

IX. ROČNÍK
JARO 2007

1

MÁMIZDAT

ČASOPIS MATĚRSKÉHO CENTRA NEJEN PRO KARLOVARSKÉ MÁMINKY



MÁMYZDAT - co je to

S velkou radostí Vám nabízíme další číslo MÁMYZDATU. Některým z Vás se dostalo do rukou „zimní číslo“, a už netrpělivě vyhlížíte pokračování. Konečně je tady!

Pro ty, kteří drží tento časopis poprvé v ruce, snad jen stručné vysvětlení: MÁMYZDAT je časopis, který je vydáván Mateřským centrem K.Vary. Tedy maminkami (většinou), které se zde scházejí ať už jako klientky či lektorky. Všichni mají možnost do tohoto časopisu přispívat a podílet se na jeho výrobě. Vychází velice nepravidelně - v závislosti na lidské síle, množství inspirací, materiálu, času a financí. Náš „občasník“ ke vzniku nepotřebuje tiskárnu ani světoznámého spisovatele a ilustrátora. Vystačíme si sami. Každé číslo tvoříme „na koleni“ - z toho, co máme na srdci a na jazyku. I když je to někdy velký boj.

Takže pokud máte pocit, že jste v časopisu nenašli to, co Vás zajímalo, není nic snazšího, než se připojit k redaktorskému týmu ať už pouhou myšlenkou nebo vlastním skutkem.

Obrácím se tímto i na ty, kteří mají pocit, že s výrobou časopisu by mohli být nějak nápomocni, na ty, kteří cítí, že jejich studnice vědomostí a dovedností stále ještě není vyčerpána, na ty, kteří chtějí být nějak užiteční, chtějí něco tvořit, kreslit, dělat rozhovory, psát fejetony, aktuality, ... předávat informace, na ty, kteří se nudí a neví o tom, že právě my sháníme spoluvydavatele, tvůrce, ilustrátory, a samozřejmě to nemusí být pouze maminky na MD, uvítáme v našich řadách i tatínky, studenty, babičky, dědečky,...

Prosím, nebojte se, ozvěte se, pomozte nám.

Čím víc nás na tvorbu časopisu bude, tím pestřejší ho stvoříme, tím více lidíček oslovíme, radosti a vědomosti více rozšíříme.

Obsah

Mámyzdat - co je to	str.2
Obsah + EDEN GROUP	str.3-4
Co (ne)víte o MCKV	str.5
Vize MCKV	str.6
Dům pro rodinu	str.7
Správná hospodyňka	str.8
Víte, že...	str.9
Malované říkanky	str.10
Poradna zdraví - vegeteriáni	str.11
Seriál - Prevence školních neúspěchů II.	str.12-14
Biofeedback	str.13
Tipy a triky	str.15
Dopis čtenářky	str.16
Charitativní sbírka	str.17
Tip na výlet	str.18-19
Čarujeme	str.20
Blahopřejeme	str.21
Zajímavé odkazy	str.21
Kam do hospůdky	str.22
Masopust	str.23
Naše služby, nejbližší akce	str.24-25
Týdenní program	str.26-27
Hospodaření MCKV	str.28-29
Návštěvnost	str.30
Snadný návrat	str.31
Křesadlo 2006	str.32-34
Bambiriáda	str.35
Projekty MCKV	str.36-40
Nová perspektiva	str.37-38
Dobrovolnické centrum	str.39-40
Inzerce	str.41
Naši milí sponzoři	str.42
Kontaktní údaje	str.43
Tiráž	str.44

EDEN GROUP - šek

Všude kolem lesk a krása. Sedíme u prominentního stolu s ředitelkou paní Romanou Mrvovou. V témže sále u jiného stolu sedí hejtman KK, ředitel KÚ a primátorka K.Varů. Na stůl se podávají 4 chody, sálem zní příjemná hudba. V sobotu 10. února 2007 jsme se zúčastnily slavnostního večera k 1. výročí otevření hotelu Carlsbad Plaza, kde nám byl slavnostně předán

šek v hodnotě 25 000,- Kč!

Byly jsme překvapeny, když pan ředitel vysvětloval, jak vznikl nápad se sponzorským darem pro Mateřské centrum K.Vary. Všem předcházela prosincový večírek pro zaměstnance, který byl pojat trochu netradičně. Zaměstnanci hotelu Carlsbad Plaza se pro tento večer stali váženými klienty a hosty hotelu a vřelé obsluhy se ujali lidé z vysokého managementu této společnosti včetně ředitele společnosti (ten se pro tento večer proměnil v šéfkuchaře - specialistu na polévky). Pro „hosty“ bylo naprosto samozřejmé, že obsluhujícímu „personálu“ věnovali nějaké to zpropitné, avšak managementu v roli obsluhujícího personálu se zdálo nepatřičné si vybrané peníze od zaměstnanců vzít, a tak každý ještě něco přihodil a nakonec se do sbírkové akce zapojila i sama společnost Eden Group a.s. Shromážděná částka dosáhla výše 25.000,- Kč. Při rozhodování, komu bude částka věnována, padlo slovo na naše MCKV.

Společnosti Eden Group a.s. a všem jejím zaměstnancům velice děkujeme!

Lenka Dolečková a Věra Bartošová



Slavnostní večer společnosti EDEN GROUP moderoval pan Karel Burda (na foto vlevo), šek byl předán paní Věře Bartošové předsedkyni MCKV ředitelem společnosti panem Jakovem Frenkelem



Tak takhle vypadá šek - jen aby nezůstalo pouze u tohoto krásného papíru. Věříme, že se brzy ocitnou peníze na účtu MCKV, a že tento šek je sice první, ale ne poslední! Kéž by!

Co (ne)víte o MCKV

- * Je to nestátní nezisková organizace (NNO) závislá na dotacích, grantech, sponzorských darech, práci dobrovolníků,...
- * Poskytuje služby všem bez rozdílu pohlaví, vzdělání, vyznání, barvy pleti, ...
- * Nabízí zejména komplexní servis rodinám s dětmi - od prenatální péče do věku cca 4 let.
- * V letošním roce oslaví naše MCKV 12té narozeniny, sdružení bylo založeno v roce 1995 jako „Sdružení karlovarských matek“. V roce 2001 došlo ke změně názvu na současné „Mateřské centrum K.Vary“ a letos dle nové vyhlášky bylo k názvu sdružení ještě přidáno označení „o.s.“ - občanské sdružení.
- * Počet lektorů pracujících na Dohodu o provedení práce přesáhl číslo 15.
- * Všechny lektorky jsou učitelky na MD, vyškolené instruktorky a nadšené maminky plné elánu, inspirací a dobrých rad.
- * Nepostradatelná je práce dobrovolníků - studentů, maminek, tatínků, babiček a dalších rodinných příslušníků, ... kteří pomáhají MCKV roznášet letáky, opravovat rozpadající se nábytek, tvořit internetové stránky, vydávat časopis Mámyzdat,.....
- * **Shání nové prostory pro své služby** (služby pod jednou střechou) viz. str. 5 - *Vize MCKV*
- * Je členem Sítě MC v ČR, KRDMK (Krajské rady dětí a mládeže) a ANNA KK (Asociace nestátních neziskových organizací v Karlovarském kraji).
- * Spolupracuje s Kontaktem bB (bez bariér), MENTOU, Armádou Spásy, agenturou Srdíčko, Jezdeckým klubem Stará Role....
- * Pro účastníky rekvalifikačních kurzů pořádaných Mentou zajišťuje MCKV zdarma hlídání dětí v době konání těchto kurzů.
- * Od listopadu 2005 fungují MCKV i webové stránky www.materske-centrum.cz
- * Nebrání se přílivu nových sil! Naopak s radostí vítáme každého dalšího nadšence plného tvůrčích nápadů.
- * Od 1. 11.2006 má třetího zaměstnance - pí. Lenka Dolečková je koordinátorkou projektu Dobrovolnické centrum Vlastovka. *(více na str. 31)*
- * **Od 10.11.2006 je čestným držitelem ocenění „Společnost přátelská rodině“**
- * **Je spoluorganizátorem akce Křesadlo - ocenění dobrovolníků**
- * **Je hlavním aktivistou při přípravách celorepublikové akce Bam-biriáda**

Vize MCKV

Tento dopis byl předán náměstkovi primátorky města K.Vary panu Tomáši Hybnerovi.

Věc: Žádost MCKV o začlenění níže popsaného projektu do integračního plánu města Karlových Varů.

Na základě předchozího jednání Vám předkládáme projektový záměr karlovarského Mateřského centra. Již dlouhá léta se MCKV snaží vylepšit systém poskytovaných služeb pro rodiny s malými dětmi v Karlovarském kraji.

Z popudu veřejnosti vzešel projekt, který může celou situaci rozmělněných služeb vylepšit a podpořit tak péči o rodinu, která bude soustředěna pod jednu střechu (jedná se o práci s nastávajícími maminkami, rodiči na mateřské dovolené, dětmi do 6ti let věku, lidmi s lehkým handicapem –sociálním i zdravotním).

Počet obyvatel Karlových Varů se pohybuje lehce nad kritickými 50ti tisíci. Porodnost převyšuje celostátní průměr, ale migrace mladých lidí produktivního věku se stále zvyšuje. Odcházejí za lepší práci, finančními podmínkami, sociálním zázemím, bydlením....

Jednou z možností, jak udržet více lidí v Karlových Varech, je nabídnout aktivnější podporu **všem** rodinám. Náš „Dům pro rodinu“ je pracovní název pro objekt, který by měl nabízet právě tyto komplexní služby – jedincům i organizacím (MCKV, Kontakt bB, MŠ....), karlovarákům, návštěvníkům města i zahraničním hostům.

V „Domě“ budou mít zastoupení jak společnosti ryze komerčního charakteru, tak neziskové organizace a organizace sociálního rázu. Podmínka pro všechny: „Služby pro rodinu!“ Po dlouholetých zkušenostech a poptávce z řad rodičů by nabídkou „Domu“ mohly být: těhotenské kurzy, cvičení po porodu, hrátky s batolátky, hlídání dětí, vzdělávací kurzy pro děti i rodiče, tvořivé dílny, bazárky, půjčování pomůcek a knih, víkendové akce, letní tábory, poradna (logopedická, pedagogicko-psychologická, právní, laktační....), besedy s odborníky, internetová kavárna, dětská jídelna, divadlo, služby pediatra a gynekologa, kosmetika, kadeřnictví, fitness-centrum, obchod s dětským zbožím.

Své místo by zde našlo i nově vznikající Dobrovolnické centrum a středisko plavecké výuky pro kojence, batolata a děti předškolního věku.

