



Acentrum
Váš průvodce těhotenstvím
a rodičovstvím

VÝROČNÍ ZPRÁVA 2012

OBSAH

- 1. Úvodní slovo ředitelky 3
- 2. Poslání a cíle 4
- 3. Lidé v organizaci 6
- 4. Projekty 11
- 5. Aktivity 15
- 6. Partnerství 17
- 7. Aktivity v číslech 18
- 8. Finance 19
- 9. Media 22
- 10. Kontakt 23

1. ÚVODNÍ SLOVO ŘEDITELKY

Vážení přátelé,

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

Jedním z nejdůležitějších otázek pro mne byla finanční situace A centra. Ekonomická krize se projevila i u nás. Bez grantů a vnější podpory vypadala situace sdružení velmi špatně, dokonce jsme zvažovali, že A centrum zavřeme. Naštěstí jsme díky Petře Hanelové dostali granty od MPSV a od Prahy 8, kterým tímto VELMI děkujeme. Stejně tak děkujeme Vám všem, kteří jste přispěli či přispíváte na naši sbírku na podporu provozu A centra. Finanční situace A centra se pomalu, ale jistě zlepšuje a my se těšíme tomu, že naše služby Vám budou nadále k dispozici.

Provozní tým prodělal za rok některé změny. S radostí vítám v A centru novou produkční workshopů a přednášek Gabrielu Vopatovou a novou PR Veroniku Alexovou. Hlavní novinou je konečně nalezení třetí osoby ve výkonném výboru, která se tento rok dvakrát změnila. Nakonec tuto roli přijala Tamara Melissa Čábelová, která je v A centru již od jeho počátku, takže původní trojice, která se podílela na vzniku A centra je nyní společně ve výkonném výboru, z čehož mám velkou radost.

Jedním z našich cílů pro tento rok byl rozvoj spolupráce s muži a aktivit pro táty a partnery těhotných žen. Mám velikou radost z rozvíjející se spolupráce s Ligou otevřených mužů. Dále nám přibylo více přednášejících lektorů mužů např. Viktor Lelek, Filip Žitník, Hynek Valenta, aj. a taktéž tedy máme více přednášek určených mužům.

Tento rok také provázelo započetí několika nových projektů jako například Kompetentní rodič, Volnočasovky pro nejmenší či Den pro rodiinu.

Děkuji všem aktivním členkám, provoznímu týmu a všem lektorkám a lektorům za jejich kvalitní práci, zapojení se a podporu. A především děkuji Vám účastníkům, kteří svým nadšením z naší práce nám dáváte smysl proč rozvíjet naši práci dál i v těchto pro nás finančně těžkých časech.

Mgr. Hana Perglerová
výkonná ředitelka

2. POSLÁNÍ A CÍLE

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

A centrum založila MgA. Katarína Zatovičová v roce 1998. Impulzem jí bylo uvědomění, že přístup k početí a těhotenství, způsob komunikace a vnímání dítěte, zásadně ovlivňuje jeho budoucí život. Navázala tak na myšlenky Dr. Thomase Vernyho a jeho knihu «Tajemný život dítěte před narozením» a vytvořila prostor, který nastávajícím, ale i současným rodičům poskytuje širokou škálu informací z oblasti prenatální psychologie, porodnictví, pediatrie a vzdělávání

Hlavním cílem je aktivní podpora rodiny:

- * Vytváříme láskyplný a bezpečný prostor pro rozvoj celé rodiny.
- * Zprostředkováváme **ucelené a objektivní informace** o těhotenství, porodu, mateřství a rodičovství.
- * Poskytujeme nejen teoretické informace, ale také jejich prohloubení osobním prožitkem v širokém spektru netradičních praktických pohybových kurzů a seminářů pro rozvíjení dovedností.
- * Vzděláváme lektory/ky z celé Evropy, které pracují dále s těhotnými, s ženami po porodu a s rodiči s dětmi do tří let.
- * Napomáháme humanizaci porodnictví v České a následně také ve Slovenské republice a přispíváme k liberalizaci podmínek a možností v oblasti porodnictví.

