

VÝROČNÍ ZPRÁVA

občanského sdružení Rybička
za rok 2009



SLOVO ÚVODEM	5
POSLÁNÍ SDRUŽENÍ	7
CÍLE SDRUŽENÍ	7
STRUKTURA SDRUŽENÍ	8
ČINNOST SDRUŽENÍ	10
PRAVIDELNÝ PROGRAM	11
JEDNORÁZOVÉ AKCE V ROCE 2009	14
PROPAGACE OBČANSKÉHO SDRUŽENÍ A RODINNÉHO KLUBU	18
VIZE A PLÁNY DO BUDOUCNA	19
PODĚKOVÁNÍ	20



SLOVO ÚVODEM

Vážení přátelé, maminky, tatínci a ostatní příznivci,

Rodinný klub Rybička funguje v roce 2009 tak již několik let jako organizace zajišťující pravidelné programy pro děti předškolního věku a jejich rodiče.

V dopoledních hodinách se jedná o programy pro maminky s dětmi do tří let, tedy děti, které prozatím nemohou navštěvovat mateřskou školku a jsou tak s maminkami (či tatínky) doma. Pomocí lektorovaného cvičení, zpívání, bubínků, výtvarných kurzů a nově též angličtiny se tyto děti setkávají se svými vrstevníky a kromě toho, že u nás najdou nové kamarády, začínají trénovat přizpůsobování se kolektivním činnostem. Maminky se odraagují od činností zajišťující chod domácnosti, naučí se jiným způsobům práce s vlastním dítětem a v neposlední řadě navážou přátelské kontakty v cílové skupině a najdou nové možnosti hodnotného trávení volného času.

V odpoledních hodinách je obvykle zajištěn program pro děti bez maminek, tzn. děti ve školkovém věku do šesti let, děti se u nás věnují tanečkům, zpívání, výtvarné a hudební výchově.

Večerní hodiny jsou věnovány kurzům pro maminky bez dětí, probíhá výtvarný kurz korálkování a výroby šperků, cvičení tai-chi a aerobik (s hlídáním dětí).

Vedle zajištění pravidelných programů proběhly v Rybičce tak jako každoročně jednorázové akce tematicky orientované na roční období (masopustní karneval, jarní zahradní slavnost, čarodějnický rej, jarní a podzimní vycházky do okolí), dále jarní a podzimní bazárky dětského oblečení a potřeb.

V loňském roce byly zprovozněny nové webové stránky www.mcrybicka.com, které jsou profesionálnější, přehlednější než doposud, jednodušší na obsluhu a mimo standardních informací o novinkách v Rybičce a aktuálním dění obsahují odkazy na pracovní příležitosti pro maminky na a po mateřské/rodičovské dovolené a další tipy a odkazy zaměřené na naši cílovou skupinu. Dalším živým komunikačním kanálem se členy i příznivci sdružení jsou letáky a plakátky distribuované ve vybraných lokalitách v okolí RK (pediatrické ordinace, samoobsluha, lékárny, hřiště a parky v okolí), důraz byl též kladen na zlepšení komunikace s kulturně – inzertním měsíčníkem městské části Praha 4.

V souvislosti s tím je potřeba vyslovit poděkování všem, kteří podporují naši činnost, zejména pak panu Janu Schneiderovi, zastupiteli Městské části Praha 4 a řediteli Zdravotnického zařízení Prahy 4, za

péči a nápomoc při řešení problémů a vstřícnost. Díky laskavé péči MČ Praha 4 došlo k rekonstrukci prostor Rodinného Klubu, zejména vybavení herny a kuchyňky novým nábytkem. Herna je barevnější, plná hraček, kuchyňka funkční, vybízející k posezení a vypití šálku kávy. Byl instalován nový přebalovací pult a vybavena šatna.

