



VÝROČNÍ ZPRÁVA 2011

**o. s. A centrum - vědomá a aktivní
příprava na mateřství a rodičovství
rodinné centrum**

Vítkova 10, 186 00 Praha 8 - Karlín

www.acentrum.eu

IČ 266 513 27



OBSAH

1. Úvodní slovo
2. Poslání a cíle
3. Aktivity
4. Souhrny a čísla
5. Finance
6. Lidé v organizaci
7. Kontaktujte nás

1. ÚVODNÍ SLOVO



Vážení přátelé,

uplynul další rok a je opět čas shrnout veškerou vloženou práci nás všech.

Pro mne znamenal zorientování se a usazení v nové pozici, hledání nových forem spolupráce jak uvnitř týmu, tak s jinými partnery, rozvoj finanční podpory a grantů, ukotvování a nastavování pravidel fungování. Pro lidi zvenku tato práce nebývá moc viditelná, přesto jsme zaznamenali pozitivní ohlasy.

Finančně byl tento rok pro nás velmi těžký, ale s novými kroky a podporou Vás všech doufám v obrácení této situace.

Největší radost mám z fungování lidí v týmu, který se ubírá podle mých snů. Panuje mezi námi tvůrčí spolupráce, otevřenost, zájem a radost z práce.

Děkuji všem aktivním členkám, provoznímu týmu a všem lektorkám a lektorům za jejich kvalitní práci, zapojení se a podporu.

Mgr. Hana Perglerová,

výkonná ředitelka

2. POSLÁNÍ A CÍLE



Po převzetí role výkonné ředitelky v roce 2010 jsem se rozhodla společně s dalšími lektorkami A centra zformulovat, kdo je nyní A centrum a jaké jsou naše cíle.

Vyšli jsme z hodnot, které jsou pro nás důležité: celostní přístup, vědomí, rodina, úcta a respekt, bezpečí, přirozenost, porozumění, podpora, rozvoj, tvořivost a pohyb.

***„A centrum je místo pro podporu rodiny,
kde každý může být sám sebou a vědomě tvořit svůj život.“***

Hlavním cílem se tedy nově stává aktivní a vědomá podpora rodiny. Cíl je naplňován následujícími formami:

- *Vytváří láskyplný a bezpečný prostor pro rozvoj celé rodiny. Klade důraz na zvyšování společenského uznání role ženy - matky a umožňuje otcům v celém procesu zastávat roli, která jim patří.*
- *Zprostředkovává ucelené a objektivní informace o těhotenství, porodu, mateřství a rodičovství. Tímto působí na zlepšení respektu celé společnosti k dětem jako záruka zdravé rodiny a prevence celospolečenských problémů.*
- *Poskytuje nejen teoretické informace, ale také jejich prohloubení osobním prožitkem v širokém spektru netradičních praktických pohybových kurzů a seminářů pro rozvíjení dovedností.*
- *Napomáhá humanizaci porodnictví v České a následně také ve Slovenské republice a přispívá k liberalizaci podmínek a možností v oblasti porodnictví.*

3. AKTIVITY



Falůňo

Velmi významnou událostí bylo v květnu započítí tvůrčího setkávání pro rozvoj A centra, které jsme nazvali Falůňo (obraz spojení mužského a ženského principu - spojení Falu a Lúna).

Tento aktivní kruh do A centra přinesl mnoho: nové možnosti spolupráce s lektorkami, kvalitnější zpětnou vazbu, možnost se podílet na rozvoji A centra, efektivnější fungování, nové lidi včetně nové členky výkonného výboru Lucie Kupcové (zvolení proběhlo v únoru 2012), novou strukturu občanského sdružení, stvoření nové tváře A centra včetně její nynější identity, cílů a vizí do budoucna, společně jsme vytvořily strukturu nového webu A centra (spuštění v březnu 2012) a začaly nastavovat jasná pravidla fungování.

Spolupráce s firmami

Otevíráme nový projekt pro firmy - Integrace firemního a rodinného života.

Za dobu desetiletého působení se událo v naší společnosti mnoho změn, které nás vedou k oslovení nových cílových skupin. V uplynulých 10-ti letech jsme zaznamenali posun "hodnot" od vědomí rodiny směrem k funkci člověka v práci a jeho důležitost ve firmě nebo společnosti. Z pohledu tradiční rodiny dochází k jejímu rozpadu na úrovni společnosti a to se stalo klíčovým faktorem pro krizi, ve které se jako společnost nacházíme.