Naše specifčnosti:

- * historie, tradice, zkušenosti, vytrvalost – 15 let fungování
- * bezpečná rodinná atmosféra – návštěvníci se u nás skutečně cítí jako doma
- * celistvost – nestandardní pohybové lekce, zahrnují celistvou péči o člověka tj. péči o emoce, tělo, mysl, propojujeme západní a východní nauky
- * průkopnictví – zavedení v ČR a SR dnes již známé gravidjógy, tance rodiček, tance s mimi v náručí, muzikoterapie pro kojence apod.
- * návštěvníci z celé ČR a SR – dojíždí za specifčností A centra
- * zázemí pro vznik organizací jako H.A.M, Česká asociace dul, Aperio.

3. LIDÉ V ORGANIZACI

Stav k 31. 12. 2012.

Výkonný výbor sdružení má tři členky



Mgr. Perglerová Hana

- * Autorka a lektorka cvičení s dětmi Světýlka
- * Lektorka péče a výchovy dítěte
- * Kurzy vázání šátků Vatanai
- * Poradenská, dále přednášková a publikační činnost
- * Učitelka na WZŠ (3 roky) a učitelka na waldorfském lyceu (1 rok)
- * Lektorka seminářů Vytváření společenství podle S. Pecka



- * Spoluautorka a lektorka kurzu Vědomá a aktivní příprava na mateřství a rodičovství
- * Výkonná ředitelka A centra

Vystudovala na Přírodovědecké fakultě UK v Praze obor učitelství biologie – zeměpis. V roce 2000 se jí narodil první syn a od té doby se jejím hlavním zájmem stalo hledání celistvého pohledu na výchovu a vývoj dětí a to především těch nejmenších. Začala působit v A centru, ve kterém se v roce 2010 stala výkonnou ředitelkou. V roce 2006 dokončila tříleté Studium waldorfské pedagogiky v Praze (zastřešeno mezinárodní asociací WŠ IAO ve Stuttgartu). Zde našla mnoho inspirace pro svou práci – myšlenka vědomého pozorování a vlastního poznání je pro ni základním kamenem. V posledních několika letech se intenzivně také zabývá problematikou společenství a mezilidských vztahů, což ostatně s výchovou dětí velice úzce souvisí. Facilituje třídní zážitkové semináře Vytváření společenství podle Scotta Pecka (www.komunity.webnode.cz).

Je matkou synů Matěje (2000) a Jakuba (2007).

„Každé dítě přichází se svým posvátným rytmem vývoje a individuálními potřebami. Vraťme se ke své vnitřní rodičovské moudrosti, pozorujme své dítě a učme se ho vědomě vnímat jako jedinečnou osobnost. Z takového vztahu nechť se rozvíjí partnerství a láska.“

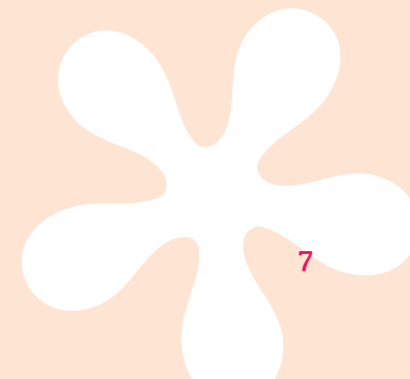


MgA. Zatovičová Katarína

- * Zakladatelka A centra
- * Partnerské předporodní setkání
- * Gravidjóga – harmonizace
- * Jóga po porodu
- * Tanec v rytmu afro pro matky s dětmi
- * Masáže dětí a kojenců
- * Přednášky a workshopy zaměřené na prenatalní psychologii, mateřství a rodičovství
- * Spoluautorka a lektorka kurzu Vědomá a aktivní příprava na mateřství a rodičovství

Narodila se v Bratislavě. Po absolvování divadelní AMU, působila tři sezony v Martinském divadle, ale jejím velkým snem už od mládí byla psychologie a medicína. V Praze působila v roce 1993 jako terapeutka v Mezinárodním léčitelském centru Mandala u Milana Calábka a vzdělávala se v různých oborech, souvisejících se zdravým životním stylem a ekologií. Impulsem v jejím směřování bylo setkání s knihou Prenatální psychologie od Thomase Vernyho. A tak v roce 1998 začala realizovat svůj projekt, jehož prostřednictvím chtěla budoucím rodičům poskytnout celostní informace o těhotenství, porodu, mateřství a rodičovství. Postupem času se Katarína dopracovala při studiu různých filosofí a technik ke svébytně a originálně pojatému konceptu těhotenského cvičení. V roce 2001 se podílela na přípravách mezinárodní konference „Přivádíme děti na svět „ v Praze. Přednáší v České a Slovenské republice. Síla srdce a citu, přirozenost a rodinná atmosféra jsou styčnými body její práce.

