Rodinné centrum Letná

Výroční zpráva za rok 2017

Rodinné centrum Letná

Výroční zpráva za rok 2017

Rodinné centrum Letná

je zapsaný spolek, který vznikl jako občanské sdružení (nezisková organizace) v roce 2004 a od jara roku 2005 začal provozovat hernu v prostorách v Janovského ulici. Hlavním cílem činnosti tohoto spolku je vytvoření inspirativního prostoru pro setkávání rodin s malými dětmi, vzdělávací činnost a organizování různých kulturně společenských aktivit na Praze 7. Důležitým partnerem v komunitní činnosti Rodinného centra Letná (dále jen RCL) je Městská část Praha 7, od níž má RCL pronajaté své prostory a která každoročně nejen finančně podporuje naše aktivity.

V roce 2017 RCL nabízelo čtyři dny v týdnu dopolední hernu a jeden den v týdnu odpolední hernu s programy pro nejmenší děti a jejich rodiče. Fungují zde také odpolední aktivity pro předškolní a mladší školní děti i večerní kurzy určené dospělým. Vedle pravidelného týdenního programu RCL organizuje širokou škálu vzdělávacích aktivit pro dospělé z oblasti výchovy dětí a partnerských vztahů a řadu venkovních i vnitřních akcí pro děti a jejich rodiče spojených většinou s tradičními svátky v průběhu roku.

Prostory RCL zahrnují hernu zařízenou především pro děti předškolkového věku, tělocvičnu (oddělenou místnost pro vzdělávací, pohybové a výtvarné aktivity), vstupní místnost, halu, kuchyňku a zázemí (úklidová komora, WC). Řada klientů oceňuje rodinný charakter RCL, kde se mohou pravidelně v užším okruhu osob setkávat se svými známými i navazovat nové kontakty se sousedy z městské části.

RCL má za dobu své působnosti již zavedený okruh pravidelných návštěvníků. Dopolední hernu navštěvovalo v loňském roce pravidelně cca. 30 dětí a rodin za týden. Na jednotlivé odpolední kroužky chodilo týdně celkem zhruba 80 dětí a na kurzech pro dospělé bylo zapsáno okolo 90 osob. Vzdělávací akce navštívilo přibližně 60 lidí. Na výroční akce chodí pravidelně 30–50 rodin a naprostou výjimku tvoří oblíbený průvod Svatomartinské lucerničky, kterého se loni účastnilo okolo 500 lidí.

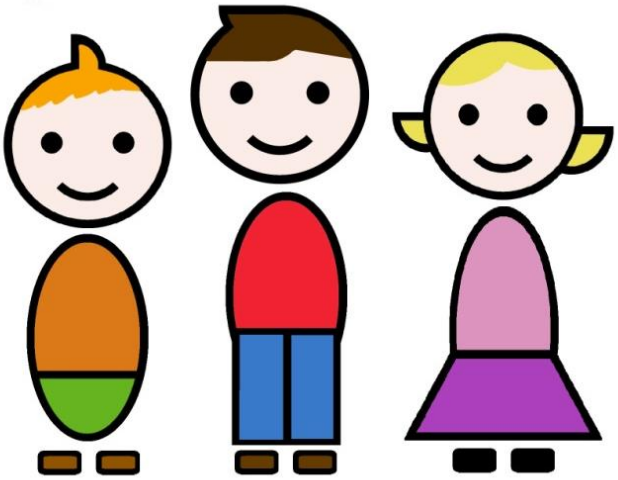
Personální zajištění Rodinného centra Letná

Ve vedení RCL jsou tři osoby, které tvoří podle stanov jeho organizačním tým. Tento tým zajišťuje chod RCL po organizační stránce: stará se o veškeré aktivity RCL, koordinuje dobrovolnický tým, plánuje vzdělávací akce pro dospělé, program herny a zájmových aktivit pro děti, stará se o zajištění výročních akcí, pečuje o zvelebování RCL a dozoruje údržbu, opravy i stavební úpravy, zajišťuje propagaci, v neposlední řadě dozoruje finance centra a má na starosti podávání grantů zajišťujících financování většiny našich aktivit. Chod RCL by se však neobešel bez obětavé práce dobrovolníků, jichž si velmi ceníme.

RCL v roce 2017 vedla předsedkyně Silvie Ježková, která má na starosti program a organizaci tradičních akcí v RCL. Místopředsedkyní, která byla zodpovědná za tým dobrovolníků, vzdělávací akce pro dospělé a finanční řízení organizace, byla Ludmila Dohnalová. Druhá místopředsedkyně Alena Tučková je zodpovědná za propagaci aktivit. Pokladnu spravovala Jitka Kovářiková, která také pomáhala zajištovat akce pro veřejnost a spoluorganizovala charitativní projekty.