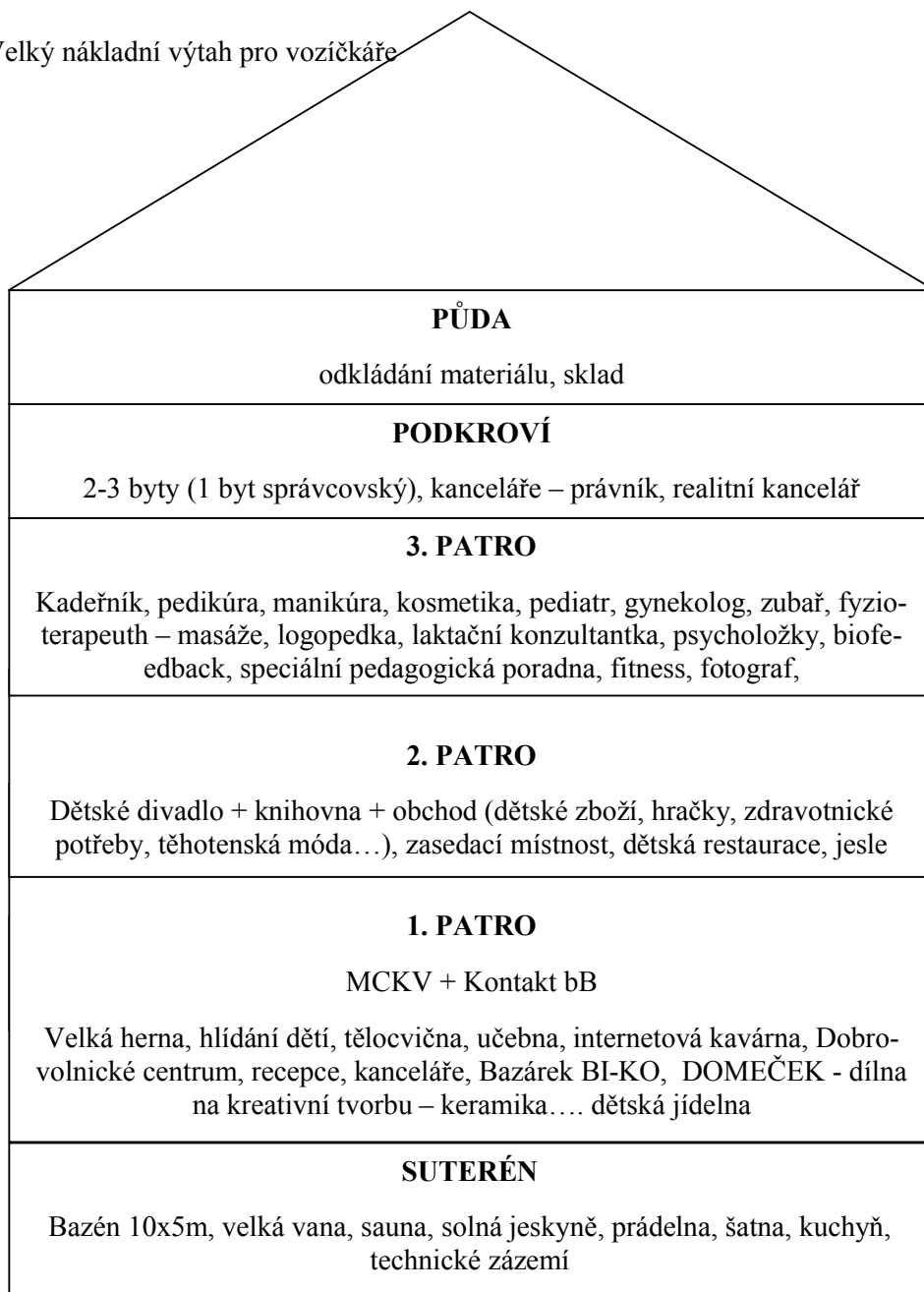
V celém regionu podobný dům neexistuje. Není to projekt pro jednu generaci, ale jde o projekt nadčasový - ve smyslu využití služeb od narození přes rodičovský věk a zpětně navracení do „života domu“ prostřednictvím vlastních vnoučat.

Kolem objektu není nutné velké zázemí ale nutností je bezbariérový přístup a maximální dostupnost obyvatelům z celého regionu - nejlépe ve středu města, aby byl opravdu po ruce těm, kteří ho budou využívat. K dokonalosti stačí už jen pár parkovacích míst, malé pískoviště a hřiště.

Věříme, že takovýto „Dům“ by se mohl stát chloubou Karlových Varů.
Za MCKV Věra Bartošová - předsedkyně Rady MCKV

DŮM PRO RODINU

Velký nákladní výtah pro vozičkáře



Parkoviště, dětské hřiště, kočárkárna, kolárna

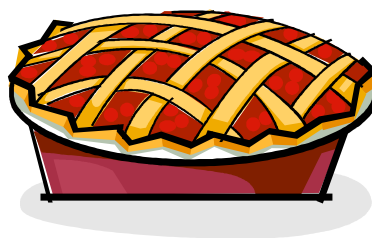
Správná hospodyňka - recept MCKV

Recept MC

Dnes jsme pro vás vybrali netradiční strouhaný koláč. Autorka receptu H.K. Vám přeje dobré pochutnání a doufá, že koláč i Vám všem bude chutnat.

Strouhaný koláč

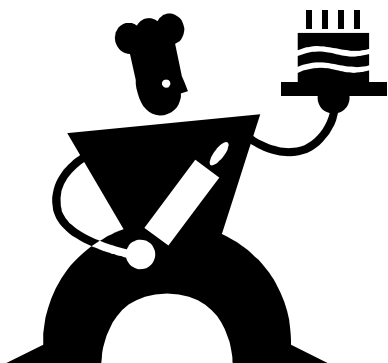
40 dkg hladké mouky
25 dkg tuku (např. Hery)
1 lžice kakaa
1 lžice mléka
1 žloutek
1 prášek do pečiva



Ze všech surovin vypracujeme těsto, které rozdělíme na 2 díly. Oba díly dáme ztuhnout do ledničky, aby se těsto dobře strouhalo (spěcháme-li, můžeme i do mrazáku).

Náplň:

2 měkké tvarohy
2 bílé jogurty
20 dkg moučkového cukru
1 vanilkový cukr
1 lžice solamylu nebo pudinkového prášku
trochu citrónové kůry
4 žloutky
sníh z 5 bílků (vmícháme jako poslední)
Vše smícháme a dostaneme tvarohovou tekutou náplň.



Jeden díl těsta nastrouháme na vymazaný plech nebo na pečící papír. Nalijeme náplň a navrch nastrouháme druhý díl těsta. Po upečení můžeme polít čokoládovou polevou, nebo pouze pocukrovat. Dobrou chuť s kávičkou.

**Znáte také nějaký bezva recept?
Těšíme se něj v příští čísle!**

Víte že

- na konci písničky "A Day in the Life" je nahrán ultrazvukový pískot, neslyšitelný pro lidi, ale jen pro psy. Paul McCarthy ho tam nahrál pro svého psa.
- nejúspěšnější herečkou v historii je Katherine Hepburnová, které se podařilo z 12 nominací získat hned čtyři Oscary, což je rekord. Ani pro jednu sošku si však na ceremoniál nepřišla a na pódiu se objevila pouze jednou, když předávala čestného Oscara Lawrenci Weingartenovi.
- za první velkou ekologickou katastrofu způsobenou člověkem je považováno rozšiřování pouště v Mezopotámii za třetí Urské dynastie (2150 až 2000 PNL). Intenzivní zavlažování a nadměrný výpar vedly k zasolování půdy a odplavování úrodného humusu. Následkem bylo drastické snížení výnosů a zánik jedné z významných starověkých kultur
- chráněná území pokrývají v ČR více než 15 % plochy území, což nás řadí na první místa v Evropě vedle Rakouska, Švýcarska a Velké Británie
- 40 % světového denního tisku se tiskne na papír z kanadských lesů.
- lednička byla patentována 8. srpna 1899.
- Barbie a Ken jsou pojmenováni po dětech zakladatelů firmy Mattel.
- jídlo v konzervách bylo poprvé vyráběno pro vojáky Britského námořnictva v roce 1813. První otvírák na konzervy však spatřil světlo světa až po roce 1870.
- Colgate začal jako první prodávat zubní pastu v tubě. Dříve se prodávala ve sklenicích.





Poradna zdraví, aneb ptáme se za Vás

VEGETARIÁNSTVÍ

Během posledních let stále stoupá množství lidí, kteří praktikují alternativní způsoby výživy. Jedním z nich je i vegetariánství. Je však vhodné, aby se takto stravovalo i dítě?

Co vlastně zahrnujeme pod pojem vegetariánská výživa?

Pojem vegetariánská výživa zahrnuje **omezení příjmu stravy živočišného původu** různého stupně. Semi vegetariáni jí běžnou stravu s vyloučením masa, akceptují pouze ryby nebo kuřata. Lakto-ovo-vegetariáni nekonzumují maso vůbec a z živočišné stravy jí vejce a mléčné výrobky, lakto-vegetariáni vylučují ze stravy i vejce. Nejpřísnější je veganská strava, ve které jsou zastoupeny pouze rostlinné produkty.

Vegetariánskou stravu si lidé vybírají jako projev životního stylu, filozofického přesvědčení, u jiných se jedná o módní záležitost. Důvodem k přistoupení na vegetariánskou výživu bývá také její **nezpochybnitelný příznivý vliv na řadu civilizačních onemocnění** (vysoký krevní tlak, onemocnění srdce a cév, cukrovka, obezita, některé druhy zhoubných nádorů apod.)

Lze říci, že u jedince s ukončeným růstem a celkovým tělesným vývojem by neměla semivegetariánská strava vyvolat vážnější zdravotní problémy. Odborníci z řad pediatriů však **nedoporučují zavádění alternativní způsoby výživy u dětí.**

Nejdůležitějším důvodem proti jsou:

Vegetariánská strava je **méně energeticky vydatná**, ačkoli dítě sní velký objem stravy a po jídle má pocit sytosti, ve skutečnosti nedostalo potřebnou dávku energie. To vede především ke zpomalení růstu i celkového vývoje dítěte.

Rostlinné bílkoviny neobsahují dostatečné a vyvážené zastoupení tzv. esenciálních aminokyselin, které jsou pro správný vývoj dítěte nezbytné.

Ve veg. stravě je snížený obsah **nenasycených mastných kyselin**, které jsou důležité pro správný vývoj mozkových buněk, jejich nedostatek vede k narušení správného smyslového a duševního vývoje.

Při veg. stravování dochází k sníženému **vstřebávání železa**, protože železo je v rostlinné stravě v takové podobě, že i při dostatečném přísunu je jeho vstřebávání nižší než ze stravy živočišného původu.

V rostlinné stravě je **zastoupení vápníku** významně nižší a při vyloučení masa a mléčných výrobků ze stravy se pro nedostatek vápníku významně zhoršuje tvorba kostní hmoty.

Vitamín B12 a vitamín D nejsou v rostlinné potravě obsaženy v dostatečném množství, a proto je u vegetariánských dětí častější výskyt křivice a chudokrevnosti.

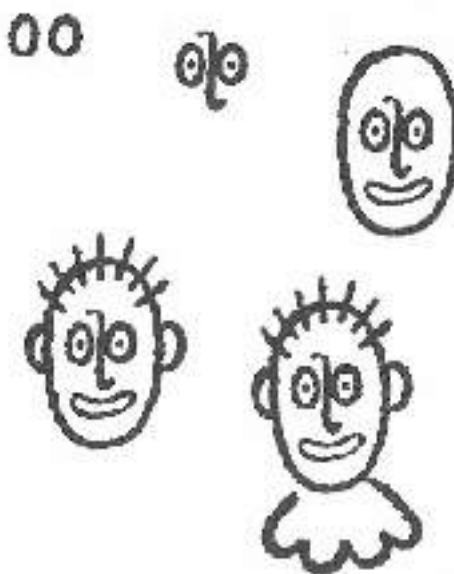
Riziková je i vegetariánská výživa u kojících matek. Celkový objem mateřského mléka zůstává nezměněn, ale je v něm nedostatek vitamínu B 12, vitamínu D a dalších složek.

Pokračování na straně 11 dole

Malované říkanky

ŠLA BABIČKA

Šla babička do městečka,
koupila tam dvě vajíčka.
Udělala na nich tečku,
pro dědu vzala faječku
a pro sebe rohlíček -
udělala balíček.
Napíchala jehličky,
pak přidala mašličky
a na konec kraječku.
Proč se směješ chlapečku?



Dokončení ze strany 10

Pokud rodiče na vegetariánské výživě u svých dětí trvají, měli by vše konzultovat s dětským lékařem, a to především s ohledem na věk a stupeň vegetariánství v rodině.

Mnohem více informací, ale také odpovědí na spoustu dalších otázek vám pomohou zodpovědět či objasnit níže jmenovaní lékaři v knize:

NA CO SE ČASTO PTÁTE

Ze zkušeností dětského lékaře

Autoři: Jarmila Aronová, Bohuslav Procházka, Zdeňka Růžičková, Tomáš Soukup

Vydala Amosia s.r.o. 2006

Seriál

Díl II.