Reflexí těchto změn je naše rozhodnutí oživit tradiční společenský význam rodiny, jehož hlavní podstatou je spokojenost a naplnění, které není možné jinak nahradit. Naším předpokladem je, že pokud na úrovni společností a firem dostanou zaměstnanci podporu pro nalezení rovnováhy v rodinném a osobním životě, stane se to klíčovým bodem zlomu celospolečenské krize, kterou právě procházíme.

Flexi pasy

Klienti mohou nově využívat při nákupu našich programů Flexi pasy, tj. benefity nabízející často firmy svým zaměstnancům. Zeptejte se ve Vaší firmě ☺ a využijte slev a výhod benefitů (více na <http://www.benefit-plus.eu>).

Fundraising

Vzhledem k velmi obtížné finanční situaci A centra jsme napřeli všechny síly k získávání nových zdrojů.

Od srpna jsme otevřeli **sbírkový účet** na podporu provozu A centra, ze kterého bude hrazen především nájem, který nyní činí 31 000 měsíčně. Hledáme tedy 310 partnerů, kteří by nám zasílali měsíčně na účet 100 Kč. Velmi děkujeme všem, kteří se do spolupráce již zapojili. Za podporu Vám nabízíme slevy a další výhody, více na www.acentrum.eu. Číslo účtu je 2600088789/2010. Vystavení dárcovské smlouvy na požádání je samozřejmostí, dar můžete odečíst z daní.

Zažádali jsme o dva **granty MPSV a Čez**. Grant od MPSV jsme dostali – HURÁ!

Zaregistrovali jsme A centrum na dvou **dárcovských portálech** – www.darujme.cz a www.darujspravne.cz. Můžete nám tedy nyní zasílat dárcovské platby online přes tlačítko na našich webových stránkách.

Dobrovolníci

Začali jsme oficiálně spolupracovat s dobrovolníky, pokud byste měli zájem o dobrovolnictví v úžasném týmu A centra, prosím, napište na info@acentrum.cz.

Lektorský kurz

V listopadu 2010 bylo přijato výběrovým řízením z 35 uchazečů 22 studentek do třetího běhu 1,5-letého lektorského kurzu Vědomé a aktivní přípravy na mateřství a rodičovství, který v roce 2011 úspěšně běžel.

Bude ukončen v květnu 2012. Kurz je garantován Uníí porodních asistentek. Cvičení s dětmi je akreditováno MŠMT.

Náplní studia je:

- 1) Osobnostní rozvoj a sebepéče
- 2) Metodika, didaktika
- 3) Teorie: základy fyziologie, fyzioterapie a psychologie těhotenství, porodu a šestinedělí a po něm, výchova a péče o dítě do tří let

4) Praxe (v průběhu kurzu je možno zvolit si jednu či více z těchto specializací):

- a) tanec rodiček + tanec po porodu + cvičení s dětmi do tří let
- b) harmonizační cvičení v těhotenství + po porodu + cvičení s dětmi do tří let
- c) cvičení na velkých míčích v těhotenství + po porodu + cvičení s dětmi do tří let
- d) gravidjóga + jóga po porodu + cvičení s dětmi do tří let

Lektorský tým: MgA. Katarína Zatovičová, Mgr. Hana Perglerová, Mgr. Tamara Melissa, MUDr. Lenka Misiaczková, Petra Bzirska, Kateřina Šorejsová, Renata Skálová – fyzioterapeutka Externí přednášející: Petra Dušková (porodní asistentka), RNDr. Lenka Kočí (psychoterapeutka), Patrik Bálint (psychoterapeut), MUDR. Hana Středová

Partnerství

Dlouhodobě spolupracujeme s těmito organizacemi: partnerská občanská sdružení **A centra** v Bratislavě a v Košicích, dále **UNIPA** – Unie porodních asistentek, **HAM** – Hnutí aktivního mateřství, **Aperio** – Společnost pro zdravé rodičovství, **ČAD** – Česká asociace dul, **ROZALIO** - rodiče za informovanost a svobodnou volbu v očkování.

Úspěšně pokračuje naše spolupráce s organizací **LOM – Ligou otevřených mužů**, kteří u nás nyní kromě jednorázových seminářů otevřeli půlroční uzavřenou rozvojovou skupinu pro muže.

