KOMUNITNÉ CENTRUM
RUKA V RUKE

VÝROČNÁ SPRÁVA 2018

www.rukavruke.sk /kcrukavruke/

ÚVOD

Začiatkom marca oslávi Komunitné centrum Ruka v ruke prvé narodeniny. Pre nás je to dôkaz, že založiť občianske združenie zamerané zvlášť na podporu rodín s deťmi bol naozaj dobrý nápad.

Aj čísla nám dávajú za pravdu. Od začiatku našej činnosti v apríli až do konca roka 2018 sme uskutočnili 130 pravidelných aktivít* a zorganizovali 5 väčších rodinných akcií pod holým nebom, pričom na všetky naše podujatia dohromady prišlo takmer 2000 ľudí!

Za minulý rok sme odviedli kus práce – pomohli sme vytvoriť nové vzťahy medzi rodinami, zorganizovali sme pravidelné aktivity (nielen) pre rodičov s deťmi a vytvorili priestor pre rozvoj rodičovských a iných zručností. Okrem toho sme sa v jeseni presťahovali do nových priestorov, naplno rozbehli našu webovú a facebookovú stránku a získali sme aj prvých pravidelných darcov, ktorí prispievajú na našu činnosť. V tomto roku sme už stihli rozbehnúť niekoľko nových aktivít. Momentálne usilovne pripravujeme valné zhromaždenie našich členov. Všetky naše aktivity zvládame vďaka pestrému organizačnému tímu, ochotným dobrovoľníkom, a samozrejme, vďaka pravidelným účastníkom našich aktivít.

V tejto výročnej správe Vám ponúkame detailnejší prehľad našich aktivít za rok 2018, vrátane finančného hospodárenia a našich plánov na rok 2019.

Ďakujeme za Vašu priazeň a prajeme príjemné čítanie.

Správna rada o.z. Komunitné centrum Ruka v ruke

* V grafe na str. 25 nie je uvedený celkový počet aktivít 116, pretože v ňom nie sú zahrnuté tvorivé workshopy pre dospelých (Priadky).

KTO SME A ČO ROBÍME

Sme občianske združenie, ktoré ponúka rôzne možnosti, ako sa navzájom stretávať, spoznávať, prepájať – tvoriť komunitu. Na pozadí všetkých našich aktivít stojí **VZŤAH AKO SPÁJAJÚCI ELEMENT**

Naším cieľom je:

- **napomáhať rešpektujúcemu vzťahu medzi rodičom a dieťaťom**
- **vzbudiť vzťah k sebe a svojmu telu**
- **oživiť vzťah medzi generáciami**
- **nadchnúť sa pre vzťah k svojmu mestu a ľuďom v ňom**
- **prinavrátiť vzťah k prírode a všetkému živému**

Komunitné centrum Ruka v ruke vzniklo po vyše dvoch rokoch neformálnych stretnutí matiek na materskej a rodičovskej dovolenke v Centre voľného času v Bytči. Počas tohto obdobia sme skúmali potreby rodičov a detí v našom meste, budovali vzájomné vzťahy a organizovali spoločné aktivity. Postupne sme zistili, že potreby komunity rodičov s deťmi sú najmä: **1) potreba podpory v novej životnej situácii, 2) zmiernenie sociálnej izolácie; 2) aktívne trávenie času s deťmi; 3) potreba vnútorného priestoru, kde sa dá s deťmi (0-3 roky) stretávať a 4) chuť riešiť nové výzvy – túžba po relevantných informáciách.**
Konštantné napĺňanie uvedených potrieb by však vyžadovalo formálnu organizáciu, kvalitných ľudí, ktorí by aktivity koordinovali (koordinátori) a uskutočňovali (lektori) a v neposlednom rade priestor. Začiatkom roka 2018 sme teda oslovili najviac zainteresovaných ľudí z našich neformálnych stretnutí (tzv. organizačný tím) a spoločne sme sa rozhodli založiť občianske združenie.

Oficiálne sme vznikli symbolicky 8.marca 2018, na Deň žien. Svoju činnosť sme začali v polovici apríla v priestoroch Farského pastoračného centra na Lombardiniho ulici v Bytči. **Od novembra 2018 fungujeme v nových priestoroch v centre Bytče, na Námestí Slovenskej republiky 15.**

V našom organizačnom tíme máme viacero odborníčok – psychologičku, právničku, ekonómky, pedagogičky, laktačnú poradkyňu či poradkyňu nosenia detí. **Okrem toho spolupracujeme s externými odborníkmi** – usporadúvame prednášky s logopedičkou či liečebnou pedagogičkou a Kurz šitia pod vedením krajčírky. Do budúcnosti plánujeme nadviazať spoluprácu s ďalšími odborníkmi.