Metody a programy

LMD je vývojová porucha, to znamená, že by měla s přibývajícím věkem dítěte a zráním centrální nervové soustavy odeznívat. Bohužel je už dnes jisté, že některé důsledky LMD za určitých okolností přetrvávají do dospělosti. Příznaky lehké mozkové dysfunkce naštěstí lze správnými výchovnými postupy a za pomoci nej-různějších metod eliminovat, nebo alespoň uvést do snesitelnější formy. V dnešní době existuje řada rozvíjejících metod a programů, které umožňují cílené nasměrování rodičovské péče a pomoci. Rodiče tak mohou vybrat metodu rozvíjející ty funkce, které to potřebují. Ideální je komplexní přístup k nápravě, při němž spolupracují psychologové, speciální pedagogové, pediatři, neurologové, pedagogové a vychovatelé. Zvláště v oblasti diagnostiky by se mělo jednat o týmovou práci (zkušenost bývá bohužel jiná), kdy je třeba mít na zřeteli rovinu biologickou (nezralost CNS), psychologickou (poruchy pozornosti, deficity v dílčích funkcích) a psychologickou (neadekvátní jednání s vrstevníky a s dospělými). Dále pak záleží na zvolené metodě, nakolik je schopna zbavit dítě problémů. Následují metody a programy vhodné pro předškoláky.

EEG – biofeedback

EEG-Biofeedback je dnes v ČR již dostatečně odborně i prakticky ukotvená metoda, kterou praktikuje více než sto speciálně vyškolených odborníků z oblasti psychologie a medicíny. EEG biofeedback je vysoce specifická metoda pro posílení žádoucí aktivace nervové soustavy, především pro trénink pozornosti a soustředění, sebeovládání a sebekázně (zklidnění impulzivity a hyperaktivity), zlepšení výkonů a intelektu. Velmi účinným způsobem pomáhá zmírnit a v některých případech i odstranit projevy lehké mozkové dysfunkce. Vynikající a rychlý účinek má také na poruchy spánku, zejména obtíže s usínáním, i na noční děsy a pomočování. Dobré výsledky vykazuje u vývojových vad řeči a specifických poruch učení (dyslexie, dysgrafie).

Při EEG BFB se dítě naučí správně a ekonomicky využívat svůj mozek. Elektrická aktivita mozku, která je snímána elektrodou, je zobrazena jako jednoduchá počítačová hra na obrazovce před dítětem. Dítě ji ovlivňuje svým soustředěním a přirozenou touhou po úspěchu. Pokud pracuje klidně a soustředěně, dostává za odměnu body. Na základě toho si postupně pamatuje lepší a výhodnější mozkovou aktivitu. Výsledkem je lepší pozornost, soustředění i paměť. Výrazně se také zlepšuje chování a samostatnost. Důležité je, že efekt je po absolvování dostatečného počtu sezení trvalý a tak pozitivně ovlivní kvalitu celého života vašeho dítěte.



Účinek EEG-biofeedbacku je trvalý, protože se jedná o učení. Co se mozek při tréninku naučí, již se nelze „odnaučit“ (jako např. jízda na kole, plavání...). EEG-biofeedback je účinný v 60 – 90 % podle obtížnosti problému. Zanedbatelná není ani rychlost nápravy, která pomocí EEG-biofeedbacku trvá přibližně půl roku.

Zahájení terapie EEG-biofeedback je u dětí s LMD vhodné již v předškolním věku – tj. od pěti let. Tyto děti již velice rychle pochopí, co se od nich požaduje. Ještě nemají určité stereotypy myšlení, jejich mozek dozrává a my tak pomáháme hledat ty správné cesty. Proto u mladších dětí dochází rychleji k viditelným změnám než např. u třináctiletých a starších dětí. Rodiče si tak mohou ušetřit nervy a předejít řadě problémů, které by jejich děti právě vlivem špatné koncentrace pozornosti mohly mít při nástupu do školy.

Mgr. Zuzana Turoňová

Od 1. ledna 2007 také v Mateřském centru K.Vary!

Biofeedback

Nová metoda nápravy pro děti s lehkou mozkovou dysfunkcí. U mladších dětí napomáhá správnému dozrávání mozku a zajišťuje včasnou nápravu LMD. U školáků je indikován u poruch pozornosti, soustředění, učení, při hyperaktivitě. Vynikající a rychlý účinek má také na poruchy spánku, zejména problémy s usínáním, i na noční běsy a enuresu (pomočování). Dobré výsledky vykazuje i u vývojových vad řeči a specifických poruch učení (dyslexie, dyskalkulie atd.). Je vhodný i pro epileptiky. U dospělých příznivě ovlivňuje duševní svěžest, pozornost, paměť, snižuje následky stresu, úzkost a deprese.



HYPO program

Cvičení pro děti předškolního věku k posílení zrakové a sluchové paměti, koncentrace pozornosti a k částečnému rozvoji percepčně-kognitivních funkcí. Hlavním cílem je předejít školní neúspěšnosti dětí, rozvíjet u nich dovednosti potřebné ke zvládnutí nároků prvopočátečního čtení, psaní, počítání, které jsou na ně v prvním ročníku základní školy kladeny. Program je vhodný také pro děti nezralé, s odkladem školní docházky. Program je určen pro práci individuální, kdy těžiště spočívá na domácí práci rodiče s dítětem, kteří spolu každý den pracují na zadaných úkolech a pravidelně jednou týdně dochází k pedagogovi, kde obdrží pracovní listy na další období a odbornou instruktáž a poradenství. Program se dá ale také dobře uplatnit pro práci v malé skupince (do 5ti dětí), kterou vede pedagog minimálně 2x týdně.

Program KUMOT

Skupinový program pro děti od 5 do 8 let, zaměřený na motoriku a sociální zařazení. Pracuje s hudbou a užívá prvky dynamické psychoterapie.

Program KUPREV

Individuální program pro děti od 4 do 6 let, který je zaměřen na orientaci dítěte, potvrzení vlastní osoby, podporuje sociální zralost.

Kineziologie

Má své nadšence i odpůrce. Kineziologie vychází ze staré čínské medicíny. Pracuje na principu pohybu energie těla v určitých drahách. Podle kineziologů se u člověka, který má potíže, přerušil tok energie vlivem různých psychických zátěží. Speciálními metodami tedy hledají, kde a proč blok vznikl a snaží se jej odstranit. Odbouráním bloku aktivizují i samoléčící síly organismu. Kineziologii jako pomůcku při diagnóze používá ve světě stále více lékařů. Terapie touto metodou však není ještě natolik prozkoumána, aby ji klasická medicína považovala za věrohodnou.

Metod, které by pomohly Vašemu dítěti, se dá najít celá řada, jak se tedy rozhodnout? Především by měla metoda trvat nejméně 12 týdnů. Po tuto dobu se vytvářejí nové spoje a vrývají se do paměti. Rodiče by se měli o celé metodě dostatečně informovat i z jiných zdrojů, znát zkušenosti jiných rodičů a výsledky. Samozřejmě je rozhodující, pro jak staré děti je metoda určena, jak je časově náročná, musí-li spolupracovat rodiče a v neposlední řadě, je-li cenově přijatelná. Je třeba mít ale na mysli, že ačkoli je investice nemalá, rodičům se vyplatí, protože si nejen ušetří mnohá trápení a starosti s dětmi během celé školní docházky, ale otevřou jim velké možnosti vyššího vzdělání a lepšího pracovního umístění.

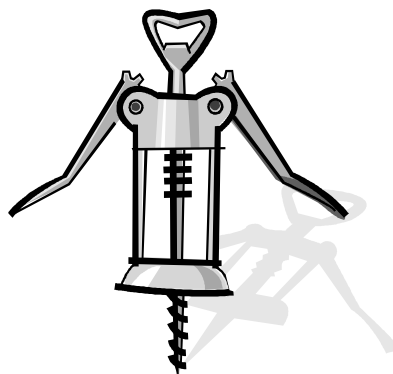
Mgr. Zuzana Turoňová

Tipy a triky (nejen) do kuchyně

V minulém čísle jsme otevřeli rubriku tipy a triky. Ukázalo se, že metody předávané z generace na generaci, které jsou dávno vyzkoušené a osvědčené vás zaujali. Děkujeme za vaše další návrhy a rádi se o ně podělíme s ostatními čtenáři.

Odstraňování chlupů domácích zvířat

Dobrou službu nám prokáže stará silonová punčocha, kterou trochu navlhčíme. Pak se s ní chlupy z potahů a koberců odstraňují velmi snadno.



Lednice

Čistíme-li lednici octovou vodou, zabráníme tvorbě nepříjemného pachu a usazeninám špíny.

Mastné skvrny

Mastné skvrny snadno odstraníme, když na ně položíme piják a přežehlíme mírně teplou žehličkou. Piják tuk vsaje.

Skvrny od žvýkačky

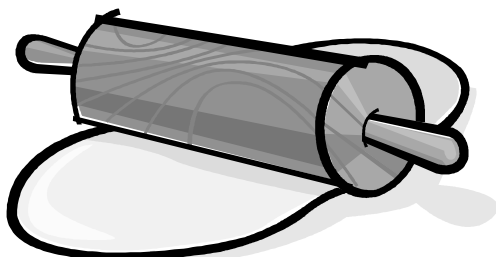
Je-li to možné, dáme oděv do mrazáku, aby žvýkačka ztvrdla a dala se odloupnout. Jinak potíráme kostkou ledu. Zbytky žvýkačky a nakonec odstraníme lihem.

Sklenice nejdou uvolnit

Někdy se stane, že sklenice zasunuté do sebe nemůžeme později dostat od sebe. Nepokoušíme se je uvolnit násilím, ale spodní prostě postavíme do horké vody a do horní nalijeme studenou.

Zalepené uzávěry na tubách

Stane-li se, že nám nejde tuba otevřít, namočíme uzávěr do horké vody. Po chvíli půjde zase odšroubovat.



Napište nám, jaké čarování funguje u Vás doma!

Dopis čtenářky

Miminka prostě někdy brečí....

Máme doma mimino, krásné miminko a myslím, že docela hodné. Prospívá, culí se, brouká si, ale někdy prostě brečí a brečí, i bez příčiny. Do hysterického nářku se dokáže dostat z totální pohody, jako mávnutím kouzelného proutku. A někdy tak jak rychle pláč přišel, tak odejde. Někdy to trvá déle a někdy ten pláč drásá jak uši tak srdce a dítě usíná vyčerpáním. Mimi je s námi už nějaký ten měsíc, a tak doufám, že jako matka, už poznám, že netrpí hladem, chladem, nadmírným břichem či jinými neduhy.

Ale vysvětlujte tohle příbuzenstvu! Občasné návštěvy babiček a tetiček se mění v předávací štafetu. Asi takhle: miminko je spokojené, cucá si prstíky, pozoruje hračky a dav chtivých rukou čeká na pochování. Začne se vrtět, pobrekávat, hlas sílí, hlavička brunátní a oči vlhnou. „Jéje, má hlad“, prohodí babička. „Ne, ne“, odpovím. „Jedla před 20 minutami, tak snad ještě chvíli vydrží.“ „Netrápíš ji takhle hladem?“ A už mi ji bere z ruky, že ji ukonejší. Začíná vášnivé pohupování v bocích, něco jako pol-čik, k tomu utišovacím tónem neustále: „Neplakej, neplakej...“. A řev neutichá. A už se natahuje další pár rukou! „Vždyť jí bolí břicho“, dozvídám se. „Určitě chce položit na břicho, prokopat nožičkami“. Tak se to naše mimi octne na zemi, hlavu zabořenou v dece, pod sebou kaluž slin a brekot přetrvává. Jindy si vesele „pase koníky“, pozoruje hračky, ale dneska ne, dneska se rozhodla nám ukázat, že vlastně neví, proč se na tom břichu válí. A štafetu přebírá.... dědeček! „Ale vždyť chce do kolébky a houpat, že ano?“ „Je ospalá“, přidá se tetička. „A vy jste ji sebrali dudlík!“ Nesu dudlík, ale vysvětluji, že ho stejně odmítne. „Ale, prosím tě, každý dítě miluje dudlík“, je mi naznačeno. Áááááá, dudánek letí....., z kolébky ven pláč je nepřetržitý. Nakonec je kolébka v obležení, každý příbuzný v ruce chrastítko nebo hračku a šavlový tanec kolem kolébky začíná. A zase nic L.

