

**Občanské sdružení SPOLEČNÝ DEN**

*Sídlo: Na Okraji 35, Praha 6, 162 00*

## VÝROČNÍ ZPRÁVA ZA ROK 2012

### HISTORIE

- |             |   |
|-------------|---|
| 2006 – 2009 | rozvíjení aktivit pro rodiny s nejmenšími dětmi (cvičení maminek s miminky, cvičení pro ženy, hrátky s dětmi) v oblasti Petřin a okolí (Břevnov, Veleslavín, Liboc, Bílá hora)  |
| 2009        | založení <b>občanského sdružení Společný den</b> , které realizuje celotýdenní celoroční činnost Rodinného centra Společný den na Petřinách<br>— <b>jediné centrum pro rodiny s malými dětmi a cvičením pro dospělé v lokalitě Petřin</b>                               |
| 2009 – 2011 | realizace volnočasových aktivit pro rodiče s dětmi od narození, pro děti od 3 do 7 let, pro dospělé a seniory.<br>V roce 2011 jsme oslovili ZŠ Petřiny SEVER a Klub seniorů Petřiny s možností vzájemné spolupráce za účelem podpoření komunitního života na Petřinách. |

### CÍLOVÁ SKUPINA

**Naším cílem je oslovit všechny tři generace – děti, rodiče a prarodiče.**

#### **Hlavní cílové skupiny:**

- Nastávající a čerstvé maminky (s miminky od narození do 1 roku)
- Rodiče s nejmenšími dětmi 1 – 3 roky
- Předškolní děti 3 – 7 let
- Dospělí
- Senioři

### ČINNOST SDRUŽENÍ V ROCE 2012

**Činnost probíhala od ledna do června a od září do prosince. V červenci a srpnu se intenzivně pracovalo na organizačních a propagačních záležitostech (příprava nové sezóny, webové stránky, propagační materiály).**

### Naše priority:

- **Kvalitní odborníci a profesionální lektori** (vedení kroužků, kurzy, přednášky) — možnost odpovídajícího ohodnocení.
- **Kvalitní podmínky pro činnosti** — odpovídající vybavení, příjemné prostředí.
- **Dostatečná a kvalitní propagace** — webové stránky, inzerce v tiskovinách, tištěné materiály.
- **Cenová dostupnost pro všechny skupiny** – matky na mateřské dovolené, rodiny s více dětmi, senioři.
- **Spolupráce s MČ Prahy 6.** Podány 2 žádosti o grantový příspěvek.

### Kurzy a kroužky

**18 hodin pravidelných aktivit každý týden** (září – červen):

- a) Kroužky pro děti a pro rodiče s dětmi: Batolátka, , Tvořivá ABECEDA, Sportovní ABECEDA, Jógová cvičení pro radost,
  - b) Kurzy pro dospělé: Jóga, Pilates, PowerYoga, Fit4Mami, Volejbal
  - c) Kurzy pro seniory: Cvičení pro zdravá záda, Relaxační cvičení
- Na podzim 2012 jsme začali nabízet pravidelné lekce pro seniory ZDARMA (2x týdně 30 minut).

Zapsáno **125 členů** do pravidelných kroužků pro děti a zhruba **110** stálých návštěvníků na cvičeních pro dospělé, z toho **30 seniorů** (pravidelné aktivity pro seniory jsme zahájili v říjnu 2012).

Registrováno přes 200 členů na webových stránkách



### Akce pro veřejnost:

- a) kurzy: První pomoc u dětí, Respektovat a být respektován
- b) cyklus večerní přednášková setkávání „Žena“
- c) akce pro děti a rodiče: Zahradní slavnost, Společný den na Petřinách, Mikulášská hra, Víkendové semináře (Taneční, Cirkus, Afrodance)
- d) společné projekty se ZŠ Petřiny SEVER
  - Adventní večer pro seniory (konec listopadu 2012)
  - Přednášky nejen pro seniory (září - prosinec 2012)
  - dílny pro seniory (září – prosinec 2012)

Zapojili jsme se do programu Měsíc zdravé šestky, Ladronkafest.



