolů. Tento rok jsme pohádkový les obohatili o nejčastější handicapy lidí, se kterými se děti mohou setkat. Snahou bylo přiblížit jejich postižení názorným vyzkoušením a naučit se správně reagovat při případném setkání. Součástí bylo i naučení telefonních čísel první pomoci formou hry.



- **Závod na odrážedlech** pro rodiče a děti – závod malých dětí s cílem podpořit zájem o sport i takto malých dětí tentokrát jsme využili k soutěžení Wolkerovy sady.



- **Tvoření pro perinatální hospic Dítě v srdci** (možnost rozhovorů rodičů, kteří ztratili dítě příliš brzy)

- **Kurz efektivního rodičovství** – Bc. Marcela Anežka Kořenková – vzdělávací program pro rodiče, jehož cílem je praktický nácvik nejčastějších problémových situací, se kterými se rodiče při výchově svých dětí setkávají. Poskytuje rodičům podporu a pomoc při zvládání výchovných postupů, jež by vedly k dobrému fungování vztahu rodič a dítě a



k celkovému pocitu spokojenosti v rodině.

- **Lampionák s broučky** aneb uspávání broučků – procházka rodičů a dětí s lampiony po „hrázi“ k radnici za doprovodu dvou broučků. Cílem je upozornit děti na blížící se zimu a připomenout jim cyklus, který se odehrává v přírodě.



- Adventní workshop
 - o **Tvoření adventních věnců aneb prožíváme tradice v rodině**
 - o **Adventní dílnička pro nejmenší**

- **Maňásková divadla**

- o O Budulínkovi, O koblížkovi
- o Pohádky a písničky pro nejmenší, O veliké řepě

- **Duchovní obnovy**

- o **Manželství – obyčejná svátost?** – P. Ján Jakubovič (DO pro manžele)
- o **Biblické tance** – Věra Kulišťáková, Monika Kuzmová (DO pro ženy)
- o **Inspirace papeže Františka pro rodiny** – P. Jan Balík (DO pro manžele)



Lidé v Hnízdě

- *Irena Švédová* – manažerka centra – zajišťuje každodenní chod centra, koordinuje dobrovolné pracovníky, komunikuje s klienty, zařizuje administrativu centra, organizace přednášek
- *Mgr. Karla Hrochová* – organizace přednášek, výpomoc s organizací jednotlivých akcí
- *Bc. Tereza Tillová* – statutární zástupce – zajišťuje komunikaci s úřady, koordinaci týmu, marketing, projektovou činnost
- *Ing. Marcela Cahová* – účetní
- *Ing. Vladimíra Václavková* – dobrovolník, střeční tvoření, výpomoc s jednorázovými akcemi
- *Mgr. et Mgr. Daniela Johnová* - výpomoc s organizací jednotlivých akcí, komunikace s veřejností
- *Eva Pátková* – výpomoc s organizací jednotlivých akcí
- *Mgr. Marie Hojgrová* – podílí se na přednáškové činnosti Hnízda, výpomoc s jednorázovými aktivitami
- *Markéta Johnová* – výpomoc s marketingem, jednotlivou činností Hnízda, zajišťuje zpívání s rodiči a dětmi, dětská divadýlka
- *Tomáš John* – výpomoc při jednotlivých akcích
- *Pavel Švéda* – výpomoc s organizační činností Hnízda, technická výpomoc
- *František Rochovanský* – výpomoc s webovými stránkami
- *Mgr. Alžběta Navrátilová* – výpomoc s tvořením plakátů a grafiky Hnízda
- *Martin Hojgr* – dopravní policista, výpomoc při jednorázových akcích
- *Aj.*