„Teď už pomůže asi jenom maminka“, prosebný výraz babiček. Já?, říkám si v duchu, tady už taky nic nezmůžu. Teď ještě budu označena za matku, která neumí utišit své dítě..., ale najednou vidím, jak se miminku zvedají koutky, radostné kopnutí nožičkou, a ejhle už se řehtá! „Uf“, hlasité oddechnutí příbuzenstva nešlo přeslechnout a tak trochu každý je hrdý, že přispěl k dobré náladě miminka. Já jen v klidu dodávám: „Miminka prostě někdy brečí, jen tak. Mají už zkrátka svůj vlastní názor“!



Magu

Charitativní sbírka - poděkování

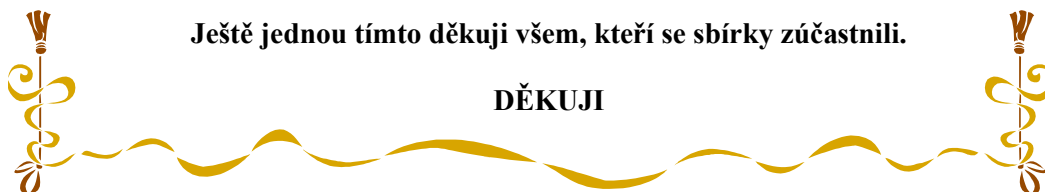


Na konci loňského roku proběhl v MCKV 2. ročník sbírky svatého Martina. Tak jako šlechetný Martin udělal dobrý skutek a rozdělil se s žebrákem o svůj plášť, tak i my - maminky z MCKV jsme udělaly dobrý skutek, když jsme panu MUDr. Miroslavu Rákosovi, řediteli Kojeneckého ústavu v Aši a Karlových Varech, předaly tyto obrovské vánoční balíky, plné drobných dárečků (hraček, knížek, oblečení, papírových plen, vlhčených ubrousků,.....)

Dětem i tetám v Kojeneckém ústavu jsme tím udělali velkou radost.

Ještě jednou tímto děkuji všem, kteří se sbírky zúčastnili.

DĚKUJI



Tip na výlet

OS OSTROVSKÝ MACÍK

Náš dnešní tip na výlet Vás tentokrát zavede do útulku pro opuštěná zvířátka v Horním Žďáru u Ostrova. Věřím, že se výlet bude líbit nejen dětem, ale také Vám rodičům. Můžete zvířátkům zároveň i pomoci.

Útulek se jmenuje Macík a starají se v něm o opuštěná, nemocná či poraněná zvířata a poskytují jim péči, domov a lásku. Sdružení bylo založeno v roce 2002 jako pobočka OS Macík Pardubice. V roce 2005 se sdružení zcela osamostatnilo a přejmenovalo na OS Ostrovský Macík

Původně útulek fungoval jako azyl pro kočky. Postupně se stal azylem pro poraněná zvířata – domácí i volně žijící. Útulek se dále zabývá osvětovou činností – různými programy pro děti a mládež, seniory.....

V současné době celý útulek financuje paní Šimková a její rodina z vlastních prostředků, zvířátkům dali k dispozici svůj dům, zahradu a pastviny. Zvířata mají za sebou tragický osud, krutou zkušenost s člověkem nebo těžké zdravotní problémy, stále se však dokáží smát, přitulit a rozdávat lásku. Doufají, že je ještě někdo na tomto světě může mít rád. Pomozte jim žít plnohodnotný život. Přijďte se na ně podívat, pohladit je a také jim můžete přivést něco na zub.

Ptáte se, jak se k útulku dostanete? Na výlet se můžete vydat jak autem, tak autobusem. Cíl vaší cesty se nachází téměř na konci Horního Žďáru. Pojedete-li autem směrem od Ostrova, nezapomeňte na konci obce odbočit vpravo na můstek přes potok, u takové malé továrny. Pojedete ještě o 50 m dál k velkému růžovému domu se zahradou, to je dnešní cíl výletu. Parkoviště se nachází hned u útulku. Pojedete-li autobusem linkou z Karlových Varů do Jáchymova, vystupte na zastávce Ostrov - Horní Žďár - pila. Tato zastávka je téměř přímo naproti útulku. Pak už jen přejdete můstek přes potok a jste tam...

Na co se můžete v útulku těšit? Čekají na Vás:

3 kozy – Amálka, Pepina a Rozárka, 2 husy – Zbyšek a Maruška, slepice a perličky, Káča – mládě straky – dokrmené ručně, Jalovice Nataša, králik a morče Burdych, srneček Floriána, koně, psi a kočky a mnozí další...

V roce 2006 bylo přijato 42 koček, 12 ptáků, 13 psů, 2 veverky, 3 ježci, 8 srn, 2 labutě.

Můžete se zde také povozit na těchto konících:

Dark – nar. 1991 – tmavý hnědák, po pádu na překážce přišel o oko a zranil se na zadní noze. Je u ostrovských dětí nejoblíbenější.

Paduán – nar. 20.1.1992 – ryzák, původem z národního hřebčína Kladruby, po dlouhé nemoci oslepl na oko a trpí těžkým astmatem, hrozí mu úplná ztráta zraku.

Elgi - nar. 5.4.2005 – bělouš, zdrav, přivezen 24.12.2004 jako dar od sponzora.

Ondráš - nar. 14.5.2002 a **Hey Hey** - nar. 17.4.2003 – dva bratři zachráněni z velmi špatných podmínek obětavým člověkem. Převezeni do o.s. Ostrovský Macík již po základní rehabilitaci. Ondrášovi, díky týrání, chybí oko a má poškozenou nohu. Hey Hey je na tom psychicky velmi špatně a nejspíš nikdy nebude moci vozit děti, i když je fyzicky zdrav.

Lucka – nar. 12.2.1993, norik, ryzka, převzata z občanského sdružení „Život pro koně“

Mathias a Kittl Star – sourozenci stáří 1 a 2 roky, zakoupeni v zuboženém stavu s vysokou podvýživou

Děti, které nemohou mít doma zvířátko, si mohou v útulku zvířátko adoptovat a stát se jeho sponzorem nebo mu můžou darovat jen malý dáreček. Nabídka možností, co které zvířátko potřebuje a co mu udělá radost, je na internetových stránkách www.macik.websnadno.cz nebo se to návštěvníci útulku dozví na místě od Paní Šimkové.

Návštěvu je lépe si předem domluvit s paní Šimkovou na telefonu 776 669084.



Doufám, že se vám výlet bude líbit a stejně jako já oceníte obětavost, laskavost a nezištnost lidí, díky kterým tento útulek funguje a pomáhá bezbranným a opuštěným zvířátkům.

Markéta Vanková

Čarujeme - Magická ruka

Divákovi položíme do dlaně 5 hracích kostek. Řekneme mu, aby na chvíli ruku s kostkami zavřel a soustředil se ně. My zatím na list papíru napíšeme svoji předpověď - číslo - a vložíme ji do obálky. Poté požádáme diváka, aby si obkreslil na další papír ruku, v níž kostky držel. Následuje žádost, aby kostky znovu promíchal a hodil na papír, kde ke každému prstu nakreslené ruky přisune jednu kostku. Nyní sečte počet teček na vrchních stranách kostek, potom všechny kostky obrátí o 180 stupňů a připočítá ještě počet teček na původně spodních stranách. Součet je 35. Číslo v obálce přesně souhlasí.

Pomůcky: 5 hracích kostek, 2 listy papíru, obálka, tužka. Postup



Princip předpovědi spočívá v součtu teček na protilehlých stranách kostky, který je u většiny kostek sedm. Pět kostek vynásobených sedmi dá součin 35. Celé kouzlo záleží především na vašem hereckém talentu. Samozřejmě si předem zkontrolujte, zda součet protilehlých teček na vašich kostkách je skutečně sedm.

Pramen a foto: Pavel Kožíšek



Přejeme Vám - DEN MATEK

Další číslo Mámyzdatu vyjde určitě, ale těžko říct KDY!
A tak radši v předstihu:
Milé maminky vše nejlepší k Vašemu svátku, pevné nervy,
hodně úsměvu, tolerance a času na odpočinek !

**TVOJE DLANĚ KRÁSNE HLADÍ,
V NEMOCI MI ČELO CHLADÍ,
OČI TI JAK HVĚZDY ZÁŘÍ,
KDYŽ MÁM HLAVU NA POLŠTÁŘI.
KDYŽ UŽ VEČER USÍNÁM,
TAK JSEM ŠŤASTNÝ, ŽE TĚ MÁM.
KDYBY SE MĚ NĚKDO PTAL:
„COPAK BY SIS NEJVÍC PŘÁL?“
I KDYBYCH DAL MODRÉ Z NEBE,
PŘÁL BYCH SI BÝT VEDLE TEBE!**



MAMINCE



Zajímavé odkazy

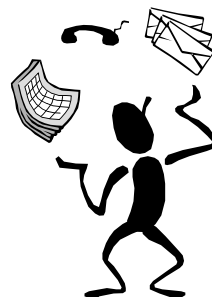
Zajímá vás kreativní tvorba?
Navštivte www stránky: www.domek.cz, www.vranovi.cz

Nebo chcete vědět něco o dětech?
Určitě pak znáte: www.rodina.cz, www.uzlicek.cz

Zavzpomínejte na staré dobré časy na: www.spoluzaci.cz

Vyberte pěkné dárky pro děti na: www.nomiland.cz,
www.obchod.aurednik.cz, www.benjamin.cz, www.caryfuk.cz

Ale určitě nezapomeňte na naše stránky: www.materske-centrum.cz



Kam do hospůdky

Náš dnešní tip nabízí méně známou rodinnou venkovskou hospůdku Pod kaštanem v Rosnicích za Starou Rolí.

Dny se pomalu prodlužují a někteří z vás již možná netrpělivě vyhlížíte první známky jara. Těšíte se na jarní procházky a možná, že již dokonce chodíte opravovat své jízdni kolo. Pokud ano, pak si pozorně přečtěte následující tip.

Jistě vám v loňském roce neunikla výstavba nové cyklostezky začínající na Čankovské a končící u Nádraží ve Staré Rolí. Tato 2km dlouhá stezka pro pěší a cyklisty vede celkem neznámým a tajuplným údolím podél řeky Rolavy. Cyklostezka dále pokračuje na Novou Rolí, my se však na hlavní křižovatce odpojíme a pokračujeme směrem na Rosnice. Za starým (bývalým) náměstím se napojíme na panelovou cestu, vedoucí přímo k hospůdce Pod kaštanem. Vaši cestu po „panelce“ budou sledovat koně, pasoucí se v ohradě na louce. Při teplém počasí si jistě rádi posedíte venku u kávy, zatím co vaše ratolesti se mohou vyřádit na houpačkách, dětském kolotoči a dalších atrakcích. K dispozici je i dětský stůl a židličky.

Jediný úkol který vás bude čekat, je vybrat si ze široké a pestré nabídky hotových jídel, minutek či specialit. Ceny jídel jsou opravdu příznivé: od 50,-Kč za hotové jídlo. Za točenou limonádu zaplatíte 10,-Kč, za kávu 15,-Kč. Takže, až nebudete vědět co s „načatým odpolednem“, doporučujeme tuto hospůdku k návštěvě. Milá, příjemná a rychlá obsluha čeká právě na Vás.



Snad budete i vy spokojeni.

MASOPUST



V neděli dne 4.března 2007 de konal v MCKV Masopust, kterého se zúčastnilo více než 30 dětí v nádherných maskách a skoro stejný počet rodičů. Her-na se prohýbala ve švech - tancovalo se, jedlo se, soutěžilo se prostě bylo vese-lo.

Němý šášula Bambula maloval obrázky, děti s pomocí Pipi Punčochaté hádaly, co asi jim chce pomocí obrázků šáša říct, nakonec ho Pipi odčarovala, a tak mohli společně převyprávět a zahrát pohádku O koze rohaté.