Mikulášská hra



Společný den na Petřinách



Ladronkafest



Nedělní cirkusový seminář

## CÍLE ČINNOSTI

- Vytváříme **koncepti věkově navazujících aktivit** – od cvičení maminek po porodu, přes cvičení maminek s miminky a batolátky, kroužky pro děti od 3 do 6 let. Zároveň usilujeme i o **generační návaznost a propojenost** – aktivity pro rodiče s dětmi, pestrá nabídka cvičebních kurzů pro dospělé, cvičební kurzy určené i seniorům.
- Nabízíme **časově flexibilní rozvrh** – aktivity v ranních, dopoledních, odpoledních a večerních hodinách. Vycházíme vstříc poptávce a časovým potřebám jak maminek na mateřské dovolené, tak pracujícím rodičům a širší veřejnosti.  
**Od září 2012 zařazeny cvičební lekce v délce 20 minut v dopoledních hodinách, určené především seniorům.**
- Dbáme na **cenovou dostupnost** pro všechny zájemce kurzů – zvýhodněné permanentky, zahajovací slevové akce, slevy pro sourozence, slevy pro seniory. **Lekce pro seniory byly v roce 2012 pro klienty starší 60 let zdarma.**
- Naši činnost zajišťuje **kvalitní tým profesionálních lektorů**, kteří mají odpovídající odbornost a zkušenosti pro danou oblast. Při vzdělávacích aktivitách (přednášky, kurzy) spolupracujeme se zkušenými odborníky, především pak těmi, kteří působí v naší lokalitě.
- Jako lektorky a dobrovolné spolupracovnice se zapojují maminky na mateřské dovolené, což pozitivně umožňuje jejich seberealizaci, zapojení do obecně prospěšné činnosti, navázání na jejich osobní profesní činnost, přivýdělek.
- V roce 2009 jsme se zapojili do **sociálního projektu Veřejná služba**, realizovaného MČ Prahy 6 (akce pro seniory Domu s pečovatelskou službou v Praze 6 – Liboci). V roce 2011 jsme zahájili spolupráci se Svazem důchodců Petřiny. V roce 2012 byly členům svazu určeny pravidelné lekce cvičení „Cvičení pro zdravá záda“ a „Relaxační cvičení“. V adventním čase jsme pro ně uspořádaly Setkání pro seniory s programem.
- Dlouhodobě navazujeme kontakt a spolupráci se školskými subjekty (MŠ, ZŠ, Gymnázium, ZUŠ), občanskými iniciativami (Svaz důchodců Petřiny) a neziskovým sektorem v lokalitě Petřin a okolí. Podporujeme komunitní život místních obyvatel. Usilujeme o nalezení a vytvoření vhodného prostoru pro vytvoření kvalitního komunitního centra.
- Cílená a kvalitní propagace směrem k jednotlivým cílovým skupinám (tisk letáků, správa webových stránek, inzerce v tiskovinách)
- Děti i dospělí se snažíme vést k sounáležitosti ke skupině, sdílené společných hodnot vycházejících ze společného zájmu, vytváření a rozvíjení přátelských a kamarádských vztahů

## REALIZAČNÍ TÝM

### Zástupci o. s. Společný den

Ing. Jana Ohanková – řízení občanského sdružení, koordinace činnosti  
Mgr. Hana Vondráková – pedagogické a programové záležitosti, webové stránky  
Mgr. Jiřina Mastníková – právní a finanční záležitosti

### Podpůrné práce

Ing. Martina Smržová – účetní  
Bc. David Kraml – správa webových stránek  
Eliška Svobodová – design

### Lektorský tým

Anežka Stráníková  
Bc. Lenka Ryzáková  
Zuzana Herzingerová  
Ing. Jana Ohanková  
Mgr. Marie Rumlenová  
Michaela Sotonová  
Lukáš Šimon  
BcA. Kateřina Votočková  
Mamadou Lamine Sonko Diatta  
Monika Rebcová  
Bc. Tereza Bažantová  
Eliška Svobodová  
Mgr. Alexandra Lampová Dekanová

## Prostory pro realizaci činnosti

Činnost probíhá v pronajatých prostorách:

- a) Centrum bojových sportů Dračí brána, Křenova ul. 11, Praha 6 – Petřiny
- b) tělocvičně ZŠ Petřiny-sever, Na Okraji, Praha 6 – Petřiny

## HOSPODAŘENÍ

Náklady za rok 2012 ( v tis.)

Spotřebované nákupy celkem	50
Služby celkem	222
Osobní náklady celkem	127
Ostatní náklady celkem	6
<b>Celkem</b>	<b>405</b>

Výnosy za rok 2012 (v tis.)

Přijaté příspěvky celkem	373
Provozní dotace celkem	30
<b>celkem</b>	<b>403</b>

<b>Výsledek hospodaření (v tis.)</b>	<b>-2</b>
--------------------------------------	-----------

Výroční zprávu zpracovala:  
Hana Vondráková