Najnáročnejšou prácou je plánovanie a organizácia aktivít. Toto má na starosti Správna rada - najvyšší orgán nášho združenia. Tvoria ho štyri členky organizačného tímu.

Do tejto oblasti spadá komunikácia s lektormi, tvorba časového harmonogramu aktivít, koordinácia organizačného tímu, propagácia, pomoc pri materiálnom zabezpečení aktivít, zabezpečenie funkčnosti priestorov, starostlivosť o dobrovoľníkov a ich koordinácia.

Nemenej dôležitou prácou je zaistenie efektívneho hospodárenie združenia. Medzi základné povinnosti patrí vedenie účtovníctva, včasná platba nájomného, zhotovovanie zmlúv pre lektorov a ich vyplácanie, zostavovanie žiadostí o granty a dotácie a ich riadne vyúčtovanie. Táto oblasť tiež spadá do pôsobnosti Správnej rady. Viac o našom hospodárení nájdete v stručnej finančnej správe na s. 20.

KOMUNITNÉ CENTRUM RUKA V RUKE

IČO: **51464756**

DIČ: **2120831493**

IBAN: **SK4783300000002001418192**

SPRÁVNA RADA:

Alžbeta Tvrdá
predsedníčka združenia, štatutárny orgán
Lenka Ciglanská podpredsedníčka združenia, štatutárny orgán
Lenka Poláčková
Martina Šlížková

Obsah našim aktivitám dávajú lektori, ktorých väčšina je súčasťou organizačného tímu. Prácu našich lektorov si vysoko ceníme, keďže ju robia kvalitne a vo svojom voľnom čase popri starostlivosti o rodinu. **Rozhodli sme sa, že v roku 2019 si lektorov zmluvne zaviažeme a budeme ich odmeňovať za vedenie jednotlivých aktivít. Sľubujeme si od toho udržanie kvality, motiváciu súčasných i nových lektorov a ešte vyššiu transparentnosť v hospodárení.**

Veľkou pomocou nám v roku 2018 boli dobrovoľníci, čo sa prejavilo najmä na jednorazových akciách. Pomohli zabezpečiť občerstvenie, prepraviť materiál, či sprostredkovať iné potrebné veci. Veľká vďaka im patrí aj za pomoc pri zariaďovaní starých i nových priestorov. Bez nich by nebolo možné napĺňať smelé vízie nášho združenia.

ČO SME ZVLÁDLI V ROKU 2018

V roku 2018 sa nám, v prvom rade, podarilo začať našu činnosť. Úspešne sme dali dohromady organizačný tím zložený z odborníčok, ktoré nadchla myšlienka Komunitného centra Ruka v ruke. Z organizačného tímu vzišla Správna rada a začala sa realizácia našej vízie.

- **Náš prvý priestor**
  Našli sme ho v spolupráci s bytčianskou farou vo Farskom pastoračnom centre na Lombardiniho ulici v Bytči, ktorý sme zariadili prevažne z darov našich prvých priaznivcov.
- **Začiatok našej činnosti - apríl 2019**
  V polovici apríla sme oficiálne začali s našimi aktivitami – *Hernička, Podporné stretnutia pre rodičov, Pohyb a rytmika cez zmysly, Tvorilka, Odborné prednášky a semináre, Priadky, Poďme s deťmi von, Oddychovky pre rodičov*
- **Webová a facebooková stránka**
  Spustili sme webovú a facebookovú stránku, aby sme mohli neustále komunikovať s našimi návštevníkmi a priaznivcami. Našu stránku v roku 2018 (marec-december) navštívilo vyše 1000 unikátnych návštevníkov. Na facebookovej sme mali 400 fanúšikov a naše príspevky oslovili vyše 15 000 ľudí.
- **Ruka v ruke na Detských Hviezdnych nociach 2018**
  Aktívne sme sa zapojili do programu bytčianskeho multižánrového festivalu. Predstavili sme činnosť nášho centra na diskusnom fóre, pre deti sme organizovali kreatívny workshop a hudobno-pohybový workshop. Pre dospelých sme zastrešili psychologickú prednášku. Okrem toho sme mali na festivale svoj infostánok, v ktorom sme informovali návštevníkov o našej činnosti.
- **Angličtina pre najmenších (nová aktivita)**
  Od septembra sme opäť zintenzívnili našu činnosť. K našim aktivitám, ktoré prebiehajú každý týždeň (Tvorilka, „Rytmika“, Hernička, Podporné stretnutia pre rodičov) pribudla do nášho repertoáru sobotňajšia Angličtina pre najmenších. Dokonca hneď dve skupiny pre rôzne vekové kategórie. V novembri sme pre veľký záujem vytvorili tretiu, štvrtkovú skupinu.
- **Kurz šitia (nová aktivita)**
  Nadviazali sme spoluprácu s krajčírkou Ľubicou Ondrušovou a poskytli sme priestor pre dlhodobý Kurz šitia. Kurz prebieha od septembra do júna.

