

H N Í Z D O

Mateřské a rodinné
centrum Zábřeh, z.s.

VÝROČNÍ ZPRÁVA

ROK 2023



Poslání a historie mateřského a rodinného centra

Cíle sdružení dle nových stanov

Primární je pro nás 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 oblasti 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. Uvědomujeme si, že i pouhé setkání a

sdílení podobných zážitků a zkušeností mezi pečovateli o děti je svým způsobem léčivá a k tomu poskytujeme dostatečné zázemí. Děti zase ocení nové prostory, hračky a kolektiv vrstevníků.

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

 Rok 2018

- změna statutárního zástupce

 Rok 2020

- úprava a aktualizace webových stránek
- doplnění programu o bezkontaktní městské hry (reakce na pandemii)

Rok 2022

- doplnění programu o nabídku pro ukrajinské rodiny (reakce na konflikt na Ukrajině)

Rok 2023

- Personální změna ke konci roku 2023. Odchází Irena Švédová, manažerka každodenního provozu.

Činnost centra v roce 2023

Rok 2023 můžeme oproti rokům předchozím letům označit za běžný a zcela bez omezení vnějšími vlivy. Měli jsme možnost se naplno věnovat tomu, co nám dává smysl a to podpoře rodinných pout napříč generacemi. K tomu nám sloužily nejrůznější rodinné akce v téměř měsíčních intervalech a náš každodenní program v Hnízdě jako takovém.

Letošní rok jsme navázali spolupráci s Fondem ohrožených dětí, s Charitou Zábřeh, ZŠ Boženy Němcové, Římskokatolickou farností Zábřeh, Společnost pro ranou péči Olomouc, Jídlo na ulici Zábřeh, Milion chviliek pro demokracii a mnoho dalších.

Spolek Hnízdo se může pyšnit svou dynamikou a pestrostí v dobrovolnické a členské základně.

Pravidelné 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.



VZDĚLÁVÁNÍ

Cílem úterních přednášek a 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 nechat se inspirovat.

V roce 2023 jsme uskutečnili přednášky a besedy na tato témata:

- Upeč třeba chleba.. jak na kváskový?
- Fyzioterapie v gynekologii - Mgr. Karolína Svobodová
- .. když les léčí - Mgr. Tomáš Orehek
- Swap rostlin
- Sourozenci v harmonii– Mgr. Zuzana Frydrychovská
- Kdo byla Ludmila Mojžíšová a co všechno lze pomocí její metody léčit? Mgr. Veronika Papoušková
- Pánevní dno v souvislostech - Mgr. Karolína Svobodová
- Co současná věda říká o používání médií u dětí - Mgr. Anna Faltýnková
- Vybavení lékárníčky na léto - Mgr. Martina Branková
- Workshop Občanské poradny Charity Zábřeh
- Hra a její vliv na vývoj dítěte - Mgr. Pavla Sadilová



Jednorázové akce pro veřejnost 2023

Individuální finanční příspěvek ze strany města Zábřeh zahrnoval i příspěvek na jednorázové akce Mateřského a rodinného centra Hnízdo Zábřeh, z. s. Tyto aktivity byly organizovány pro občany města Zábřeh, právě pro rodiny s dětmi. Jsou pořádány pravidelně každým rokem s cílem nabídnout rodinám možnost společně se sejit 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. MRC se tímto projektem snaží nabídnout zajímavou a finančně nenáročnou alternativu.

- **Národní týden manželství – únor 2023** - osvětová kampaň na podporu institutu manželství letos na téma **Manželské kontrasty**. Využili jsme tento týden jak k besedování na dané téma pomocí sdílení a vzájemnému naslouchání, tak i ke společnému večeru manželů pod vedením Markéty a Josefa Kroulových. Večer byl plný hlubokých zamyšlení jak nad sebou samým, tak i nad svým manželským protějškem. Byl ovšem nachystán hravou a zábavnou formou, takže manželé domů odcházeli obohaceni i odpočatí a uvolnění. Jako každý rok jsme tuto přednášku časově situovali do podvečerních hodin, aby si manželé mohli najít společný čas bez dětí při účasti na této přednášce.
- **Pletení pomlázek**: Dvoudenní nabídka vrbových proutků k upletení velikonoční pomlázky. Při této akci je největším přínosem prolínání několika generací a předávání zkušeností.
- **Mámo, táto, jedeme na výlet! Aneb městská hra v rámci Týdne rodin**: středeční odpoledne v Týdnu rodin je ve znamení obsazení města Zábřeh rodinnými týmy. Letošní rok se cestovalo, objevovala zákoutí světa i cestování přímo v ulicích města. Díky této bezkontaktní hře, kde se rodinné týmy mezi stanovišti na základě mapky města, se poznává město jako takové, tak i lidé mezi sebou navzájem. Typickou součástí tohoto odpoledne je totiž náležitý převlek na dané téma. Letos se týmy mezi

sebou poznávaly díky typickým leteckým brýlím, kufříkům v ruce, či buzolami za pasem. Po splnění zadání na stanovištích si účastníci odnesli indicie k vyluštění tajenky, která byla v cíli potvrzením o úspěšném absolvování. Hráči zavítali na místa jako je Muzeum města Zábřeh, Kino Retro, Farní zahrada, Kulturní dům i věž kostela sv. Bartoloměje.