To vše vyžadovalo čas, nasazení, spolupráci, vzájemnou důvěru, komunikaci a nadšení pro společnou věc mezi členkami výkonného týmu a Rady, ale i mezi ostatními aktivními maminkami a dobrovolnicemi z řad členů Rybičky. Ne vždy se vše vydaří tak, jak jsme si původně představovali, ale můžeme účtovat s pocitem dobře vykonané práce, která je oceňována zejména pravidelnými a poměrně početnými návštěvami maminek a dětí v našem klubu.

Mgr. Tereza LÍBOVÁ
členka rady občanského sdružení Rybička

POSLÁNÍ SDRUŽENÍ

Posilovat a zdůrazňovat zásadní roli rodiny a rodičovské výchovy, podporovat právní ochranu dětí, rodiny a mateřství. Napomáhat rovnovážnému psychosomatickému vývoji dětí, iniciovat a podporovat aktivity zaměřené na ochranu rodin před sociálně negativními jevy a prostřednictvím komunitní činnosti napomáhat matkám a ostatním členům rodiny v seberealizaci, předcházet sociální izolaci a zejména podporovat společenské vědomí o mateřství jakožto společensky plnohodnotné a užitečné práci.

CÍLE SDRUŽENÍ

Členové o.s. Rybička se sdružují zejména za účelem společných sportovních, kulturních a jiných volnočasových činností. Dále pak organizují získávání a předávání odborných poznatků o výchově, zdraví a psychologii rodinného života. Rodiče se inspirovanými novými podněty k trávení společného rodinného času, společensky i neformálně se stýkají, obohacují tak sebe i své děti o nové vrstevníky a kamarády. Nabídnout dětem prostředí důvěry napomáhá jejich lepší sociální adaptaci před nástupem do škol a školek.

Sdružení je zaměřeno na vytváření programů zaměřených na rozvoj psychosociální a motorických dovedností dětí od narození po celý předškolní věk.

STRUKTURA SDRUŽENÍ

Nejvyšším orgánem Občanského sdružení Rybička je Valná hromada, kterou tvoří všichni členové sdružení. Ke konci roku 2009 čítala naše členská základna 75 aktivních platících členů.

Ze stanov o. s. Rybička vychází forma řízení sdružení. Funkci statutárního orgánu vykonává tříčlenný výkonný tým, který je volen ze sedmi členů Rady sdružení. Radu sdružení volí Valná hromada.

Výkonný tým pracoval v roce 2009 ve složení:



Lenka HRKLOVÁ – koordinátorka výkonného týmu, hlavní koordinátorka programu, zajištění služeb v herně a praktická organizace aktivit sdružení



Simona HORČIČKOVÁ – reprezentace sdružení ve vnější komunikaci, komunikace s úřady, tvorba grantů, spolupráce s MČ Praha 4, organizace nového vybavení herny



Pavla JELÍNKOVÁ – účetní

Ostatní členové Rady sdružení:



Věra ŠTOLLOVÁ – aktivity spojené s public relations, tvorba a tisk letáků, programů a zajištění jejich distribuce, komunikace se členy sdružení a zajištění dalších aktivit pro děti a maminky, vedení kurzů výtvarné výchovy



Olga ZÍVALOVÁ – zajištění služeb v herně, hlídání dětí, propagace sdružení na webových stránkách, spolupráce na tvorbě programu



Alena MACKOVÁ – zajištění programu, herny a volnočasových aktivit pro děti a maminky, organizace jednorázových zábavných akcí, vedení kurzů výtvarné výchovy



Dita FELGROVÁ – zajištění programu a volnočasových aktivit pro děti a maminky, organizace jednorázových akcí, tvůrčí činnost a vedení kurzů výtvarné výchovy

Valná hromada

Poslední zasedání valné hromady sdružení proběhlo 18. 6. 2009. Valná hromada byla svolána zejména za účelem volby nových členů (členek) Rady sdružení a výkonného týmu. Do Rady i výkonného týmu byla jednomyslně zvolena nová koordinátorka Lenka Hrklová, jejímiž „pravými rukami“ jsou Simona Horčíčková a Pavla Jelínková, do Rady nově vstupují Eva Pražanová, Alena Macková a Dita Felgrová. Dále byly odsouhlaseny vnitřní úpravy prostor Rybičky, a rozběhnutí nových webových stránek.