Provoz RCL je velkou měrou závislý na práci týmu dobrovolníků, kteří vedou dopolední hernu s programy pro nejmenší, ale také se dle vlastních možností podílejí na chodu RCL a přípravě a organizaci tradičních mimořádných akcí. Jim patří především dík za zajišťování každodenního chodu RCL. V roce 2017 prošly Rodinným centrem Letná jako dobrovolnice:

Petra Brychová, Elisabeth Casey, Ludmila Dohnalová, Lucie Hlavatá, Lucie Horová, Markéta Kaňáková, Lucie Klaudová, Pavla Kořínková, Jitka Kovářiková, Petra Lizarazo Martinez, Magda Matoušková, Marta Mojžíšová, Zuzana Nepomucká, Luisa Robovská, Tereza Slováková, Pavlína Šmucerová, Jana Tkáčiková, Věra Ungerová, Kateřina Vecseyová a Jana Zubíčková.



V roce 2017 Rodinné centrum Letná nabízelo

- pravidelné dopolední programy pro rodiny s malými dětmi
- pohybové aktivity pro batolata, předškolní děti a pro dospělé
- odpolední kroužky pro školkové a mladší školní děti
- vzdělávací kurzy a přednášky pro dospělé
- individuální konzultace v poradně s dětskou psycholožkou
- hlídání dětí v herně v době dopoledních kurzů pro dospělé
- pravidelné tradiční akce určené pro širokou veřejnost

dopolední herna pro nejmenší (0–3 roky)

Dopolední herna pravidelně funguje čtyři dny v týdnu od 9 do 12 hodin. V zimní sezóně i jedno odpoledne od 14:30 do 17:30. Chod herny s programy jednotlivé dny organizují tříčlenné týmy dobrovolnic a hernu denně navštěvuje 5–10 rodin. Ve středu dopoledne je možné využívat hlídání dětí v herně v době kurzu jógy pro maminky. Dopolední herna je vždy určena pro všechny volně příchozí, děti mohou volně využívat hernu nebo se podle chuti účastnit nabízeného programu. Tento program – výtvarku a cvičení organizujeme jako klub pro děti určité věkové skupiny: v úterý 1–2 roky a v pátek 2–3 roky

Výtvarka - brusle

kroužky pro školkové a školní děti (3–6 let, školní do 12 let)

Odpolední kroužky v nabídce RCL vyplňují mezeru v tradiční nabídce kroužků pořádaných jinými institucemi a určených většinou až pro děti školního věku. Kroužky v RCL jsou pololetní, účast bývá okolo 10 dětí (plná kapacita prostor).

Kreativní tanec pro děti (Kamila Kutálková)
Cvičení, rytmika, tancování na hudbu, pohybové hry, malé taneční sestavy.

Výtvarné hry s pohádkou (Jitka Míčková)
Tvoření s prožitkem - malování, kreslení, seznámení s výtvarnými technikami a materiály a také s vybranou pohádkou či knihou.

Dramatický kroužek Divadlení (Jitka Míčková)
Kroužek pro děti (od 6 do 8 let), zaměřený na objevování a vyjadřování sama sebe prostřednictvím technik a her dramatické výchovy.

Jógové hrátky (Kateřina Vecseyová)
Lekce samostatného cvičení s prvky jógy bez rodičů ve skupince ostatních dětí.

Hrátky s angličtinou (Lucie Horová)
Půlhodina anglických písniček, slovíček a především hravého seznámení s angličtinou.