Všichni si odnesli za své masky čokoládovou medaili a díky prima programu i výbornou náladu!

Tak ahoj za rok!



Naše služby

- * Pořádáme spoustu víkendových akcí pro celou rodinu. Akce jsou sportovního nebo kulturního rázu, zaměřujeme se na dodržování lidových tradic a řemesel.
- * Přes léto organizujeme pro děti již od 3 let Příběžské tábory.
- * těhotenské kurzy - teorie, cvičení, plavání, nácvik manipulace, dýchání, exkurze na porodní sál,...
- * Dobrovolnické centrum - Vlaštovka kontaktní středisko,
- * kondiční cvičení-aerobik,
- * rekvalifikační kurzy.

Mezi naši stěžejní nabídku patří :

- * hrátky s batolátky, Kluby dětí a maminek, Výtvarná dílnička, Tanečky. Jde o kurzy vedené zkušenými lektory, kteří hravou formou plnou inspirací vedou děti k všestrannému rozvoji. Maminky se kurzů aktivně účastní, jejich spolupráce je víc než nutná,
- * plavání rodičů s dětmi od narození do cca 4 let, plavání těhotných a aqua-aerobic (pro všechny věkové kategorie),
- * kurzy pro děti bez rodičů - Poprvé bez mámy (3hodinový dopolední program pro děti bez rodičů - příprava na vstup do MŠ) ,
- * Ostatní nabízené služby:
 - * možnost práce na počítači - napsání textů, posílání e-mailem, vyhledávání informací na internetu,... ZDARMA,
 - * možnost půjčování pomůcek, hraček, knih, vybavení (dětská postýlka, vanička, kýblík na koupání miminka, šátek na nošení miminka, váha, kočárek...),
 - * poskytnutí herny k oslavě narozenin a dalších akcí...,
 - * zajištění programu pro děti na svatbách a jiných společenských akcích,
 - * hlídání dětí.

*** Máte nás stále na dosah ***

Díky funkčním webovým stránkám můžete být s námi v kontaktu i doma.
Stačí jen napsat správně adresu: www.materske-centrum.cz

Nejbližší akce

- 2. března 2007** od 17.00 hodin **KŘESADLO**
na hradě Loket, slavnostní večer, předání cen obyčejným lidem, kteří dělají neobyčejné věci
- 3. března 2007** od 15.00 hodin **MASOPUST**
ve velké herně Mateřského centra, veselý rej masek, soutěže, tanec, malé občerstvení
- 12. března 2007** od 17.30 hodin **KAM PO MATEŘSKÉ**
beseda s Mgr. Zuzanou Turoňovou - jak napsat životopis, přímá pohovory, psychotest profesionálních předpokladů, kde hledat - odkazy....
- 23. – 24. března 2007** **DĚTSKÁ BURZA**
ve velké herně Mateřského centra, prodej a nákup dětského oblečení, pomůcek, hraček, kočárků
Účastnický poplatek: 10% z prodaných věcí, prodej bude v pátek odpoledne, nákup v sobotu dopoledne, výdej neprodaných věcí v sobotu odpoledne
- 31. března 2007** od 9.30 hodin **VELIKONOČNÍ TRADICE v MC**
ve velké herně Mateřského centra, společné upečení beránka, upletení pomlázek, nazdobení vajec (**technika patchwork bez jehly**), spousta povídaní, písniček, básniček, jarních her
2 vyfouklá vejce (malé děti vejce vařená) a 8 proutků s sebou
- 2. dubna 2007** od 17.30 hodin **NEŽ PŮJDU DO ŠKOLY - TĚŠÍME SE DO ŠKOLY**
beseda s Mgr. Zuzanou Turoňovou - školní zralost, odklady, 0-té ročníky, změna režimu dne prvňáčka, adaptace, psaní úkolů, děti s poruchami učení....
- 6. dubna 2007** od 15.30 hodin **VELIKONOČNÍ NADÍLKA**
sraz před budovou MCKV, společná vycházka do okolí s plněním úkolů a s překvapením na konci, příspěvek na balíčky pro děti – 45,- Kč, účast nutno nahlásit předem!
- 21. dubna 2007** od 9.30 hodin **VÝROBA MÝDEL + KORÁLKY Z FIMA**
Kreativní tvorba pod vedením našich lektorek VD - Markéty Volkové a Ireny Volfové
- 29. dubna 2007** od 15.30 hodin **PÁLENÍ ČARODĚJNIC**
u dřevěného hradu na Tuhnické louce, opékání špekáčků, hra na kytaru, soutěže, volba missis Čáry máry
- 12. května 2007** od 13:00 hodin **DEN PRO SPOKOJENOU MÁMU**
2 hodiny cvičení, 1 hodina kreativní tvorby, příjemné posezení, káva - čaj, akva-aerobik, s sebou pohodlné oblečení na cvičení, plavky, osušku, vstupné 150,- Kč
- 16. května 2007** od 15.30 hodin **VÝŽIVA a PÉČE O POKOŽKU MIMINEK**
ve velké herně Mateřského centra, přednáší MUDr. Zdeňka Růžičková
- 26. května 2007** od 9.30 do 17.30 hod **BAMBIRIÁDA = KOLEČKYÁDA**
Sportovní areál Rolava, ukázka z činnosti městské policie, hasičů, vodních záchranářů, divadlo, soutěže, tanec, zpěv, ukázka práce jednotlivých sdružení pracujících s dětmi a mládeží
- 16. července - 27. července a 6. srpna - 17. srpna 2007** **PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR**
více na webu MCKV

**Organizátoři si vyhrazují právo změny programu.
Sledujte naše nástěnky a webové stránky, kde najdete stále aktuální informace.
Děkujeme a těšíme se na Vás!**

PONDĚLÍ ÚTERÝ STŘEDA

* 9.00 - 10.00

Hrátky s batolátky
teta Silvie - pro děti 2,5leté

* 10.30 - 11.30

Klub dětí a maminek
teta Bohunka - pro děti 1,5
roku

* 15.00 - 16.00

Cvičení v těhotenství
Cvičení po porodu
Míša—fyzioterapeutka

* 16.00 - 17.00

Výtvarná dílna I.
teta Irča - děti od 3 let

* 17.00 - 19.00

Logopedie
Mgr. Romana Vacková

.....

V Alžbětíných lázních
- relaxační bazén

● 9.00 - 12.00

Plavání kojenců a batolat
teta Jitka D.
- děti od 6ti měsíců

Provozní doba MCKV

pondělí - pátek 8:30 - 16:00
odpoledne otevřeno v době kurzů
po domluvě se zaměstnanci
kdykoliv

* 9.00 - 10.00

Hrátky s batolátky
teta Lenka - pro děti 2leté

* 10.30 - 11.30

Hrátky s batolátky
teta Silvie - pro děti 2,5leté

* 12.00 - 13.00

Hrátky s batolátky
teta Blanka - pro roční děti

* 13.00 - 15.00

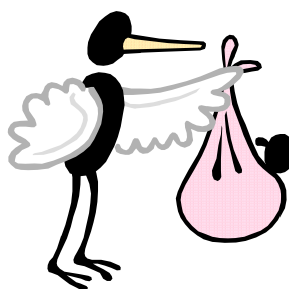
Logopedie
Mgr. Romana Vacková

* 15.00 - 18.00

Biofeedback
Mgr. Zuzana Turoňová

* 16.30 - 17.30

Výtvarná dílna
+keramika
teta Markéta
děti od 6ti let



* 9.00 - 12.00

Poprvé bez mámy
teta Jitka D.- od 2,5 let

* 17.00 - 18.00

Hrajeme si bez mámy
teta Silvie - pro děti od 3 let

* 19.00 - 20.00

Kondiční cvičení
cvičitelka Valérie Plecítá

.....



17.30 - 19.00

dle domluvy
v jakýkoliv den v týdnu !!

Těhotenské kurzy
Mgr. Anička Polívková
- porodní asistentka

6 lekcí s porodní asistentkou
1 lekce s dětskou sestrou
1 lekce s psycholožkou
1 lekce plavání
exkurze na porodní sál

CENA: 2850,- Kč

MINIKURZ
na jedno odpoledne
1.000,- Kč

.....

ČTVRTEK PÁTEK

* 9.00 - 10.00

Klub dětí a maminek
teta Kamila T. – pro děti
2leté

* 9.00 - 10.00

Hrátky s batolátky
teta Monika
- děti 16ti měsíční

* 10.30 - 11.30

Hrátky s batolátky
teta Kamča B. - pro děti od
1,5 roku

* 10.30 - 11.30

Klub dětí a maminek
teta Lenka - pro děti
2,5leté

* 14.30 - 15.30

Hrátky s batolátky
teta Radka P. - pro děti od 1
roku



VSTUPNÉ

Na jednotlivé akce, není-li
uvedeno jinak, je jednotné
50,- Kč!

Další informace se dozvíte
u provozní pracovnice
MCKV Radky Peroutkové.



MANIPULACE S NOVOROZENCEM A MALÝM KOJENCEM

V Alžbětíných lázních
- relaxační bazén

● 13.30 - 16.30

Plavání kojenců a batolat
teta Věrka
- děti od 6ti měsíců



16.00 - 17.15

Plavání pro těhotné
cvičitelka Eva

● 16.45 - 18.00,
17.30 - 18.45
18.15 - 19.30
Akva-aerobik
cvičitelka Eva

informace o:

- potřebách a možnostech dítěte s ohledem na jeho psychomotorický vývoj
- zásadách správné manipulace
- ohrožení prospívání dítěte v důsledku nevhodné manipulace

nácvik:

- zvedání, chování, předávání, otáčení, a oblékání dítěte
- poloh k odpočinku, sociálnímu kontaktu, kojení, odřívání ...

Lekce jsou určeny pro 2-4 děti s rodiči délka lekce je
60 minut

Možno využít i individuální výuky
v domácím prostředí

HOSPODAŘENÍ MCKV

Vzhledem k tomu, že se stále častěji setkávám se zcela mylnou představou klientů MCKV, která se týká hospodaření a financování MCKV, rozhodla jsem se, názorně ukázat všem, jak to v MCKV chodí. A jak jinak než v číslech. (Podrobnější informace naleznete ve výroční zprávě sdružení, která visí celoročně na nástěnce v MCKV).

Jaké jsou tedy pravidelné **průměrné** roční náklady MCKV? Platby, které musíme zaplatit, ať se děje, co se děje

Pronájem prostor MCKV	60.000,- Kč	
Služby s nájmem související	60.000,- Kč	(elektrika, voda)
Odvoz odpadků	2.500,- Kč	
Pojištění majetku, úrazu	4.500,- Kč	
Vedení účetnictví	30.000,- Kč	
Bankovní poplatky	6.500,- Kč	
Mzda 2 zaměstnanců	255.000,- Kč	
Soc. a zdrav.pojištění	70.000,- Kč	
Pronájem bazénu a vany	170.000,- Kč	
Odměny lektorů na DPP	80.000,- Kč	
Pojištění mezd (Kooperativa)	5.000,- Kč	
Telefonní poplatky	20.000,- Kč	
Poštovné	1.000,- Kč	
Cestovné	3.000,- Kč	
Materiál pro kurzy	30.000,- Kč	(lepidla, křídly, barevné papíry, míče,
Poplatek za internet	12.000,- Kč	plavecké pomůcky...)
Kancelářské potřeby	10.000,- Kč	
Drogerie, drobné opravy	10.000,- Kč	
Potraviny	5.000,- Kč	(svačinky pro děti, káva, čaj, smetana,
Tábor	150.000,- Kč	cukr ...)
VÝDAJE CELKEM:	985.000,- Kč	

A jaké jsou pravidelné **průměrné** příjmy? Ty nejsou nikdy jisté. Závisí na počtu klientů, na počtu schválených dotací, na náklonnosti sponzorů... Dá se však předpokládat, že ročně získáme z:

Magistrátu města	100.000,- Kč
Sponzoři	15.000,- Kč
<u>Klienti - kurzovné - tábor</u>	<u>550.000,- Kč</u>
PŘÍJMY CELKEM:	665.000,- Kč

Další příjmy ale i výdaje pevně souvisí s realizací projektů, na které je získána dotace z různých míst.