Pracovní setkání Rady

Rada sdružení se schází zhruba jednou měsíčně za účelem ujednání programu a jeho propagace, rozdělení úkolů a činností týkajících se služeb, úklidu, distribuce financí a jiných potřeb v rámci zabezpečení provozu klubu.

Nezbytné jsou dále další pracovní schůzky, týkající se provozu webových stránek, přípravy projektů a žádostí o grant, dohod o nákupu materiálu do výtvarné dílny, pomůcek a hraček.

Naší hlavní náplní je zabezpečení provozu Rodinného klubu Rybička. Od září do června pořádáme pravidelné i jednorázové programy pro děti a rodiče, které jsou volně přístupné v dopoledních (9:30–12:30) i odpoledních hodinách pro členy i nečleny občanského sdružení. Rodiče s dětmi mohou přijít do klubu bez předchozího objednání. Musí pouze dodržovat vnitřní řád klubu. Dobrovolně se mohou zúčastnit nabízeného programu, mohou se podílet na jeho přípravě a nebo jen využít prostory k odpočinku a hře.

Některé kurzy jsou zajišťovány externím subjektem (Hudební škola Yamaha, externí lektorky hudby a cvičení s dětmi – Marie Novotná, Marta Zlámaná, Lenka Paloušová).



Herna pro děti

Dopoledne (úterý a středa od 10:00–12:30 hod., čtvrtek a pátek od 9:30–12:30 hod.) jsou vyhrazena členům i nečlenům s malými dětmi do věku tří let. Dětem je poskytnut bezpečný prostor ke hře, mají možnost navazovat první sociální kontakty. Herna, šatna a kuchyňka byly v průběhu podzimu roku 2009 za pomoci MČ Praha 4 vybaveny novým, funkčním, veselým, barevným nábytkem, průběžně se nám též daří vybavovat hernu novými hračkami a pomůckami.

Pondělí dopoledne pro miminka

Každé pondělí (8:30–9:15 a 9:30–10:15) probíhá cvičení pro nechodící děti od 6 měsíců věku, poté od 10:30 mohou děti plynule přejít do cvičení chodících miminek. Kurz je veden formou jednoduchého cvičení, rytmických říkadel, básniček a společných her zaměřených na zdravý psychosomatický rozvoj dětí. V závěru hodiny společně zpíváme dětské písničky s kytarou. Všichni na něco hrají, bubnují, cinkají. Cílem kurzu je procvičování motoriky, nácvik pozornosti, rozvíjení sociálního citění a chování mezi vrstevníky. Lekce vede taneční a pohybová terapeutka Marta Zlámaná, jež má dlouholeté zkušenosti s prací s dětmi.

Pondělí odpoledne pro starší děti – Hrátky s kytarou

V pondělí od 15:00–15:45 hodin probíhají v herně hrátky s kytarou pro děti do 3 let za doprovodu rodičů. Hodinu plnou říkadel, básniček a her vede Marta Zlámaná.

Angličtina pro nejmenší – úterý dopoledne

Každé úterý (9:15–10:00) probíhá v herně kurz Angličtiny pro děti od 2 do 3 let (s maminkami). Počet účastníků je 6–8 dětí, během pololetí probíhá 15 lekcí po 30 minutách. Výuka probíhá za přítomnosti maminek nenásilnou a zábavnou formou her, písniček a básniček.

Hudební škola Yamaha

Úterní odpoledne je věnováno známé hudební školičce Yamaha; půlroční hudební kurz První krůčky k hudbě je určen pro děti od 18 měsíců do 4 let za účasti rodičů. Je založen na jednoduchých písních, vyprávění, hudebně pohybových a rytmických hrách.