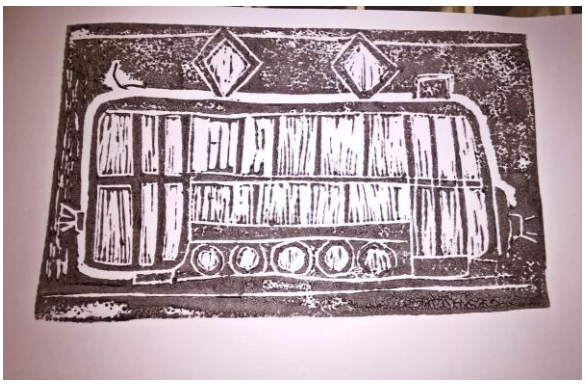
pro maminky a jejich miminka

Těhotenská a poporodní jóga (Katrin Köhler)
Kurzy jógy zaměřené na protažení a posílení namáhaných svalových partií, na uvolnění a relaxaci.
Jógové hrátky pro maminky s dětmi (Kateřina Vecseyová)
Cvičení s prvky jógy pro děti od 1 do 3 let i jejich maminky.
Hravá miminka (Gabriela Jägerová)
Kurz cvičení miminek pro zlepšení motorického vývoje spojený s masážemi, aromaterapií a prvky babyjogy. Probíhají dva kurzy rozdělené dle věku a dovedností miminek (lezoucí/nelezoucí).
Žabáčci: zpíváme německy s dětmi (Eva Bergerová)
Hudebně rytmická výchova spojená s výukou německého jazyka určená pro bilingvní rodiny nebo maminky, které si chtějí oprášit znalosti němčiny.
Cvičení pro maminky s miminky a malými dětmi (Hana Ondřejová)
Lekce složená z prvků fitness, pilates a strečinku zaměřená především na posílení oblasti břicha a pánevního dna. Děti jsou při lekcích hravě zapojeny do cvičení.

kurzy pro dospělé

Jóga (Katrin Köhler)
Kurzy jógy pro dospělé, večerní nebo dopolední s možností hlídání dětí v herně.
Cvičení pro zdravá záda a klouby kompenzačně-relaxační cvičení pro všechny věkové kategorie (Vlasta Marčanová)
Cvičíme zdravě v každém věku (Jitka Marešová)
Rehabilitační cvičení zaměřené na zpevňování postavy a správné držení těla.
Fitness – zdravě chytře a hravě (Kristýna Pražáková)
Funkční trénink především ke zpevnění středu těla a oslabených svalů.
Večery s tvořením (Silvie Ježková)
pravidelná měsíční setkání pro zájemce o rukodělné činnosti a relaxaci u nich, s výrobou drobných výrobků pro radost či tematické jarmarky v RCL

15. 2. 2017	**Tisk na textil**
15. 3. 2017	**Jarní věnce**
24. 5. 2017	**Linoryt**
4.10. 2017	**Linoryt**
1. 11. 2017	**Podzimní věnce**
29.11. 2017	**Adventní věnce**
13. 12. 2017	**Fimo lžičky**


Tvořivý večer - linoryt

Vzdělávací akce pro rodiče v roce 2017

RCL uspořádalo vzdělávací cyklus přednášek z podpory dotačního programu Rodina Ministerstva práce a sociálních věcí ČR:

Vzdělávací akce z oblasti partnerských vztahů vedla Iva Dušková (Poradna pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy)

Jak zvládnout rozpad rodiny (25. 1. 2017)
Tento seminář je zaměřen na to, co se děje s jednotlivými členy rodiny (čím si procházejí, co prožívají, jak reagují, jaké úkoly mají plnit) a v jejím širším okolí při rozpadu rodiny, jak uspořádat vztahy mezi rozešlými rodiči a dítětem v nové situaci a jak pomoci dítěti vyrovnat se s touto náročnou situací.

Vzdělávací akce z oblasti psychologie a výchovy dětí vedla Petra Lišková

Děti a internet (25. 10. 2017)
Nejnovější informace z výzkumů dopadu užívání tabletů, mobilů aj. Jak tyto nástroje ovlivňují mozek, prožívání i chování. Jak zavést a dodržovat funkční pravidla. Jak udržet užívání výše uvedeného v rozumné míře, zachovat si při tom radost a funkčnost někdy poměrně užitečných nástrojů.

Emoce (8 11. 2017)
Definice emocí, proč jsou důležité, západní a východní kultura a jejich pohled na emoce, náročné životní situace, frustrace a stres, postupy, jak emoce reflektovat, akceptovat, vyjádřit, jak s tím pomoci dětem, specifikum – já-forma, já výrok, úloha empatie – jak empatizovat

Emoční inteligence dětí (22. 11. 2017)
Jak o emocích s dětmi komunikovat a učit i děti emoce rozpoznávat, a to hlavně prostřednictvím příběhů a fyzických příznaků, které emoce doprovázejí. Ukážeme si též jednoduchá relaxační a energetizující cvičení pro děti, která mohou využít téměř kdykoliv a kdekoliv.

Vzdělávací akce z oblasti vývoje a výchovy dítěte vedla dětská psycholožka Ilona Špaňhelová

Školní zralost (16. 2. 1.2017)
Cílem přednášky je podpora dětí a rodičů a jejich přípravy před vstupem do ZŠ. Klíčovými body je určení sociální a citové zralosti dětí, znalostí dětí a úrovně jemné a hrubé motoriky.