„Mateřství je největší a nejkrásnější role, kterou jsem dostala a žiju. Je to dar lásky, úcty a inspirace, který dávám sobě, dětem i všem ostatním.“





Mgr. Tamara Melissa Čábelová

(od 4. 9. 2012)

- * Cesta Ženy
- * Aromaterapeutická masáž „Sedmé nebe“
- * Masáže dětí a kojenců
- * Tanec rodiček a tančení s miminky
- * Spoluautorka a lektorka kurzu Vědomá a aktivní příprava na mateřství a rodičovství
- * Terapeutka

Od počátku 90. let absolvovala mnoho tanečních výcviků, seminářů osobního rozvoje a konferencí v Čechách i zahraničí. Vystudovala dějiny umění na FF UK v Praze. Pracovala jako kurátorka uměleckých sbírek v Museu Kampa. V roce 2000 vytvořila projekt Cesta Ženy a navázala spolupráci s A centrem. Od té doby vede ženské skupiny osobního rozvoje, v nichž se zaměřuje především na rituální uctění zlomových okamžiků a období v životě žen: první menstruace – zasvěcení dívky

v ženu, léčení vztahu k menstruaci jako ke zdroji vlastní síly a moudrosti, svatba – zrození partnerství, rozloučení s nenarozeným dítětem, porod – zrození mateřství. Poskytuje též individuální poradenství, léčení a požehnání s aromaterapeutickou masáží „Sedmé nebe“. Ve své práci používá rituál, tanec, rozličnou práci s tělem, hlasem, dechem, dotekem, vůní, vizualizací, emocemi, se spouštěním a tvorbou v přítomném okamžiku. V roce 2009 pobývala několik měsíců v Indii, kde kromě absolvování meditačních retreatů započala výcvik pro provázení transformačními procesy zrození a umírání u Jacqueline Maria Longstaff. Další části výcviku, který v roce 2010 dokončila, probíhaly ve Švédsku. Učí se u šamanské učitelky v Brazílii. Je vyškolená jako „Moon Mother“ od Mirandy Gray, autorky knihy „Rudý měsíc“. Nyní je ve výcviku „Předporodní příprava“ u Patrika Bálinta a se svým mužem prochází několikaletým tantrickým výcvikem pro páry „Partneři duše“. Je šťastná, když vidí, jak se ženy probouzejí, uzdravují, rozkvétají ve své přirozenosti a objevují náruč plnou lásky pro sebe, své muže, své rodiny a celou naši krásnou planetu.

„Ženská spiritualita přebývá v těle.“

(Joan Borysenko: Cesta ženy k Bohu)



Členkou výkonného výboru byla do 7. 2. Martina Nováková, Lucie Kupcová pak až do 3. 9. 2012. S nástupem Tamary Melissy se po letech ve výkonném výboru ocitly všechny tři ženy, které byly v A centru již od samého počátku.

Valná hromada má 9 členek

Berousková Arnoštka, lektorka

Bzirská Petra, lektorka

Čábelová Tamara Melissa, členka výkonného výboru, lektorka

Hanelová Petra, fundraiserka

Kočí Lenka, facilitátorka týmu A centra, terapeutka

Perglerová Hana, výkonná ředitelka, lektorka

Skálová Renata, lektorka

Skuhrovcová Štěpánka, lektorka

Zatovičová Katarína, členka výkonného výboru, lektorka

Realizační tým

Zatovičová Katarína – produkce pravidelného programu

Vopatová Gabriela – produkce přednášek a workshopů

Alexová Veronika – marketing, PR

Hanelová Petra – fundraising

Königsmarková Janina – webmasterka, recepce

Kočí Irena – finance, recepce

Vymazalová Zorka – recepce

Vágnerová Eva – recepce

Vandírková Jana – účetní

Vébr Lukáš – programátor

Blažejová Lenka – grafička

Ducháčková Jana – newsletter

Lektorky pravidelných programů

Berousková Arnoštka, Bzirská Petra, Cejnarová Jana, Čábelová Tamara Melissa, Frei Diana, Kupcová Lucie, Königsmarková Ivana, Křížová Bára, Němcová Monika, Novotná Marie Lenka, Rosmannová Zorka, Sedlická Natálie, Skálová Pavla, Skuhrovcová Štěpánka, Šorejsová Katka, Tomanová Petra, Třešňáková Radha, Veselá Eliášová Kamila, Vnoučková Marie, Vomáčková Anna, Zatovičová Katarína