Pokračuje spolupráce se sdružením **Prostor pro rodinu** na projektu vzdělávání osob pečujících o malé a předškolní děti na území Hlavního města Prahy. Hlavním cílem projektu je vytvořit odborné a profesionální zázemí pro novou alternativní službu „Pečování o malé a předškolní děti“. Vzdělávací program pro pečující o malé a předškolní děti připraví kompetentní osoby schopné věnovat se péči o děti do 6-ti let. Program je namířen primárně na rodiče na mateřské či rodičovské dovolené, kteří budou po absolvování vzdělávacího kurzu teoreticky i prakticky připraveni na provozování samostatné výdělečné činnosti - alternativní služby „Pečování o malé a předškolní děti“.

V souvislosti s nově se rodícím projektem pro firmy jsme začali spolupracovat s firmou **Image Lab**, která nás podporuje svým knowhow a zaškoluje naše lektorky. Tyto vědomosti jsou pro nás velmi cenné a ráda bych i touto cestou celé firmě a taktéž Martinovi Kalendovi velmi poděkovala za celé A centrum.

Nadále pokračuje spolupráce s časopisy Děti a my, Betyňka, s pražskou televizí Metropol aj.

4. SOUHRNY A ČÍSLA



Pravidelné aktivity

Pro těhotné ženy:

Pilates
Předporodní příprava
Cvičení na míči
Gravidjóga
Harmonizační cvičení
Celostní cvičení
Tanec pro radost
Partnerské předporodní setkání
Zdravotní cvičení
Mohendžodáro
Porodní večírek

Pro rodiče s dětmi:

Tanec pro radost
Montessori klub
Jóga a harmonizace po porodu
Afro tanec po porodu
Zdravotní cvičení po porodu
Celostní cvičení po porodu
Pilates po porodu
Mohendžodáro po porodu
Cvičení na míči po porodu
Masáže dětí a kojenců

Pro děti:

Světýlka
Zvoneček
Muzikanti
Andělíčci
Skřítci
Indiáni s jógou
Tvoření
Hrátky s bubnem

Poradny:

Poradna pro těhotné
Poradna péče a výchovy dítěte
Poradna psychomotorického vývoje
Konzultace vázání šátků

Pro ženy a muže:

Cesta ženy
Loona dance
Mohendžodáro
Jóga pro ženy
Mužská skupina

Masáže:

Aromaterapeutická masáž
Shiatsu masáž

Přednášky a semináře

Seminář nošení dětí v šátku, Látkové plenky moderně, Přirozená hygiena kojenců - bezplenková metoda, Jak uspávat děti a dobře spát, Zdravá výživa, Jsem ve varu, Aby porod nebolel, Partnerské masáže v těhotenství, Principy demokratické výchovy, Koncept kontinua aneb rodičem bez stresu, Bylinky pro děti a maminky, Montessori pedagogika, O dětském vzteku, Porod a emoce, Zuby jako zrcadlo duše, Očkování, Waldorfská pedagogika, Pevné objetí, Homeopatie, Znakování s dětmi, Místo dítěte v rodinném systému, Porodní večírek, Mantření, Léčení přírodními prostředky, Mateřství a otcovství v nové době, Zelená domácnost, Temperamenty dětí, Muž u porodu, Informovaný souhlas - bezpečí i svoboda u

porodu, Odstavování dětí, Začínáme přikrmovat naše miminko, První pomoc, Otcovství, Otevřená fóra na téma muž u porod a porod doma, Duchovní vývoj dítěte, Promítání filmu o přirozených porodech, Respektovat a být respektován, Televize a děti, Střídavá péče, Jak správně nosit miminka, Cesta zvuku za miminkem, Celostní pohled na psychomotorický vývoj dítěte.

Víkendové aktivity

Orgasmický porod, Péče a výchova dětí od 0 do 3, Rodinné konstelace, Šťastné počátky pro nastávající rodiče, Předporodní kurz, Česká asociace dul – kurz, Tajemství ženského menstruačního cyklu, Pánevní dno, Lektorský kurz A centra, Aby porod nebolel, Porod doma, Alikvótní zpívání, Hlas dokořán, Bachovy esence v porodnictví, Adventní rituál.