Je zcela jasně vidět, že Mateřskému centru **chybí cca 300.000,- Kč** na zabezpečení 100% chodu. Z tohoto důvodu jsou psány **PROJEKTY**, s kterými bohužel narůstá

nejen finanční kapitál ale zejména spousta práce a administrování.

Bohužel ne všechny položky lze hradit z projektů (např. velmi těžko se získává dotace na mzdy, na telefon, bankovní poplatky,...) a občas se v rozpočtu projektu na nějakou důležitou položku související s realizací projektu zapomene (ta pak musí být bohužel uhrazena z jiných – ale jakých? příjmů organizace).

Takže, když to shrnu, vše má své pro a proti, ale zatím vítězí ta PRO.

Díky realizovaným projektům se stalo MCKV trvalým vlastníkem nově **zakoupených zařízení a vybavení**. Tzn. že MCKV má novou ledničku, koberec v herně, barevnou i černobílou tiskárnu, scanner, digitální fotoaparát, 2 pevné počítače a 2 notebooky, řezačku, přístroj na zatavování do fólií, vybavení kuchyně (sada nožů, plechy, šlehač, hrnce, vál na těsto), 2 vzduchovky, vybavení učebny (stoly, židle, skříň, koberec).

Kromě stálého materiálního zabezpečení se podařilo díky projektům uhradit i **některé služby**: např. část nájmu MCKV, část mzdy účetní, celou mzdu 1 zaměstnance (včetně odvodů), veškeré poplatky za internet, část poplatků za telefon a **část spotřebního materiálu** (kancelářské potřeby, potraviny, drogistické zboží).

Také díky projektům **stoupla propagace** (cedule u Tržnice, výlep v MHD i na sloupech hrazen zcela z projektů), **zvýšila se kvalifikace** zaměstnanců a spolupracovníků MCKV (kurzy v Pedagogickém centru, kurzy instruktora plavání, kurzy práce na PC.....).

Nastínila jsem tedy zhruba financování MCKV, ale ještě bych ráda upozornila a zdůraznila jeden velmi cenný zdroj příjmů a to je práce **DOBROVOLNÍKŮ**. Těch, kteří pro MCKV udělají jakoukoliv práci ve svém volném čase a bez nároku na odměnu. Jejich práce je nevyčísitelná. A pokud náhodou je vyčísitelná (např. hlídací babička, která pomáhá MCKV hlídat děti aniž by se dostala nějakou mzdu, přestože tato služba je zpoplatněna a MCKV za ni vybírá od klientů poplatek), věřte, že tyto „ušetřené“ či „lehce“ vydělané peníze nekončí v kapse zaměstnanců jako mimořádná odměna, ale ukrajují kousíček z toho velkého krajíce cca 300.000,- Kč, které MCKV chybí na pokrytí základních výdajů. A tak díky dobrovolníkům jsou v MCKV hlídané děti, vymalované prostory, udělané velké úklidy, roznesené letáky, smontovaný nábytek, vyvezený materiál do sběrného dvora, předělané elektrické a telefonní rozvody, napečené koláče na některé víkendové akce, nakreslené-vyrobené některé didaktické pomůcky, zajištěna stanoviště při víkendových akcích (Kolečkyáda, Pálení čarodějnic...),

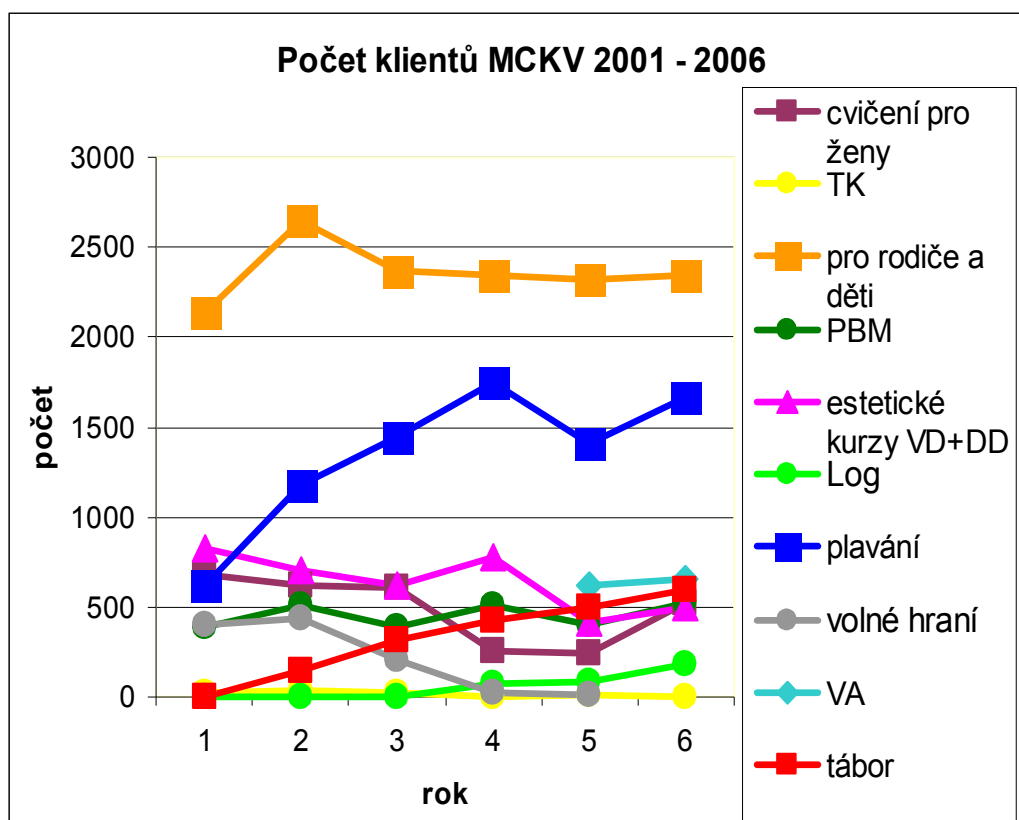
Jim patří naše mohutné díky, vřelá úcta, trvalý respekt a užaslý obdiv!

Z výše uvedeného je patrné, že bez psaní a realizování projektů a bez práce dobrovolníků a nadšenců se naše MCKV již neobejde. Pakliže chceme jít stále kupředu, nabízet služby kvalitnější, v krásnějším prostředí, cenově dostupné, ... není jiné cesty.

Věřím, že je Vám problematika financování a hospodaření v naší neziskové organizaci již jasnější, a že na příští „brigádě“ – (až se budou mýt např. okna) se nás sejde podstatně víc! Ušetříme balík peněz, které by si od nás vzala úklidová služba a navíc si i příjemně poklábošíme (a to my mamky, strašně moc potřebujeme).

NÁVŠTĚVNOST MCKV

zkratka kurzu	2001	2002	2003	2004	2005	2006
cvičení pro ženy	682	619	610	261	237	526
těhotenské kurzy (TK)	21	35	26	6	15	3
pro rodiče a děti	2141	2651	2365	2344	2324	2348
poprvé bez mámy (PBM)	386	507	393	505	395	520
estetické kurzy VD+DD	821	702	625	782	409	494
Log	0	0	-	73	89	177
plavání	618	1173	1451	1744	1412	1658
volné hraní	404	432	211	25	14	
víkend.akce+přednášky (VA)					618	654
tábor	1	140	318	421	504	597



AKCE MCKV VE SPOLUPRÁCI S DALŠÍ ORGANIZACÍ

PROJEKT „SNADNÝ NÁVRAT“

Mateřské centrum ve spolupráci s občanským sdružením STUDNICE realizuje počínaje březnem projekt zaměřený na vzdělávání matek. Vzdělávat se mohou maminky na a po mateřské dovolené. Klientkám jsou k dispozici vzdělávací kurzy a přidružené služby – především hlídání dětí, asistence při studiu, poradenství a to vše v místě MC. Klientky mohou studovat např. kurzy počítačů (MS Word, MS Excel, MS Outlook, MS PowerPoint), prezenční a komunikační dovednosti, marketing a management i podvojně účetnictví. Studium probíhá kombinovanou formou e-learningu, tedy na počítači a prostřednictvím prezenčních kurzů. Vybrané kurzy lze studovat i doma na svém počítači.

Mateřské centrum je pro maminky otevřeno každý pracovní den a studijní asistent, který Vám rád poradí a pomůže se na Vás těší také od pondělí do pátku.

Zájemkyně o zařazení do projektu (rekvalifikace i hlídání zdarma) se mohou hlásit na telefonním čísle MCKV 353 230 847 nebo na tel. 723 611 544.

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



CENA KŘESADLO 2006

Od listopadu do ledna jsme Vás vyzývali prostřednictvím našeho časopisu, nástěnky, denního tisku a mailových výzev k nominování „obyčejných lidí, kteří dělají neobyčejné věci“. Nominace byly uzavřeny 26. ledna 2007. Celkem se nám sešlo 62 platných nominací. To je opravdu veliké číslo vzhledem k tomu, že se udělování cen Křesadlo v Karlovarském kraji koná vůbec poprvé.

Mezi nominovanými jsou lidé ze všech koutů Karlovarského kraje a provozují kvalifikovaně ve svém volném čase bez nároku na odměnu velice různorodé činnosti – chrání přírodu, značí turistické cesty, zachraňují historické památky, starají se o



kvalitní vyplnění volného času mládeže, věnují se trenérství, pečují o mentálně i tělesně postižené, o slabozraké, pomáhají lidem se závislostmi, pořádají tábory pro děti, pořádají turistické výlety pro důchodce, věnují se nemocným a starým občanům, jsou aktivními členy sborů dobrovolných hasičů atd.

Všem navrhovatelům za zaslání nominace děkujeme! Nyní je již celý katalog nominovaných v rukou devítičlenné poroty složené ze zástupců pořadatelů, neziskových organizací a volených zastupitelů Karlovarského kraje a veřejné správy. Výsledky hlasování poroty budou zveřejněny až při slavnostním ceremoniálu Křesadlo 2006 dne 2. března 2007 na hradě Loket. Cenu Křesadlo 2006 si z Lokte odveze 6 „obyčejných lidí, kteří dělají neobyčejné věci“.

Cena pro obyčejné lidi, kteří dělají neobyčejné věci

Cílem udělování ceny Křesadlo je ocenit dobrovolníky, zviditelnit dobrovolnictví a neziskový sektor, vzbudit v lidech zájem o dobrovolnou činnost i respekt k těm, kteří ji vykonávají.

Myšlenka udělování ceny Křesadlo je duševním vlastnictvím HESTIA.

HRAD V LOKTI HOSTIL OPRAVDOVÉ HRDINY

Opravdoví hrdinové současnosti, významní hosté, slavnostní ceremoniál, bohatý doprovodný program a skvělá atmosféra. Přesně tak to vypadalo v pátek 2. 3. 2007 v prostorách hradu Loket. Právě tady se 2. března uskutečnilo slavnostní předání cen dobrovolníkům Křesadlo 2006 - tedy "ocenění obyčejných lidí, kteří dělají neobyčejné věci". Cílem udělování ceny Křesadlo je

ocenit dobrovolníky, zviditelnit jejich činy, vzbudit v lidech zájem o tuto činnost a zároveň úctu k lidem, kteří se dobrovolnictví věnují. Vůbec poprvé se akce konala v Karlovarském kraji, pod záštitou hejtmána JUDr. Josefa Pavla a zúčastnilo se jí na 200 lidí.

Pořadatelé slavnostního vyhlášení byly nezisková organizace ANNA KK a Mateřské centrum v Karlových Varech,



hlavním sponzorem Křesadla byla Poštovní spořitelna, dalšími partnery a sponzory akciové společnosti Moser a Blex, karlovarský porcelán Thun, Kar-



lovarská Korunní s.r.o., kavárna a čajovna Tusculum, pizza MAMMA MIA, pekárna REPRE, DRONTE - cestovní agentura a půjčovna lodí, FLORA centrum K.Vary, foto JISKRA, Hradní restaurace manželů Karlových, Rodinný pivovar a hotel Ferdinand manželů Lojínových a pan Ing. Jiří Kotek.