Externí lektori

Bílý Jan, Harnošová Lucie, Gondeková Iva, Groverová Lucie, Juřenčáková Kateřina, Lelek Viktor, Lowen Alan, Michaelová Monika, Nádvorníková Barbora, Skálová Renata, Soetens Katinka, Sovová Petra, Urbanczyková Petra, Vyšatová Kateřina a další

4. PROJEKTY

Kompetentní rodič

Kompetentní rodič je projekt, díky kterému běží většina programů a služeb A centra. Až do roku 2011 jsme náklady na všechny projekty a aktivity A centra hradili pouze z příjmů od uživatelů. Tato situace byla ale neúnosná, proto jsme se rozhodli účastnit se několika grantových řízení. Na tento projekt jsme dostali dotaci od Ministerstva práce a sociálních věcí, kterým tímto velmi děkujeme.

Záměrem projektu je zvýšení rodičovských kompetencí a prevence negativních jevů v rodině. V rámci aktivit rodinného centra teoreticky (přednášky, poradny) i prakticky (tvořivé dílny, předporodní kurzy, cvičení) učít rodiče, jak přistupovat a vychovávat děti od nejtělejšího věku tak, aby se zdravě vyvíjely po psychické i fyzické stránce.

Dílčí cíle projektu jsou tyto:

- * inspirovat a naučit rodiče jakým způsobem mají rozvíjet své děti po stránce psychické i fyzické, jak s dítětem komunikovat a dosáhnout vzájemného porozumění,
- * komplexní záběr (od těhotenství po rodiče s předškolními dětmi a od praxe k teorii)
- * zvýšení informovanosti nastávajících i stávajících rodičů v různých oblastech péče o dítě,
- * pozitivní působení na psychiku i fyzický stav těhotných žen a navázání pozitivního vztahu s dítětem v prenatálním období

Obsahem projektu je pět okruhů aktivit: Tvořivé dílny pro rodiče s dětmi, Cvičení, masáže a tanec v těhotenství, Předporodní kurzy, Poradny a Přednášky a workshopy.





Volnočasovky pro nejmenší

Cílem projektu je široká skladba volnočasových aktivit pro děti s rodiči k rozvíjení dětí po všech stránkách, k intenzivně a produktivně strávenému času dětí s rodiči a k inspiraci rodičů pro práci s dětmi doma. Cílem je tedy nejen naplnit volný čas, ale především naplnit ho smysluplně, kvalitně a přispět tak k rozvoji dětí od nejtělejšího věku.

Cílovou skupinou jsou nejmenší děti, především od 2 měsíců do 3 let, všechny aktivity jsou tudíž určené i pro rodiče. Ti se svou účastí na aktivitách učí, jak k dětem přistupovat a rozvíjejí zde své rodičovské kompetence.

Mezi aktivity tohoto projektu patří volnočasové dílny *Hrajeme si montessori*, *Zvoneček*, *Muzikanti*, *Světýlka*, *Cvičení na míči*, *Hrátky s bubnem*, *Africký tanec*, *Andílci*, *Skřítci a Indiáni*.

Projekt probíhal i v minulých letech, postupně přibývá aktivit a projekt se profiluje. Plánujeme jeho pokračování a rozšíření i v dalších letech. Velmi děkujeme za finanční podporu Městské části Prahy 8, kterou jsme dostali v rámci grantu v oblasti volnočasových aktivit dětí a mládeže na rok 2012.