Služby

Hlídní dětí, Rozvoz bioobědů, Rozvoz biozeleniny a biobedýnek, Půjčování koupacích kyblíků a odsávaček, NOVĚ! Půjčování porodních bazénů a šátků na nošení dětí

ČÍSLA

Počet pravidelných týdenních lekcí v jednom týdnu: **43**

Pro těhotné ženy: **13**

Pro rodiče s dětmi: **16**

Pro děti: **9**

Pro ženy: **5**

Počet přednášek a seminářů konaných za rok: **113**

Počet víkendových seminářů a workshopů za rok: **22**

Počet klientů odebírající pravidelný měsíční newsletter: **1785 klientů**

Vstupy na pravidelné týdenní aktivity celkem: **4 822**

<i>Leden</i>	<i>511</i>	<i>Červenec</i>	<i>177</i>
<i>Únor</i>	<i>365</i>	<i>Srpen</i>	<i>245</i>
<i>Březen</i>	<i>683</i>	<i>Září</i>	<i>492</i>
<i>Duben</i>	<i>387</i>	<i>Říjen</i>	<i>427</i>
<i>Květen</i>	<i>421</i>	<i>Listopad</i>	<i>606</i>
<i>Červen</i>	<i>300</i>	<i>Prosinec</i>	<i>208</i>

5. FINANCE



NÁKLADY	HLAVNÍ ČINNOST	HOSPODÁŘSKÁ ČINNOST	CELKEM
spotřeba materiálu	34 429,60	4 270,40	38 700,00
kancel potřeby	2 936,00	0,00	2 936,00
čistící prostředky	9 074,60	4 270,40	13 345,00
pomůcky na cvičení	22 419,00		22 419,00
spotřeba energie	13 812,84	6 500,16	20 313,00
spotřeba ostatní	0,00		0,00
prodané zboží		208 645,00	208 645,00
Weleda		23 695,00	23 695,00
Eoné		40 978,00	40 978,00
Nobilis		30 496,00	30 496,00
knihy		43 456,00	43 456,00
ostatní		70 020,00	70 020,00
opravy a udržování	11 944,20	5 620,80	17 565,00
náklady reprezentace	41 368,71		41 368,71
ostatní služby	1 321 334,44	160 228,48	1 481 562,92
pronájem pokladny	5 100,00	2 400,00	7 500,00
nájemné	261 156,72	122 897,28	384 054,00
služby prostory	74 228,80	34 931,20	109 160,00
zbytek	708 978,92		708 978,92
lektorský kurz	271 870,00		271 870,00
mzdové náklady	339 696,80	10 227,20	349 924,00
úklid	21 732,80	10 227,20	31 960,00
lektori LK	26 663,00		26 663,00
ostatní	291 301,00		291 301,00
ostatní daně a popl.	300,00		300,00
pokuty a penále	700,00		700,00
ostatní náklady	0,58		0,58
CELKEM	1 763 587,17	395 492,04	2 159 079,21
VÝNOSY	HLAVNÍ ČINNOST	HOSPODÁŘSKÁ ČINNOST	CELKEM
tržby cvičení, přednášky	920 562,00		920 562,00
tržby lektorský kurz	452 695,17		452 695,17
tržby prodané zboží		333 015,00	333 015,00
přefakturovaný nájem		317 543,00	317 543,00
tržby jiné	5 850,00		5 850,00
úroky - běžný účet	1 375,03		1 375,03
členské příspěvky	3 960,00		3 960,00
dary	37 300,00		37 300,00
CELKEM	1 421 742,20	650 558,00	2 072 300,20

6. LIDÉ V ORGANIZACI



Stav k 31. 12. 2011.

Valná hromada má 12 členek

1. Perglerová Hana, výkonná ředitelka, lektorka
2. Zatovičová Katarina, členka výkonného výboru, lektorka
3. Nováková Martina, členka výkonného výboru
4. Cejnarová Jana, lektorka
5. Davidová Petra, produkce přednášek
6. Kočí Lenka, facilitátorka týmu A centra
7. Mellisa Tamara Čábelová, lektorka
8. Königsmarková Ivana, lektorka
9. Počtová Lenka, bývalá lektorka
10. Skuhrovcová Štěpánka, lektorka
11. Urbanczyková Petra, externí spolupracovnice
12. Vymazalová Zorka, recepční, lektorka
13. Vyšatová Kateřina, lektorka

Výbor sdružení má tři členky

Mgr. Perglerová Hana

MgA. Zatovičová Katarina

Nováková Martina

Výkonná ředitelka

Mgr. Perglerová Hana

7. KONTAKTUJTE NÁS



Občanské sdružení

A centrum – vědomá a aktivní příprava na mateřství a rodičovství

Vítkova 10, 186 00 Praha 8

IČ: 266 513 27

Tel.: 224 811 190

Mob.: 605 253 345

Email: info@acentrum.eu

Web: www.acentrum.eu

Č. účtu: 2300088787/2010

Č. sbírkového účtu: 2600088789/2010



Těšíme se na Vás 😊 tým A centra