Hrátky s bubnem – středa dopoledne

Kurz pro batolata s maminkami – zpívání a hra na hudební nástroje za doprovodu afrického bubnu „jambee“, který přirozeně vede a rozvíjí rytmus; kurz je vhodně doplněn tanečky, říkanky a písničkami. Děti i rodiče se společně mohou radovat z pohybu a her. Hrátky probíhají pod vedením zkušené lektorky Marie Novotné,

Tanečky, zpívanky, cvičení pro větší děti – středa odpoledne

Hudební kroužek je určen holkám a klukům ve školkovém věku (od 3 let). Písničky a verše provázejí děti jednotlivými ročními obdobími, učí se zde cítit a hrát rytmus pomocí jednoduchých perkusí a Orfových nástrojů. Během hodiny děti zpívají, tancují, učí se novým říkadlům, mohou se proběhnout a pohrát si. Kurz je určený pro děti schopné vydržet 60 min bez přítomnosti rodičů, koná se pod vedením školené cvičitelky Marie Novotné v tělocvičně.

Výtvarná dílnička pro děti – čtvrtek dopoledne

Děti se zde seznamují s prvními výtvarnými technikami. Vedle příjemně stráveného volného času zde rozvíjí během programu jemnou motoriku, kreativitu a estetické citění. Nejčastěji děti tvoří pomocí vodových či temperových barev, trháním, stříháním a lepením papíru a látek. Dále si děti zkouší modelování z plastelíny nebo modelovacího těsta pomocí vykrajovátek či formiček, malování pomocí šablon, razítek a houbiček. Témata výtvarné dílny se často váží k probíhajícímu ročnímu období a lidovým tradicím.

Výtvarná dílna Šikulka – čtvrtek odpoledne

Výtvarný program pro děti školkového věku, schopné pracovat bez přítomnosti rodičů. Kurz vede Lenka Paloušová a probíhá v prostorách herny. Děti se mohou vyjádřit se prostřednictvím základních výtvarných technik malby, nůžek, lepení, aranžování rostlin, modelování s keramoplastem, jednoduchou decoupage atd. Kurz je kapacitně omezen. V jeho průběhu je herna uzavřena, s výjimkou dětí, které mají s sebou mladší sourozence apod.

Páteční dopoledne (nejen) pro maminky

Program pátečních dopolední je mimo herna pro děti též nepravidelně zaměřen na dospělé členy; mohou se věnovat různým rukodělným a výtvarným činnostem či seminářům a přednáškám. Výtvarný program většinou zajišťují sami členové; mezi nejoblíbenější techniky patří malba na sklo, decoupage, drátkování a zdobení textilu. Semináře a přednášky jsou obvykle zajišťovány externími lektory (Český helsinský výbor, Člověk člověku, o.s., Efektivní rodičovství apod.) Pro děti je v pátek otevřena volná herna bez organizovaného programu, u vybraných seminářů se počítá též s hlídáním dětí v herně odpovědnou osobou.



Leden 2009

Seminář Baby Signs – znaková řeč pro batolata

Znaková řeč pro slyšící batolata je snadný a přirozený způsob, jak se dorozumět s vaším dítětem ještě před tím, než je schopné mluvit. Znakující miminka získávají jedinečnou možnost se podělit o svůj svět se svými nejbližšími a rodiče si užívají větší pohody, která zavládne, když se dozví, co jejich ratolest chce bez slziček a nářku. Přínosů znakování s dětmi je mnoho – od snížení frustrace a vytvoření větší důvěry mezi batolaty a jejich rodiči, až po zvýšení IQ. Výuka probíhá ve dvou fázích, které na sebe volně navazují: dvouhodinový seminář pro rodiče (lze i s dětmi) a kurzy pro děti a rodiče ve formě 6 hodinových lekcí, zaměřených již přímo na nácvik s dětmi zábavnou interaktivní formou. V našem klubu vyučuje Ing. Michaela Ehrenbergerová, nezávislá certifikovaná instruktorka programu Baby Signs®.