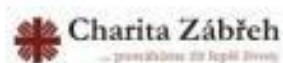
Podporují nás



Ministerstvo práce a sociálních věcí
www.mpsv.cz



Město Zábřeh
mesto.zabreh.cz



Charita Zábřeh
www.zabreh.caritas.cz



Farnost Zábřeh
Arcibiskupství olomoucké
ww.rkfzabreh.rps.cz
www.ado.cz



Mobile Solutions s.r.o.
www.mobile-solutions.cz



Pramet Tools s. r. o.
www.dormerpramet.com

Poděkování

- **Ministertvu práce a sociálních věcí** za dotaci v projektu Rodinný kompas
- **Městu Zábřeh** za podporu činnosti a poskytnutí grantu
- Společnosti **Talorm a.s.** za pronájem prostor
- **Farnosti Zábřeh a Arcibiskupství Olomouc** za podporu činnosti
- všem ochotným **přednášejícím** za spolupráci během celého roku
- Všem **jednotlivcům, firmám, sponzorům**, kteří přispěli na činnost Hnízda
- Všem **dobrovolníkům** za pomoc při akcích Hnízda, při umývání oken a jiných nezbytných činnostech
- Všem **návštěvníkům** za zachování přízně
- Za spolupráci s těmito neziskovými organizacemi
 - **Centrum pro rodinný život Olomouc**
 - **Síť mateřských center ČR**
 - **Farnost Zábřeh**
 - **Raná péče**
 - **Charita Zábřeh**
 - **SOS dětské vesničky**
 - **ZŠ Boženy Němcové**

Realizovaný rozpočet roku 2018

	Celkem				
2018	Město činnost	MPSV	Město akce	Vlastní	Celkem
Příjmy					
1. MPSV	0,00	26 145,00	0,00	0,00	26 145,00
2. Město Zábřeh	80 000,00	0,00	21 000,00	0,00	101 000,00
3. Členské příspěvky	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4. Příjmy od uživatelů	0,00	0,00	0,00	85 137,00	85 137,00
5. Úroky z BÚ	0,00	0,00	0,00	11,63	11,63
6. Dary, fondy	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	80 000,00	26 145,00	21 000,00	85 148,63	212 293,63
Výdaje:					
1. Materiálové náklady	0,00	0,00	3 832,00	22 456,00	26 288,00
1.1. Materiál na akce	0,00	0,00	3 832,00	16 667,00	20 499,00
1.2. Ostatní materiál	0,00	0,00	0,00	5 789,00	5 789,00
1.3. Vybavení	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2. Služby	73 400,00	11 100,00	17 168,00	46 188,40	147 856,40
2.1. Poštovné	0,00	0,00	0,00	451,00	451,00
2.2. Akce	0,00	0,00	17 168,00	1 776,00	18 944,00
2.3. Nájemné	35 000,00	11 100,00	0,00	1 377,00	47 477,00
2.4. Členský příspěvek	0,00	0,00	0,00	2 000,00	2 000,00
2.5. Ostatní služby	0,00	0,00	0,00	40 328,40	40 328,40
2.6. Energie	38 400,00	0,00	0,00	-1 374,00	37 026,00
2.7. Poplatky BÚ	0,00	0,00	0,00	1 630,00	1 630,00
3. Osobní náklady	6 600,00	15 045,00	0,00	18 155,00	39 800,00
3.1. Hrubé mzdy	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
3.2. Odvody ke mzdám	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
3.3. Dohody	6 600,00	15 045,00	0,00	18 155,00	39 800,00
	80 000,00	26 145,00	21 000,00	86 799,40	213 944,40
Výsledek hospodaření	0,00	0,00	0,00	-1 650,77	-1 650,77

Pohled do roku 2019

V roce 2019 je cílem Mateřského a rodinného centra Hnízdo udržet činnost v pravidelných a jednorázových aktivitách, nabídnout nové odborníky v přednáškách a nadále nabízet bezpečný prostor pro rodiče na rodičovské dovolené. Hlavním dotačním zdrojem v roce 2019 bude zejména město Zábřeh, podporuje nás Arcidiecéze Olomouc a máme podaný projekt na Ministerstvu práce a sociálních věcí.

Kontakt

Adresa: **Hnízdo, Mateřské a rodinné centrum Zábřeh, z. s.**
IČO : 673 41 632

Doručovací adresa:
Malodvorská 8
789 01 Zábřeh

Klubovna: místo, kde probíhá program centra
Masarykovo náměstí 7, Zábřeh

Kontaktní osoby:

Irena Švédová - *manažerka centra* - tel : +420 603 891 571,
svedova.irena@seznam.cz

Bc. Tereza Tillová - *statutární zástupce* - tel : +420 737 811 983,
terez.tilova@seznam.cz

E- mail centra ahoj@hnizdozabreh.cz

web Hnízda www.hnizdozabreh.cz

facebookové stránky www.facebook.com/hnizdozabreh