Lektorský kurz Vědomá a aktivní příprava na rodičovství a mateřství

V květnu 2012 úspěšně dokončilo třetí běh Lektorského kurzu 18 z 22 studentek, kterým tímto gratulujeme a přejeme mnoho úspěchů v jejich práci jak s těhotnými tak s rodiči s dětmi. V dubnu 2012 jsme otevřeli již čtvrtý běh 1,5-letého lektorského kurzu Vědomé a aktivní přípravy na mateřství a rodičovství. Kurzu se účastní 19 studentek, které by měly závěrečnými zkouškami kurz ukončit v říjnu 2013.

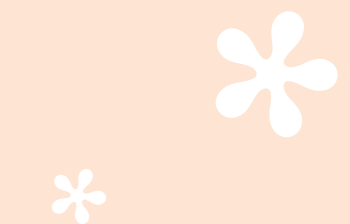
Studium probíhá formou 12víkendů a je ukončeno praktickými, písemnými a ústními zkouškami a obhajobou písemné práce. Kurz je garantován Uníí porodních asistentek. Cvičení s dětmi je akreditováno MŠMT.

Náplní studia je:

- 1) Osobnostní rozvoj a sebekpěče
- 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



Studentky kurzu z roku 2012 včetně jejich rodinných příslušníků a některých lektorek.



Den pro rodinu

V roce 2012 jsme také poprvé zrealizovali projekt Den pro rodinu. Akce proběhla ve spolupráci s pražskou Botanickou zahradou v Troji a pro její velký úspěch ji plánujeme společně opakovat i v dalších letech. Akci jsme uspořádali v souvislosti s oslavou konce prázdnin v sobotu 1. září 2012.

Cílem je společně strávený volný čas celé rodiny, který je zároveň inspirací pro děti, mládež a jejich rodiče jak spolu tvořit, hrát si a aktivně odpočívat. Dílčími cíli jsou podpora vztahu mezi rodiči a dětmi, smysluplně společně strávený volný čas, možnost něco nového se naučit a dozvědět. Rodiče a děti tráví spoustu času odděleně, v práci a ve škole, v zájmových činnostech apod. a mají na sebe jen málo času. Proto přicházíme s touto akcí, která přináší prostor, inspiraci a motivaci pro společné tvoření, chvíle a zájmy. Vycházíme z toho, že čas strávený s rodinou je ten nejhodnotnější.

Obsahem akce byly dílny pro celou rodinu (výtvarné, divadelní, hudební, sportovní, relaxační), plné nových forem činností (masáž mezi členy rodiny vonnými oleji, hra na koncovky, společné tvoření, filcování z vlny aj, rozvoj vnímání svého těla a rytmu skrze tanec v rytmu afro, poznávání a využití bylinek v běžném životě při indiánském léčení, divadelní dílna proměnou sama sebe, delfínovo mořské království jako netradiční relaxace, jóga smíchu aj.). Dále byly obsahem akce tvořivé stánky (možnost zakoupení originálních výrobků), občerstvení s možností inspirace jak zdravě, chutně a vyváženě vařit, letní bubnovačka pro celou rodinu a koncert Yellow Sisters.



V roce 2012 navštívilo Botanickou zahradu v den konání Dne pro rodinu 750 osob, přičemž Den pro rodinu navštívila minimálně polovina až dvě třetiny z nich, z toho třetina dětí a mládeže (přibližně 150), účast byla ale velmi ovlivněna nepříznivým deštivým počasím.

5. AKTIVITY

Pravidelné každotýdenní aktivity

k 31. 12. 2012

Pro těhotné ženy:

Cvičení na míči
Gravidjóga
Harmonizační cvičení
Pilates
Předporodní příprava
Rehabilitační cvičení
Relaxace nejen pro těhotné
Tanec pro radost
Zdravotní cvičení s fyzioterapeutkou

Pro rodiče s dětmi:

Afro tanec po porodu
Andělíčky
Cvičení na míči pro matky s dětmi
Cvičení po porodu s fyzioterapeutkou
Dynamický tanec pro matky s dětmi
Indiáni
Jóga po porodu
Pilates pro ženy s dětmi
Skřítky
Tanec v rytmu afro pro matky s dětmi

Pro děti:

Bubeníčky
Dítkohraní
Hrajeme si montessori
Hrátky s bubnem
Little Angels
Světýlka
Tvoření
Zvoneček

Pro ženy a muže:

Cesta ženy
Loona dance
Gynejóga
Jemná jóga
Mužská skupina
Tantrajóga
Cvičení podle L. Mojžíšové

Poradny:

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

Masáže:

Aromaterapeutická masáž
Shiatsu masáž
Zdravotní masáž pánve a kříže

Terapie – NOVĚ!