- **Víkend rodin** je na přelomu května a června víkendem rodin, které se spolu s Hnízdem vydají do místních hor a využijí prostorné chaty ke společnému víkendu. Páteční příjezd v odpoledních hodinách je volným seznamováním rodin. V sobotu je pro rodiny v nabídce společná túra či nenáročná procházka a neděle je odpočinková a rozluková. Tento víkend v sobě nese několik cenných darů, které jinak nezískáte. Je to společný čas s jinými rodinami, tudíž možná inspirace, sdílení radostí i těžkostí, vzájemný růst rodin. Je to také čas mimo rodné město, čas pro odpočinutí si od každodenní rutiny.
- **Pohádkový les:** nabídka světa nadpozemských bytostí je vyhledávanou akcí. K příjemnému zážitku jsme opět využili kouzelné prostory Wolkerových sadů, které nabídly chladnější zázemí i horkých letních dnech. Jako obvykle si děti otestovaly své dovednosti a znalosti při plnění jednotlivých úkolů od pohádkových bytostí.
- **Závody na odrážedlech** pro rodiče a děti – závod malých dětí s cílem podpořit zájem o sport na čerstvém vzduchu i takto malých dětí.
- **Lampionák s broučky:** Listopadové rozloučení se s broučky před zimním spánkem. Hlavní myšlenkou této akce je doprovod broučkům do jejich domečků, posvěcení jim na cestu vlastními lampiony a přání poklidné zimy. Průvod začíná u evangelického kostela, pokračuje po hrázi okolo rybníků a vede projitím zábřežským zámkem do cíle k Hnízdu. Tam na děti čeká teplý čaj.
- **Tvoření adventních věnců:** příprava na adventní čas v rámci setkání se nad tvorbou adventních věnců.

Vánoční příběh: divadelní představení v podání malých i velkých divadelních ochotníků na biblické téma narození Ježíše Krista





Lidé v Hnízdě

- *Irena Švédová* – manažerka centra – zajišťuje každodenní chod centra, koordinuje dobrovolné pracovníky, komunikuje s klienty, zařizuje administrativu centra, organizace přednášek
- *Bc. Tereza Tillová* – statutární zástupce – zajišťuje komunikaci s úřady, koordinaci týmu, marketing, projektovou činnost
- *Ing. Marcela Cahová* – účetní
- *Ing. Vladimíra Václavková* – dobrovolník, 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

- *Jana Valentová* – výpomoc s hudebním doprovodem
- *Martin Hojgr* – výpomoc při jednorázových akcích
- *A mnoho dalších, kterým jsme ze srdce vděční!*

Podporují nás

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

- - **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

- **ZŠ Boženy Němcové** za možnost pronájmu tělocvičny

- Všem **návštěvníkům** za zachování přízně

- Za spolupráci s těmito neziskovými organizacemi
 - **Centrum pro rodinný život Olomouc**
 - **Sít' mateřských center ČR**
 - **FOD**
 - **Raná péče**
 - **Charita Zábřeh**



Realizovaný rozpočet roku 2023

2023	Město činnost	Dar ČEPS	Vlastní	Celkem
Příjmy				
Město Zábřeh	85 000,00	0,00	0,00	85 000,00
Příjmy od uživatelů	0,00	0,00	63 313,00	63 313,00
Přijaté dary, fondy	0,00	50 000,00	56 600,00	106 600,00
Víkend rodin, SOS vesničky	0,00	0,00	18 340,00	18 340,00
	0,00	0,00	0,00	0,00
	85 000,00	50 000,00	138 253,00	273 253,00
Výdaje:				
Materiál	0,00	50 000,00	17 137,00	67 137,00
Nájemné + energie	81 600,00	0,00	54 336,00	135 936,00
Dohody o provedení práce	0,00	0,00	36 000,00	36 000,00
Lektoři - faktury	3 400,00	0,00	0,00	3 400,00
Poplatky z účtu	0,00	0,00	1 463,00	1 463,00
Tisk a výlep	0,00	0,00	3 251,00	3 251,00
Ostatní náklady na akce	0,00	0,00	17 815,90	17 316,50
	85 000,00	50 000,00	112 187,00	264 503,50
Výsledek hospodaření	0,00	0,00	26 066,00	8 749,50

Pohled do roku 2024

V roce 2024 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. V plánu máme několik jednorázových starých i nových aktivit, které by rodiny mohly využít ke kvalitnímu strávení společného času. Daří se nám i oslovovat nové odborníky z různých odvětvích a zajistit tak pestrost úterních přednášek.

Díky individuálnímu příspěvku ze strany města Zábřeh jsme schopni zachovat naši otevřenost všem sociálním vrstvám. Hlavním dotačním zdrojem v roce 2024 bude zejména město Zábřeh a různí anonymní sponzoři.

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.tillova@seznam.cz

E- mail centra ahoj@hnizdozabreh.cz

web Hnízda www.hnizdozabreh.cz

facebookové stránky www.facebook.com/hnizdozabreh