Mezi významnými hosty nechyběli členové zastupitelstev měst a obcí Karlovarského kraje, zástupci neziskových organizací a samozřejmě novináři. V devítičlenné porotě zasedli senátor PhDr. Pavel Čáslava, Mgr. Ellen Volavková, poslanec parlamentu Lubomír Suk, Olga Haláková (starostka Bečova nad Teplou), Mgr. Stanislav Kříž (Agentura projektového a dotačního managementu Karlovarského kraje), Mgr. Marie Mudrová (zástupkyně ředitelky Městské knihovny v Chebu), MUDr. Darina Kosorinová (předsedkyně ANNA KK), Věra Bartošová (předsedkyně MCKV). Na místo předsedy usedl Rudolf Chlad - náčelník Horské služby na

Božím Daru. Předávání cen se zúčastnil také zakladatel udílení ceny Křesadla PhDr. Jiří Tošner z Národního dobrovolnického centra Hestia. Ten hovořil o "zrození" Křesadla a předvedl, že Křesadlo skutečně dokáže vykřesat opravdové jiskry, tak jako všichni nominovaní dokáží kolem sebe křesat jiskry lidství a pomoci.

Celkem bylo nominováno 63 dobrovolníků z celého Karlovarského kraje. Tito lidé jsou opravdovými hrdiny současnosti. Bez nároku na odměnu se ve svém volném čase věnují mládeži, chrání přírodu a historické památky, pečují o slabozraké, mentálně i tělesně postižené spoluobčany, pomáhají s léčbou závislosti a věnují se spoustě dalších činností. Slavnostní večer otevřeli Bubeníci ZUŠ Ostrov, své taneční dovednosti předvedla taneční škola Best pod vedením Stanislava Zíky a rodina Pitrových se postarala o příjemnou barokní hudbu nejen při slavnostním ceremoniálu ale i při malém rautu. Celým večerem provázel moderátor Petr Čimpera. Skvělým pomocníkem během večera byla skupina JAKOMÁČEK, žáci 8. třídy ze školy J. A. Komenského K.Vary pod vedením paní učitelky Mgr. Radky Hodačové, kteří zajišťovali pořadatelskou službu, obsluhu hostů na rautu, šatnu a pomáhali se samotným předáváním cen.

Nejdůležitější částí večera byl slavnostní ceremoniál. Ceny Křesadlo 2006 a květiny předávali zástupci sponzorů, členové poroty, zaměstnanci Krajského úřadu, zastupitelé měst a obcí, starosta města Lokte a hostitel akce - ředitel hradu Loket pan Václav Lojín. Ocenění nakonec získali (pořadí na fotce zleva doprava): pan **Jiří Roubínek**, paní **Renata Nečová**, paní **Milada Bučková**, Mgr. **Zdenka Čepeláková** (cenu přebíral starosta města Ostrov pan Jan Bureš - vzadu), manželé **Eva a Lubor Hankovi** a Mgr. **Ivana Hartzarová**,



BAMBIRIÁDA 2007

Směřuje k naplnění stanovených cílů akce:

prezentace sektoru sdružení dětí a mládeže;
nábor dětí;
spolupráce sdružení;
osvěta pro veřejnost o smyslu mimoškolní výchovy;
kontakty s novináři
zajištění vazeb s místní samosprávou a státní správou...

Koná se v celostátně vyhlášeném termínu: 24. – 27. 5., (pá 25.5. formou „Dne otevřených dveří“ účastníků)

se organizací a propojení kraje prostřednictvím akcí v knihovnách, so 26.5. v K.Varech na Rolavě, ne 27.5. v Chebu u stadionu Lokomotiva

Vstup na akci je zdarma.

Motto je vyjádřeno sloganem (podle kampaně EU) „Každý jsme jiný, všichni rovnoprávní“ (zpřístupnit akci i handicapovaným dětem), obrazovým mottem jsou **ruce**

Má **záštitu hejtmána** Karlovarského kraje JUDr. Josefa Pavla (na úrovni ČR záštita předsedy Vlády ČR, ministryně ŠMT, ministra pro místní rozvoj, ministra kultury, ministra obrany a náčelníka GŠ Armády ČR

Má **vícezdrojové financování** – o finanční podporu bylo požádáno Město Cheb, Město K.Vary i Krajský úřad Karlovarského kraje a ČRDM (Česká rada dětí a mládeže)

Během celé akce bude zajištěno respektování toho, že je určená především dětem a mladistvým (zejména **bez alkoholu, kouření či jiných omamných látek**).

Na akci je zakázána propagace politických stran a hnutí.

součástí akce je Bambi-bod - zvláštní (společný) stánek mající za úkol seznámit děti a jejich rodiče s možnostmi využití volného času v oddílech, klubech a SVC v okolí jejich bydliště. Plní dvě úlohy:

odbornou - ve stánku je stále přítomen odborník, poradce, který rodičům osvětlí: možnosti využití volného času – formy; výhody, které rozvoji dítěte poskytují sdružení dětí a mládeže.

organizační - umístění plánu spádového regionu, který pro příslušné místo Bambiriády připadá do úvahy. V plánu budou barevnými špendlíky označena místa působení jednotlivých základních jednotek sdružení dětí a mládeže a SVC působících na příslušné oblasti.

Místním organizátorem je Mateřské centrum K.Vary, Kontakt bB, Armáda spásy a Denní centrum Žirafa.

Srdečně Vás všechny zveme 26. května 2007 na areál Rolava.

Čeká Vás spousta zábavy, her, písniček, soutěží, divadlo.....

S sebou dobrou náladu a víčka od PET lahví!



Projekty MCKV

Financování NNO (nestátních neziskových organizací) tedy i MCKV je velmi složitou záležitostí. Existence organizace je závislá na dobrovolné činnosti - práci dobrovolníků, sponzorských darech, dotacích a grantech, na příjmech z vlastní činnosti.

Jednou z možností jak získat peníze je tedy psaní projektů. Jenom psát projekty však samozřejmě nestačí. Je důležité aby projekty:

1. byly napsány včas a správně,
2. byly schváleny,
3. byly úspěšně realizovány a
4. byly dobře vyúčtovány.

Mateřské centrum podalo své první projekty již v roce 1997. Následovaly další a další, bylo jich napsáno možná 3x tolik, než jich bylo nakonec schváleno. Od roku 2000 se dařilo realizovat ročně jeden projekt. Pak však přišla velká krize. V roce 2003 a 2004 se nám v psaní projektů nedařilo - žádný z podaných projektů nebyl schválen. V průběhu roku 2004-2005 jsme absolvovali několik školení zaměřených na práci NNO. Na podzim r.2005 jsme učinili poslední zoufalý pokus - napsali jsme 6 projektů s různými tématy a doufali, že alespoň jeden vyjde. K naší neskonale radosti vyšly všechny. A tak mohli rodiče s dětmi chodit plavat za 95,-Kč/1 lekci, těhotenský kurz stál polovinu, o víkendech proběhla řada akcí a přednášek, zprovoznila se internetová kavárna - která poskytuje služby zcela zdarma, lektori kurzů jsou dále vzdělávání, aby poskytovali co nejzasvěcenější informace, rady a náměty. Díky projektům má MCKV v současné době již 3 zaměstnankyně - mzdy Věrky a Lenky jsou plně hrazeny právě z projektů KÚ/SROP (proto jsou schválené částky vyšší).

Vedlejší sloupec je výčet všech schválených projektů, které MCKV za svoji existenci podalo včetně stručné charakteristiky a přidělené částky.

2000 Mateřská centra – Know-How – zmapování problematiky zakládání a provozování MC u nás, cyklus přednášek pro MC z celé ČR, předání zkušeností, inspirací - NROS – Phare – 91.000,- Kč

2001 Raná péče – snížit vliv prvotního postižení, včasné rozpoznání handicapu, nabídka odpovídající stimulace a terapie, spolupráce s psychologem, fyzioterapeutem – NROS – 246.000,- Kč

2002 Jakub - pomoc jednomu konkrétnímu chlapčovi s těžkým postižením, nákup zdravotních pomůcek, rehabilitačních služeb – NROS / Pomozte dětem – 100.000,- Kč

2004-5 Příměstský tábor pro děti již od 3 let – MŠMT – 21.000 – 30.000,- Kč

2005 Vodní hrátky s batolátky - kurzy plavání rodičů s dětmi od 0-4let – MPSV – 304.400,- Kč

2005 Čtyřlístek tradic a řemesel - víkendové akce pro celou rodinu, hry, vyrábění, vzdělávání – MPSV – 33.200,- Kč

2005 Rodíme spolu aneb Rodí se z nás rodiče - poradenství, přípravné kurzy, přednášky – MPSV – 178.500,- Kč

2005-6 Pojd'te si pohrát s myší - zřízení internetové kavárny a elektronické poradny zejména pro matky na MD – KÚ/SROP – 445.455,- Kč

2006-7 Nová perspektiva - sebevzdělávání organizace – NROS/Globální grant – 281.530,- Kč

2006-8 Dobrovolnické centrum Vlaštovka vybudování střediska pro evidenci, kontaktování (KÚ/SROP - 934.926,- Kč)



od 1.9.2005 do 31.8.2007 realizuje nový projekt

s názvem **NOVÁ PERSPEKTIVA**

Jde o posílení kapacity vlastní organizace tak, aby byla schopna poskytovat kvalitnější služby pro klienty, se kterými pracuje. V rámci projektu bude provozní pracovnice proškolená v práci na počítači a absolvuje další vzdělávací semináře spolu s managerem organizace. Stávající lektoři budou též účastníky některých vzdělávacích seminářů – plných inspirací a dovedností (např. nabídka z Pedagogického centra), aby kurzy, které vedou, byly obohaceny zase něčím novým.

Dalším cílem tohoto projektu bude zavedení standardů kvality sociálních služeb a přizpůsobit služby potřebám klientů. Navštívíme 3 jiná dobře fungující Mateřská centra a pokusíme se s nimi navázat spolupráci, vyměnit zkušenosti, převzít dobré praktiky.

Prosíme o pomoc Vás klienty - aby naše služby reagovaly na Vaše přání, napište nám svůj názor, kritiku, inspiraci... Můžete použít předtištěný dotazník, nebo volnou formou napsat několik slov, které máte na srdci. Vaše náměty – dotazníky ponechte u provozní pracovnice nebo je vhodte do schránky či pošlete na www.mckv@seznam.cz

Děkujeme Vám. Za MCKV Věra Bartošová
manager sdružení MCKV



TENTO PROJEKT JE SPOLUFINANCOVÁN EVROPSKÝM SOCIÁLNÍM FONDEM A STÁTNÍM ROZPOČTEM ČESKÉ REPUBLIKY. ESF napomáhá rozvoji zaměstnanosti podporou zaměstnatelnosti, podnikatelského ducha, rovných příležitostí a investicemi do lid-

Dotazník

Váš názor nás zajímá jen s Vámi můžeme být ještě lepší!

1. Jste spokojen/a s nabídkou našich služeb? ANO - NE

2. Jaký druh služby postrádáte v nabídce MCKV?

.....

3. Ohodnoťte, prosím kvalitu našich služeb (1 = výborná, 5 = nedostačující)

Kvalita – odbornost

Ochota zaměstnanců – lektorů

Cenová dostupnost

4. Jak jste informována o naší nabídce kurzů-přednášek-víkendových akcí?

přímo v MCKV od lektora z nástěnky z novin (jakých)

od kamarádky jinak (uveďte, prosím, jak)

5. Jak často navštívíte MCKV?

6. Co bychom podle Vás mohli dělat ještě lépe?

.....

.....

Za všechny podněty předem děkujeme!