Kraniosakrální terapie
Terapie L. Mojžíšové
Individuální terapie

Přednášky a semináře

Beseda o očkování, Bezplenková metoda, Bylinky pro děti a maminky, Celostní pohled na psychomotorický vývoj dítěte, Čínská medicína, Dech a hlas k porodu, Děložní čípek, Děti nové doby, Dětský vztek, Dobrý rodič nebo tyran, Duchovní vývoj dítěte, Dula – průvodkyně mateřstvím, Hlas a zvuky, Homeopatie, Human design, Intuitivní pedagogika, Jak dítě vnímá své narození, Jak naučit děti usínat a dobře spát, Jak tělu vrátit sílu po porodu, Jsem ve varu, Kojení, Kontaktní rodičovství, Kraniosakrální terapie, Lásky a intimity po porodu, Látkové pleny moderně, Léčení přírodními prostředky, Léčení traumatu – probouzení tygra, Lesní klub Doubek, Lesní školky, Máma v práci, Masáže dětí a kojenců, Metamorfní technika, Míčkování, Miminka se vše naučí sama, Montessori pedagogika, Muzikoterapie, Muž u porodu, Nenásilná komunikace, Neplodnost, Partnerské předporodní setkání, Pevné objetí, Početí a rodičovství, Početí přirozenou cestou, Podpora početí, Porod a emoce, Porodní večírek, První pomoc, Psychické potřeby dítěte, Ranný věk a jeho vliv na další vývoj, Respektovat a být respektován, Rituály ve výchově dítěte, Rodinné konstelace, Seminář nošení dětí v šátku, Svátky (Vynášení Morany, Slunovrat, Michaelská slavnost, Martinská slavnost, adventní slavnost, aj.), Táta na roztrhání, Táta u porodu, Televize a děti, Temperamenty dětí, Trénink pro táty, Tvořím svůj život, Výchova láskou, Výtvarné dílny, Waldorfská pedagogika, Začínáme přikrmovat naše miminko, Zdravá výživa, Zelená domácnost, Znakování s miminky, Zuby jako zrcadlo duše, aj.

Víkendové workshopy

Aby porod nebolel, Bazárek A centra, Čekáte miminko? Co čeká Vás, Den pro rodinu, Hojení vnitřního dítěte, Jak si hrát s dětmi, Jedinečná žena, Kreativní žena, Lektorský kurz A centra, Loona dance, Mantření, Náruč hojnosti, Neotevřela jsem se při porodu, Partnerství, Podpora početí, Porod doma, Předporodní příprava, Přirozený porod kdekoli, Tajemství pánevního dna, Workshop pro duly, Zdravotní cvičení v těhotenství a po porodu, aj.

Další služby

Hlídní dětí, Rozvoz bioobědů, Rozvoz biozeleňiny a biobedýnek, Půjčování: koupacích kyblíků a odsávaček, porodního bazénu, šátků na nošení dětí, porodních stoliček a knížek, dále prodej nejrůznějšího zboží.

Falůňo

Falůňo je název pro pravidelná tvůrčí setkávání lektorů, spolupracovníků a přátel A centra s cílem rozvoje A centra. Falůňo je obraz spojení mužského a ženského principu – spojení Falu a Lúna, obraz rovnováhy, plodnosti a tvořivosti. Tento aktivní kruh do A centra přinesl tento rok spíše než nové aktivity propojení lidí a stmelení kolektivu. Na setkáních kromě organizačních záležitostí, sdílíme formou councilu, tradičního způsobu původních národů naše příběhy na nejrůznější témata. Zveme opět všechny zájemce a to nejen lektory/ky, ale také účastníky A centra. O termínech konání se můžete dozvědět na recepci A centra.

6. PARTNERSTVÍ

Dlouhodobě spolupracujeme s těmito organizacemi:

Partnerská občanská sdružení **A centra** v Bratislavě a v Košicích: výměna zkušeností, vzájemná podpora, partnerství.

ČAD – Česká asociace dul: semináře pro duly.

HAM – Hnutí aktivního mateřství: spolupráce na jejich projektu Respekt k porodu, pořádání Porodního večírku.