Vstup dítěte do mateřské školy (23. 2. 2017)
Cílem přednášky je zodpovědět, jaké jsou možné výhody a nevýhody pro dítě při pobytu v mateřské škole. Kdy vytrvat a kdy školku „vzdát“? Jak připravit dítě na vstup do mateřské školy? A jak pomoci dítěti odpoutat se od rodiče?

Vývoj a výchova dítěte 0-3 roky (19. 10. 2017)
Zvyky a zlozyky dítěte, citový příklon, umění naslouchat, dětský vzdor, schopnosti s dovednosti dítěte (jemná a hrubá motorika, chození na nočník), rozvoj samostatnosti, sebevědomí a odpovědnosti.

Vývoj a výchova dítěte 3-6 let (9. 11. 2017)
Dítě a jeho vstup do mateřské školky, dovednosti a schopnosti v jednotlivých věkových obdobích, hra v kolektivu, fantazie, konec období vzdoru, samostatnost, odpovědnost a utváření sebevědomí, trest pro dítě.

Dětský vzdor (16. 11. 2017)
Věk, kdy se nejvíc projevuje, příčiny vzniku, projevy dítěte (jaké jsou už mimo normu), jak na ně reagovat, kompromis - vhodná alternativa?

Tělocvična přichystaná na lekci jógy

Další vzdělávací akce:

Dětská noha a obouvání - Markéta Kolací Mašková, Svobodná chůze (9. 3. 2017)
Seminář o fyziologickým vývoji nohou, odchylkami, vadami a jejich příčinami a možným řešením, o správné stimulaci nohou, (ne)vhodných pomůckách a představení barefoot konceptu.

Povídání o látkových plenkách – Eva Bergerová (18. 10. 2017)
Příběh moderních látkových plen, při němž je možné osahat si různé typy plenek a všeho, co k tomu patří. Na setkání je k vidění kompletní plenková výbava a možnost zjistit, jak používání látkových plen prakticky funguje.

Jak poznat domácí násilí a co dělat – Jana Švecová, centrum Locika (7.12.2017)
Tříhodinový workshop, který vede zkušená psycholožka z centra Locika. Jedná se o interaktivní školení orientované na to, jak poznat domácí násilí a co dělat.

První pomoc u miminek a dětí do tří let – Lucie Poláchová (24.11.2017)
Seminář o poskytnutí první pomoci miminkům a dětem do tří let, život ohrožující stavy a situace, KPR a další.

Tradiční akce Rodinného centra Letná v roce 2017

Výtvarná dílna na akci Roztočme kolotoč

Také v roce 2017 se nám podařilo sejít se u oslav tradičních svátků i u dalších příležitostí, spojených s během roku. Vážíme si chvilek, kdy se se svými sousedy z Prahy 7 můžeme potkat u takových slavnostních příležitostí a těšit se z toho, že se navzájem poznáváme a pomáháme udržovat tradice.

Letenský masopust (25. 2. 2017) **–** průvod masek, tradiční veselice s hudbou

Vítání jara (28. 3. 2017) - dílničky s velikonoční a jarní tématikou , hudební dílna, hledání pštrosího vejce, ochutnávka tradičních velikonočních pokrmů a jarmark s velikonočními drobnostmi.

Roztočme kolotoč (26.4.2017) - benefiční akci na podporu Letenského kolotoče. klaunské představení Kolotoč radosti a smíchu, výtvarné dílny, tisk na textil a tombola

Kuličkový turnaj (17. 5. 2017) - kuličkový turnaj O pohár mistra Kuličky a soutěže pro nejmenší

Oslava 11. narozenin RCL (20. 6. 2017) – na této akci RCL oslavilo 12. výročí svého vzniku. Dortem opět přispěla Erhartova cukrárna. Na programu bylo kromě výtvarných dílen divadelní představení Bomberos.

Den otevřených dveří RCL a zápis do kroužků (19. 9. 2017) - slavnostní otevření, ukázkové hodiny a zápis na kroužky

Drakiáda (18. 10. 2017) – společné pouštění draků a foukání obřích bublin

Drakiáda

Tradiční lampionový průvod - Svatomartinské lucerničky (3. 11. 2017) – lampionový průvod Stromovkou, ohnivé taneční vystoupení

Zdobení adventních věnců (30. 11. 2017) – tvořivá dílna pro děti i rodiče k výrobě adventních věnců

Adventní divadélko: Sněžibába a čert (6. 12. 2017) – předvánoční setkání s divadelním představením, drobným občerstvením a jarmarkem s Vánoční tematikou

Charitativní a dobročinné akce

V roce 2017 se RCL připojilo k následujícím akcím:

Dobročinný bazar věcí pro rodiny s dětmi domova Sue Ryder určený na podporu péče o seniory v domově Sue Ryder - RCL se podílelo na propagaci a stalo se sběrným místem.