Jméno (dobrovolné):

Ročník narození: Dnešní datum:

Tento dotazník můžete vhodit do schránky na dopisy na plotě MŠ nebo uvnitř MCKV. Také ho můžete předat lektorce svého kurzu či provozní pracovníci. Poslední možností je poslat jej e-mailem: mckv@seznam.cz (ke stažení na www.materske-centrum.cz) Všechny dotazníky budou na konci měsíce slosovány a tři výherci obdrží 1 lekci dle vlastního výběru zdarma.



TENTO PROJEKT JE SPOLUFINANCOVÁN EVROPSKÝM SOCIÁLNÍM FONDEM A STÁTNÍM ROZPOČTEM ČESKÉ REPUBLIKY. ESF napomáhá rozvoji zaměstnanosti podporou zaměstnatelnosti, podnikatelského ducha, rovných příležitostí a investicemi do lidských zdrojů.

Dobrovolnické centrum Vlaštovka

Stručný obsah projektu:

- vybudování kontaktního a motivačního střediska pro aktivity Dobrovolnického centra (dále jen DC) - vznik nové služby
- reintegrace matek na MD, nezaměstnaných a studentů do společnosti a k pracovnímu uplatnění
- rozvoj občanské společnosti - zřízení pracovního místa "koordinátor DC" a zapojení Mateřského centra (dále jen MCKV) včetně DC do komunitního plánování

V celé České republice funguje cca 36 Dobrovolnických center, v každém kraji působí minimálně jedno středisko nabízející dobrovolnické služby. Jediný kraj, který podobné středisko postrádá, je Karlovarský kraj.

Dosavadní práce v nestátním neziskovém sektoru, osobní kontakty, dotazy a jednotlivé ohlasy různých organizací nás utvrdily v tom, že po této službě je velká poptávka. Na druhé straně je však velmi malá – prakticky žádná - informovanost – chybí nabídka. Dobrovolnické centrum by vyplnilo toto bílé místo v systému služeb poskytovaných v našem kraji.

Proto vznikla při MCKV nová služba - Dobrovolnické centrum. Tato služba jednou částí řeší problém velké nezaměstnanosti v našem kraji – občanům evidovaným na Úřadech práce nabízí možnost zapojit se do pracovního procesu, druhou částí řeší problém matek na mateřské dovolené, které prostřednictvím Dobrovolnického centra neztratí pracovní návyky a kontakt s okolním světem, třetí částí nově vzniklé služby osloví i studenty, kteří získají zkušenosti a praktické dovednosti, které budou moci uplatnit při hledání a vybírání trvalého pracovního poměru.

Pomoci by se dostalo i znevýhodněným dětem, které mají problém začlenit se do společnosti vrstevníků v rámci programu „Pět P“, který vznikající Dobrovolnické centrum má v úmyslu co nejdříve realizovat a akreditovat. Program Pět P (Přátelství–Pomoc–Prevence–Podpora–Péče) je zaměřen na děti z problematického rodinného prostředí, které mají výchovné problémy, ale třeba i na děti velmi nadané, které jsou v kolektivu ostatních osamělé. Ti mají svého velkého kamaráda – dobrovolníka, s nímž jeden den v týdnu tráví několik hodin. Pro mnohé dítě je dobrovolník jediným člověkem, který mu rozumí, bere je takové, jaké je, a chová se k němu rovnocenně jako přítel nebo partner.

Předběžně oslovené organizace (např. Kontakt bB – bez bariér, práce s handicapovanými dětmi; Armáda spásy; AM bike no limits – sportovní klub cyklistů; Rosnatka – ekologické hnutí, ProTebe Live a další) projevily zájem o spolupráci s dobrovolníky a jsou schopny nabídnout různorodou činnost dobrovolníkům, předat jim několikaleté zkušenosti z vlastní praxe. Zatím však stále neví, kam se mají obrátit, kde mají dobrovolníky hledat, na hledání a oslovování nemají většinou čas ani proškolené lidi. Kromě neziskových organizací oslovíme také akciové společnosti, veřejně prospěšné společnosti, podnikatele a další formou dotazníků, osobních kontaktů, korespondence a propagačních letáků.

Abyste nově vzniklá služba měla jistý řád a pravidla, aby se stala seriózní, spolehlivou a vyhledávanou službou – je potřeba, aby ji někdo kvalifikovaně řídil a koordinoval. Proto bylo vytvořeno jedno pracovní místo koordinátora DC. Jeho úkolem bude šířit myšlenku dobrovolnictví, nabídnout zájemcům (dobrovolníkům ať už z řad matek na MD, studentů, občanům evidovaných na ÚP a dalším) práci adekvátní jejich možnostem a požadavkům, poskytnout organizacím proškolené, spolehlivé dobrovolníky, z kterých se mohou postupně stát i zaměstnanci dané organizace. Dalším úkolem bude společně vytvářet standardy služeb a zapojit celou organizaci do komunitního plánování města K. Vary.



**Dobrovolnické
Centrum
Vlaštovka**



pořádá

1. DISKUSNÍ KLUB

na téma

Dobrovolníci v organizacích

30. března 2007 ve 13.00 hodin

V Krajské knihovně v Karlových Varech

Určeno vedoucím pracovníkům, budoucím koordinátorům dobrovolníků v organizacích případně aktivním dobrovolníkům.
Účast zdarma.

Přednáší Mgr. Lenka Černá,
ředitelka Dobrovolnického centra,
Ústí nad Labem - www.dcvl.cz



- **Chcete do činnosti Vaši organizace zapojit dobrovolníky?**
- **Nevíte jak na to?**
- **Máte zájem o služby Dobrovolnického centra Vlaštovka?**

Přihlášky k účasti zasílejte,
prosím, na mcvk@seznam.cz
nebo se lištejte na
telefonu 775 730 847,
koordinátorka DC Vlaštovka,
paní Lenka Doležková.

Srdečně Vás zveme!

Tento projekt je spolufinancován Evropskou Unií a Karlovarským Krajem



Inzerce

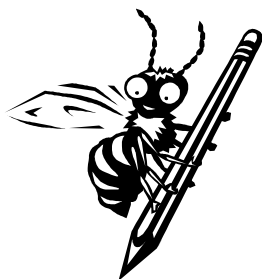
Nabídka příležitostné práce

dovoluji si obrátit se na Vás s prosbou o pomoc. Naše akciová společnost Bristol potřebuje v určitých obdobích (leden, květen) nárazově posílit stav pracovníků balneoprovozu na pozici lázeňská. Z toho důvodu vytváříme databázi zájemců, kteří mohou na základě dohody a zavolání příležitostně vypomoci. Jedná se o jednoduchou práci, kterou může zájemkyně vykonávat bez odborného vzdělání po zácviku a pod vedením odborného pracovníka. Pracoviště je v centru Karlových Varů.

Domníváme se, že by naše nabídka mohla oslovit ženy na mateřské dovolené, které mají možnost zajistit si hlídání svých dětí na dobu nezbytně nutnou a vylepšit tak rodinný rozpočet. Měsíční mzda při plném pracovním úvazku je 9.000,- Kč + prémie.

Děkuji

Mgr. Zuzana Adámková
[mailto:adamkova@bristol.cz]
vedoucí personálního úseku



Sháníte **pojištění** na cestu, pro děti, domácnost, auto? Mohu vřele doporučit p. **Petra Ocetníka** ze společnosti Allianz. Vše vyřídí rychle, spolehlivě a při osobním jednání je velmi vstřícný a ochotný. Přesvědčte se sami a zavolejte.

kontakt: 602 120 000, 353 449 007

Místo právě pro Váš inzerát

Mateřské centrum K.Vary nabízí možnost seberealizace všem **dobrovolníkům** v oblasti práce s dětmi - hlídání dětí, pořádání víkendových akcí,... Dalším polem působnosti je veškerá činnost související s MCKV - organizační, oslovování sponzorů, pořádání akcí, roznos letáků, výroba plakátů,... Přijďte mezi nás, potřebujeme právě Vás. Každý má, co nabídnout, jen to musí v sobě objevit. My Vám s hledáním sebe sama pomůžeme.

Jak se Vám líbí časopis? Našli jste v něm něco, co Vás zaujalo? Co jste naopak postrádali? Vaše názory, dotazy a náměty nás zajímají .

Zasílejte je přímo na e-mailovou adresu:

mckv@seznam.cz nebo se zastavte v Mateřském centru,

kde nám můžete nechat vzkaz nebo to můžeme hned společně probrat.

Naši milí sponzoři

SPA Carlsbad Plaza

- finanční sponzorský dar ve výši 25.000,- Kč

Vodárny a kanalizace Karlovy Vary, a.s.

- finanční sponzorský dar ve výši 10.000,- Kč

HEXION SPECIALTY CHEMICALS, a.s.

- finanční sponzorský dar ve výši 5.000,- Kč

Petr Očetník - společnost Allianz

- finanční sponzorský dar ve výši 2.000,- Kč

Pizza MAMMA MIA, p. Tomáš Huňáček

- spousta pizz a hromady sladkých dobrot na většinu víkendových akcí

Koberce K+K - p. Tinschl

- koberec do malé herny-tělocvičny MCKV

Čajovna TUSCULUM - p. Soňa Zítková

- spousta drobného výborného pečiva na akci Křesadlo

REPPE Pekárna

- drobné pečivo na akci Křesadlo a pečivo na víkendové akce

Karlovarská korunní, a.s.

- minerálky na akci Křesadlo

Ovoce - zelenina, p. Mašek

- několik kil jablíček jako odměny dětem na Pálení čarodějnic

Foto JISKRA, p. Jakub Jiskra

- fotoslužby a drobné dárky, účastnické listy, fotografie

INSIA s.r.o. ČPP - p. Miroslav Švehla

- drobné dárky pro děti

Lázeňské lesy - pí. Věra Bartůňková

- zajištění dřeva na táboráky, májky, realizace „lesní školy“

Jezdecký klub Stará Role - pí. Jitka Sakařová

- zapůjčení jezdecké haly a koníků na akci sv. Martina, na tábor

pí. Anežka Uždilová

- věnovala 4 ručně malované obrázky v rámu

Základní škola J.A.Komenského K.Vary - skupina „JAKOMÁČCI“

- organizační pomoc s víkendovými akcemi - obsluha stanovišť, pomoc při burze, sbírce, halloweenu, sv. Martinu, Karlovarské slavnosti, Křesadlo, Bambiriáda.....

PODĚKOVÁNÍ

Sdružení Mateřské centrum Karlovy Vary tímto děkuje za obětavou a trpělivou práci všem svým dobrovolníkům, spolupracovníkům, příznivcům, sponzorům, manželům a dětem, bez jejichž existence by fungování Mateřského centra nebylo možné.

KONTAKT

MATEŘSKÉ CENTRUM K.VARY (MCKV)

Východní 6,
360 20 **Karlovy Vary**
(areál 3.MŠ, 2.pavilón, 1.patro)

Spojení:
MHD č.6 směr Stará Kysibelská,
zastávka Východní (předposlední)
MHD č. 10, 15 směr Lidická,
zastávka Gagarinova (předposlední)

tel. 353 230 847
606 581 369 Věrka, **737 970 409** Radka
732 588 980 Lenka

E-mail: mckv@seznam.cz
www.materske-centrum.cz

Provozní doba MCKV

pondělí, pátek 8:30 - 14:30
úterý, středa, čtvrtek: 8:30 - 16:00
odpoledne otevřeno v době kurzů
po domluvě se zaměstnanci kdykoliv



MÁMYZDAT - časopis Materského centra nejen pro karlovarské maminky

Vydává Materské centrum Karlovy Vary, Východní 6, 360 20 Karlovy Vary

Redakce: Věra Bartošová, Mgr. Kamila Turčinová

Náklad: 150 výtisků. Časopis je rozmnožován fotokopírováním.

Registrováno referátem kultury Okresního úřadu Karlovy Vary
pod registračním číslem RK/360/99-6 ze dne 24.5.1999

Podávání novinových zásilek povolila Česká pošta, s.p. odš. z. Západní Čechy,
ředitelství v Plzni, č.j. 12986/99-P2 ze dne 9.9.1999