LOM – Liga otevřených mužů: přednášky pro Táty, půlroční uzavřená rozvojová skupina pro muže, účast na jejich akci Tátafest.

Prostor pro rodinu: podílíme se na projektu vzdělávání osob pečujících o malé a předškolní děti na území Hlavního města Prahy, umožňujeme studentkám uskutečnit si na našich kurzech povinnou praxi a malou část se také podílíme na lektorování.

ROZALIO – rodiče za informovanost a svobodnou volbu v očkování: Besedy o očkování.

Škola pánevního dna: spolupracujeme s autorkou školy Renatou Sahani (dříve Skálovou) na společném projektu Podpora početí.

Unie center pro rodinu a komunitu: stali jsme se letos součástí této organizace zastřešující nejrůznější rodinná aj. centra.

UNIPA – Unie porodních asistentek: garance odbornosti lektorského kurzu, poradny a předporodní kurzy.

Živá radost: spolupracovali jsme na některých akcích na téma Podpory početí s autorkou projektu Ivetou Kučerovou.

Veletrhy, festivaly apod.

Účastnili jsme se těchto akcí: Veletrh neziskovek – NGO market, Karlínské trhy Prahy 8 (zajištění programu pro rodiče s dětmi na 4 trzích na Karlínském náměstí), Vegefest, Tátafest, Mimi den – veletrh neziskovek Prahy 8 v Thomajerových sadech, Kdo si hraje, nezlobí – veletrh neziskovek Prahy 8 v Krakově

7. AKTIVITY V ČÍSLECH

V závorkách jsou uvedeny údaje za rok 2011.

Počet pravidelných týdenních lekcí v jednom týdnu celkem: 45 (43)

Z toho pro těhotné ženy: 12 (13)

pro rodiče s dětmi: 12 (16)

pro děti: 16 (9)

pro ženy a muže: 5 (5)

Počet přednášek a seminářů konaných za rok: 215 (113)

Počet víkendových seminářů a workshopů za rok: 68 (22)

Vstupy na pravidelné týdenní aktivity celkem: 5 302 (4822)

Leden	387 (511)	Červenec	179 (177)
Únor	473 (365)	Srpen	192 (245)
Březen	569 (683)	Září	376 (492)
Duben	561 (387)	Říjen	652 (427)
Květen	540 (421)	Listopad	695 (606)
Červen	399 (300)	Prosinec	279 (208)

Počet přihlášených odebírajících pravidelný měsíční newsletter: 2696 (1785)

8. FINANCE

Sbírka A centra

Ač se možná zdá, že fungujeme komerčně, není to ve skutečnosti tak. A centrum je neziskovka a mnoho činností se u nás děje téměř na dobrovolnické bázi, především v oblasti vedení centra. Letos se podařilo získat první granty na některé naše činnosti a postupně tak míříme ke stabilizaci našeho financování jako ostatní neziskovky, tedy s podporou zvenčí – granty, sbírky apod.

Jsme přesvědčeni, že naše činnost je stále důležitá a pro lidi velmi přínosná. Proto oslovujeme i Vás, účastníky programů A centra, o partnerství s námi. **Nájem našich prostor je náš největší finanční výdaj, který činí 31 000 Kč, proto jsme založili sbírku určenou na podporu provozu A centra. Sháníme nyní 310 partnerů, kteří by nám měsíčně zasílali 100 Kč, za což Vám nabízíme na oplátku 60 min. měsíčně zdarma, které můžete, ale nemusíte využít a další výhody.**

Velmi děkujeme Vám všem, kteří jste se do spolupráce již zapojili a tím nám i sobě pomáháte plnit a dále rozvíjet společnou ideu zdravé a šťastné rodiny.

Na základě darovací smlouvy s možností odečtu z daňového základu můžete tedy přispět na náš zřízený veřejný sbírkový účet č. 2600088789/2010 jednorázovým nebo trvalým příkazem, oceníme i malé částky, například 50 Kč měsíčně. A centrum je zaregistrované na dvou dárcovských portálech – www.darujme.cz a www.darujspravne.cz. Můžete nám zasílat dárcovské platby také online přes tlačítko na našich webových stránkách.