Vánoční krabice - děti dětem - RCL se podílelo na propagaci a stalo se sběrným místem, část dárků jsme předali organizaci Dobrá rodina, odkud putovali dětem, které vychovávají prarodiče – pěstouni.

Charitativní prodej sbírky šperků

V roce 2017 RCL zorganizovalo následující akce:

Sbírka ponožek pro lidi bez domova konaná ve spolupráci s Komunitou Sant' Egidio, kromě ponožek jsme přijímali také karimatky, spacáky a zimní bundy a oblečení.

Sbírka pro lidi bez domova pro Oddělení sociální prevence při MČ Praha 1 – tato sbírka zaznamenala mimořádný úspěch. Šperků se sešlo opravdu hodně, velká část byla v rámci charitativního prodeje rozprodána (výtěžek činil 9501 Kč), neprodané šperky byly předány do Domova svatého Karla Boromejského.

Darujte hračky – sbírka pro terapeutické herny organizace Dobrá rodina,o.s. v rámci navázání spolupráce jsme podpořili organizaci sbírkou hraček, her a knížek, kterých se sešlo opravdu velké množství.

Sbírka autolékárniček – sbírka podpořila projekt Medici pomáhají, který se věnuje poskytování péče lidem bez domova.

Vstup do Rodinného centra Letná

Účast RCL na akcích pro veřejnost

Den Prahy 7 (Výstaviště, 20. 5. 2017) – tradiční oslavy sedmé městské části s bohatým programem pro širokou veřejnost, RCL mělo stanoviště s pohybovými aktivitami pro děti a výtvarnou dílnou.

Hospodaření Rodinného centra Letná v roce 2017

RCL je nezisková organizace. Její provoz je financován z prostředků získaných provozem RCL za nabízené služby (provoz herny, vstupné a platby za kroužky a kurzy) a prostředků získaných dotacemi. V roce 2017 získalo RCL prostředky z dotačního programu Rodina Ministerstva práce a sociálních věcí a Městské části Praha 7 (v oblasti školství v programu rozvoj mateřských center, v oblasti kultury v programu Kultura v Praze 7). V tomto roce jsme provedli investice do cvičebního vybavení a pořídili klávesy k doprovodu na pohybových lekcích. V příštím roce nás čekají větší úpravu prostor (broušení parket, výměna mříží aj.).

Náklady (v tis. Kč) 414,-

spotřeba materiálu, energie a ostatních neskladovatelných dodávek	118,-
ostatní služby (nájem, účetnictví, úklid, vzdělávací kurzy, individuální konzultace, telekomunikace, umělecká vystoupení, atd.)	175,-
osobní náklady	119,-
Ostatní náklady (daně, poplatky aj.)	2,-

Výnosy (v tis. Kč) 461,-

tržby z prodeje služeb	180,-
provozní dotace (grant MČ Praha 7 a MPSV)	281,-

Výsledek hospodaření (v tis. Kč) 47,-

Partneři a sponzoři v roce 2017

PRAHA 7

MP SV

.... zejména děkujeme

úklidové firmě pana Sarkisova – za péči o čistotu prostor RCL
všem dobrovolnicím – za služby v herně a pomoc při tradičních akcích
našim partnerům – za pomoc při drobných úpravách a za stálou podporu
Aničce Píškové – za focení na akcích
Lindě Klimentové – za zapůjčení obrazů k výzdobě prostor
Jitce Kováříkové – za neúnavné úsílí
Planetáriu Praha – za zázemí při konání venkovních akcí
Erhartově cukrárně – za dort k oslavě našich narozenin

i všem našim drobným anonymním sponzorům za různé drobnosti.

Děkujeme všem, kdo se podíleli a podílejí na chodu RCL. Bez přispění každého z nich by se nám nedařilo fungovat tak, jak bychom chtěli. Přejeme si, aby RCL zůstalo otevřeným prostorem pro všechny návštěvníky a aby ti, kdo k nám přicházejí, od nás odcházeli spokojeni a rádi se vraceli.

Rodinné centrum Letná

Rodinné centrum Letná, z. s.
Janovského 24
170 00 Praha 7
www.rcletna.cz
kontakt@rcletna.cz
Tel.: 775 562 672