Únor 2009

Kurz První pomoci

I když si asi všechny maminky přejí, aby se do situace, kdy bude ohroženo zdraví jejich dítěte nedostaly, opatrnosti a předvídavosti není nikdy nazbyt. Proto by všechny maminky měly umět poskytnout alespoň základní první pomoc, když dítě:

- něco spolkne, předmět mu uvízne v krku a začne se dusit.
- poraní si hlavu, popálí se v kuchyni, bude se topit.
- upadne do bezvědomí, má vysoké horečky.
- sní něco, co by nemělo (léky, prášek na praní apod.).

Maminky se naučí poskytnout základní kardiopulmonární resuscitaci (dech/srdce).

Seminář vedla zkušená lékařka MUDr. Petra Lefflerová

Březen 2009

Jarní bazárek dětských potřeb, vybavení a oblečení

Každý účastník mohl nabídnout max. 20ks dětského oblečení a kojeneckých potřeb apod. Po dobu konání bazárku byl zrušen provoz v kuchyňce a omezen provoz šatny.

Duben 2009

Seminář Baby Signs – znaková řeč pro batolata

Divadelní představení „Kašpárkovy pohádky“

Květen 2009

Zahradní slavnost

Odpoledne plné her a soutěží pro naše děti, uspořádané ve spolupráci se základní školou Na Chodovci. Během slavnosti byla otevřená i herna MC Rybička a byly představeny plány na úpravu herny od září 2009. Tento projekt vznikl díky cenné spolupráci a finanční podpoře Městské části Praha 4.

Přednáška: Zelené potraviny, MUDr. Ivana Lédlová

Přednáška zaměřená na pročištění těla, posílení imunity a předcházení nemocem. Máte Vy nebo Vaši blízcí nějaké zdravotní problémy, se kterými si klasická medicína neví rady, ale vy se přesto nevzdáváte? Na semináři se dozvíte o fungování Zelených potravin a jak můžete zdravou stravou ovlivnit zdraví Vaše i Vašich dětí.

Červen 2009

Seminář Baby Signs – znaková řeč pro batolata

Valná hromada

Září 2009

Úpravy prostor herny, kuchyňky, šatny

Zapojení do celorepublikové kampaně Město pro děti organizovanou Sítí MC

Počátek běhu pravidelných kurzů v Rybičce



Říjen 2009

Oslava zahájení nového školního roku 2009/2010

Velká TRAMPOLÍNA, malování na obličej, soutěže pro děti s cenami, výtvarné tvoření, domácí koláče, divadelní vystoupení žáků ZŠ.

Podzimní bazárek dětských potřeb, vybavení a oblečení

Prezentace moderních látkových plen

Listopad 2009

Racionální výživa – seminář

Děti si upevňují své stravovací návyky cca do 7 let. Racionální strava a rozumná fyzická aktivita je nejúčinnější prevencí civilizačních onemocnění, kterými je naše populace ohrožena a v současné době se epidemicky šíří. Náplň semináře: základní pojmy z oblasti výživy, pravidla složení jídelníčku, pitný režim (kojení – frekvence stolice kojených dětí, kravské mléko v jídelníčku malých dětí – intolerance mléčné bílkoviny, dětské nápoje), potravní alergie a některá onemocnění související s příjmem potravy (fenylketonurie, celiakie, obilná mouka a její zařazení do dětského jídelníčku), jídelní zvyklosti dětí – nešvary jídelníčku, role

dospělého při vytváření stravovacích návyků, prevence vzniku obezity a nadváhy od nejtělejšího věku dítěte – ukázka „nebezpečnosti“ obezity – civilizační onemocnění.

Seminář vedla MUDr. Marie Skalská, interní lékařka, IKEM

Seminář První pomoc u miminek a batolat

Prosinec 2009

Mikulášská besídka

Otevřená herna v Rybičce, další obří herna v tělocvičně ZŠ, velká trampolína, dárky pro děti – a samozřejmě MIKULÁŠ!

Vánoční trh

Vánoční ozdoby, svíčky, vánoční věnce či jiné drobnůstky, to vše z domácích dílen šikovných maminek, vánoční atmosféra, vůně cukroví a naposledy otevřená herna pro děti.