Benefity

Nově mohou naši účastníci využívat benefity několika společností (Benefit plus, Sodexo, Ticket a Multisport) a při nákupu našich programů získat slevy, tj. benefity nabízející často firmy svým zaměstnancům. Zeptejte se ve Vaší firmě J a využijte slev a výhod benefitů.

Dobrovolníci

Rozšiřujeme spolupráci s dobrovolníky, pokud byste měli zájem o dobrovolnictví v našem týmu A centra, prosím, napište na info@acentrum.cz.

NÁKLADY	V ROCE 2012	V ROCE 2011
spotřeba materiálu	52 613,00	38 700,00
kancelářské potřeby	9 374,00	2 936,00
čisticí prostředky	10 933,00	13 345,00
pomůcky na cvičení	11 149,00	22 419,00
materiál na lektorský kurz	19 044,00	0,00
spotřeba energie	17 455,88	20 313,00
prodané zboží	257 125,00	208 645,00
kosmetika	94 351,00	95 169,00
knihy	57 090,00	43 456,00
ostatní	43 837,00	70 020,00
zdravá výživa	61 847,00	0,00
opravy a udržování	2 025,00	17 565,00
náklady reprezentace	0,00	41 368,71
ostatní služby	1 983 690,50	1 481 562,92
telefon	14 713,00	13 562,00
internet, pevná linka	11 176,62	12 798,00
pronájem pokladny	0,00	7 500,00
propagace, tisky	84 866,00	53 521,00
účetní práce, web	165 673,00	145 963,00
organizace, administrace	238 095,00	155 421,00
nájemné	377 375,00	384 054,00
služby prostory	109 160,00	68 235,00
lektorné	630 842,30	320 699,00
lektorné lektorského kurzu	399 711,58	271 870,00
jiné	61 238,00	33 548,00

NÁKLADY	V ROCE 2012	V ROCE 2011
mzdové náklady	423 944,00	349 924,00
lektoři A centra	301 531,00	317 964,00
mzdy v projektu	91 095,00	0,00
pojistné	31 318,00	0,00
úklid	0,00	31 960,00
pokuty a penále	0,00	700,00
ostatní daně a popl.	0,82	300,00
ostatní náklady	0,58	0,58
CELKEM	2 736 854,78	2 159 079,21

VÝNOSY	V ROCE 2012	V ROCE 2011
tržby cvičení, přednášky	1 084 025,00	920 562,00
tržby lektorský kurz	772 000,00	452 695,17
tržby prodané zboží	292 537,00	333 015,00
přefakturovaný nájem	370 913,00	317 543,00
tržby jiné	8 500,00	5 850,00
úroky – běžný účet	134,09	1 375,03
členské příspěvky	1 800,00	3 960,00
dary	55 195,60	37 300,00
dotace MPSV	238 173,00	0,00
dotace Praha 8	20 000,00	0,00
CELKEM	2 843 277,69	2 072 300,20

9. MEDIA

Česká televize

Sama doma

- * Cviky na pánevní dno
Renata Skálová, 7. 5. 2012
- * Zdravé spaní dětí
Mgr. Hana Perglerová, 21. 5. 2012

Časopisy

Betynka

- * Křičet? Nekřičet? ANEB Řev u porodu – Decibely při porodu. očima zkušených žen,
MgA. Katarína Zatovičová, č. 9/2012
- * Těhotenské hnízdění: Hormony, instinkt, nebo blázinec? – odpovědi na otázky,
MgA. Katarína Zatovičová, č. 3/2012

Děti a my

- * Cvičíte s batolaty? Má to svá úskalí!
Mgr. Hana Perglerová, č. 4/2012

Informatorium

- * Naučit se přijímat odlišnosti je základem soužití s druhými lidmi
Mgr. Hana Perglerová, č. 8/2012

Meduňka

- * Podpora početí
Renata Sahani (Skálová), č. 11/2012

Online

<http://www.hravamama.cz/clanky/rodina/projekt-podpora-poceti/>

<http://www.tehotenstvi.cz/obcanske-sdruzeni-centrum-startuje-novy-projekt-podpora-poceti>

10. KONTAKT

Občanské sdružení

A centrum – podpora rodiny, o. s.

Vítkova 10/241, 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



Vítkova 10/241, 186 00 Praha 8

www.acentrum.eu