Hlavním informačním kanálem sdružení jsou nové webové stránky www.mcrybicka.com; v roce 2009 došlo k technické úpravě vzhledu i funkčnosti stránek a rozšíření internetové propagace Rodinného klubu Rybička včetně výměny bannerů umístěných na stránkách.

Se členy sdružení taktéž komunikujeme pomocí e-mailu. Informujeme je o pravidelném programu, jednorázových akcích, výjimečně též rozesíláme důležité aktuální informace týkající se rodičů na mateřské dovolené nebo informace o nabídkách práce vhodné pro rodiče s malými dětmi či kurzech a vzdělávacích programech zaměřených na trh práce po mateřské a rodičovské dovolené.

Pravidelně též rozvěšujeme letáky na těchto místech: klubová nástěnka, klubová šatna, Albert Spořilov, poliklinika Spořilov, lékárna Božkovská, Pekárna Na Chodovci, Cukrárna v Měchenické, Zelená dílna, Sportcentrum Hamr, poliklinika Budějovická apod.

Finanční zpráva

Výdaje	Kč	Příjmy	Kč
Nájem	40 200	Členské příspěvky	5 100
Služby (provozní výdaje)	23 872	Vstupné	25 261
Telefon	3 700	Jednorázové akce	9 871
Spotřební materiál	5 226	Kurzovné	34 000
Občerstvení	3 916	Občerstvení	4 424
Mzdy (DPP)	29 885	Grant MPSV 2008	18 150
Ostatní náklady	2 667	Grant MHMP 2008	35 000
		Kladné úroky	235
Celkem	109 466	Celkem	132 041

Naším zásadním cílem je dále zabezpečovat fungování Rodinného klubu Rybička v prostorách ZŠ Na Chodovci. Po dvou letech letech fungování v nových prostorách je již relativně zaběhnutý program a služby, a tak bychom se rádi více zaměřili na způsoby hodnocení a zjišťování potřeb a zpětné vazby. Na spadnutí je realizace projektů Poradna pro rodinné a partnerské problémy, Job klub – vzdělávací a poradenské centrum pro rodiče na a po rodičovské dovolené, Počítačové kurzy pro maminky s hlídáním dětí, Kurz Efektivního rodičovství a další. Dále se chceme zaměřit na další vzdělávání našich členů a zaměstnanců v oblasti vedení, projektového, personálního a finančního řízení mateřského centra.

Kontakty

Občanské sdružení Rybička
 Na Chodovci 54, 141 00 Praha 4
 IČO: 27010295
 Číslo účtu: 199172458/0300

e-mail: [mcrybicka @centrum.cz](mailto:mcrybicka@centrum.cz)
www.mcrybicka.com

Kontaktní osoby:

Lenka HRKLOVÁ, tel. 602 338 809

Simona HORČIČKOVÁ, tel. 605 771 970

Mgr. TEREZA LÍBOVÁ, tel. 603 734 690

PODĚKOVÁNÍ

Nakonec, však v neposlední řadě, bychom zde rádi vyslovili poděkování všem, kteří se v roce 2009 podíleli na činnosti sdružení i Rodinného klubu Rybička. Děkujeme všem členkám Rady a Výkonného týmu za permanentní péči o záležitosti sdružení, všem členům sdružení za přízeň, dobrovolníkům a jejich rodinám za obětavou práci a aktivní přístup, bez něhož bychom se při zajišťování chodu našeho rodinného klubu neobešli. Děkujeme radnici Městské části Praha 4 za veškerou podporu a vstřícnost. Dále děkujeme vedení Základní školy Na Chodovci za obětavé a nezištné vstřícné služby, počínaje půjčováním tělocvičny a jiných učeben, knihovny a jídelny, jakož i „půjčováním“ služeb žáků ZŠ... Zejména však děkujeme všem zúčastněným za osobní podporu a motivaci, bez níž by naše nezisková organizace postrádala smysl.