- **Spolupráca s logopedičkou**

  Koncom septembra sme v centre prvýkrát privítali logopedičku Danku Demjanovú v rámci našich Odborných prednášok. Ďalšiu prednášku mala v novembri a v spolupráci pokračujeme aj v roku 2019.
- **Tančiareň (nová aktivita)**

  V jeseni sme odštartovali novú aktivitu pre dospelých. Cieľom bolo vytvoriť priestor na aktívne trávenie spoločného času, v ktorom páry môžu vďaka zážitku posilniť svoj vzájomný vzťah.
- **Sťahovanie do nových priestorov**

  Od novembra fungujeme v nových priestoroch. Potrebovali sme viac času a priestoru na realizáciu všetkých aktivít, ktoré sme chceli robiť. Podarilo sa nám tiež lepšie naplniť našu myšlienku estetického priestoru. Kúpili sme mäkký koberec, pracovné stoly, pohovku, farebné svietidlá a zútulnili sme steny obrazmi.
- **Prístrešok pre kočiare**

  K novým priestorom pribudol i dvorček, kde si môžu návštevníci zaparkovať kočiar a nemusia sa báť prísť do centra za každého počasia.
- **Večer spoločenských hier (nová aktivita)**

  Zimné večery sme ozvláštnili aktivitou pre hravých dospelých a tínedžerov. Raz mesačne hráme rôzne spoločenské hry (logické, strategické, kooperatívne) v príjemnej atmosfére bez hluku televízie a iných rušičov.
- **Veľké rodinné akcie**

  Počas celého roka sme usporiadali 5 veľkých rodinných akcii pod holým nebom. Štyri z nich boli tematické, spojené s konkrétnym ročným obdobím, jedna bola pohybovo-výtvarná. Viac o rodinných akciách nájdete na stranách 20-24.
- **Granty a dotácie**

  Tento rok sa nám podarilo získať dva granty z mestského grantového systému na jednorazové akcie. Z mesta sme dostali aj dotáciu na aktivity centra v budúcom roku. V roku 2019 budeme žiadať o jej navýšenie. Veľkou pomocou nám bola dotácia zo žilinského VÚC, ktorú sme použili na nákup zariadenia do nových priestorov.
- **Sponzori**

  Veľkou pomocou nám boli sponzori (firmy i jednotlivci), najmä pri organizácii jednorazových akcií. Dary od sponzorov, finančné aj materiálne, pomohli tiež pri zariaďovaní nových priestorov.
- **Pravidelné darcovstvo**

  Zatiaľ sa nám podarilo získať dvoch pravidelných darcov, ktorý prispievajú menšou čiastkou, ale za to pravidelne, každý mesiac. Pravidelné dary nám pomáhajú stabilizovať našu činnosť a efektívne plánovať ďalšie aktivity. V roku 2019 sa chceme zamerať práve na oslovenie ľudí, ktorí by našu činnosť podporovali pravidelne.

PLÁNY NA ROK 2019

- **Zintenzívnenie Odborných prednášok a seminárov**

  Jedným z našich cieľov je neustále prinášať nové odborné informácie, ktoré pomôžu rodičom pri výchove a sebarozvoji. A nielen rodičom! Doteraz bývali jedenkrát do mesiaca, od nového roka budú každý druhý utorok.

- **Projekt Miniškôlka**

  Nápad adaptačného programu pre deti, ktoré čaká nástup do materskej školy vznikol ako reakcia na potrebu rodičov, ktorí hovoria o obave alebo zlej skúsenosti z prechodu dieťaťa z domu do škôlky. Základná myšlienka tohto projektu vychádza z poznania, že malým deťom a ich rodičom veľmi prospieva zažiť si pred nástupom do materskej školy, aby dieťa zažilo fungovanie v malej skupinke detí so svojimi rodičmi, ktorá uľahčuje a podporuje prechod do materskej školy.

- **Projekt Anglické konverzácie**

  Konverzáciami chceme naplniť potrebu udržiavať si aktívnu znalosť angličtiny. Projekt je pre všetkých, ktorí majú pocit, že už nedokážu povedať zmysluplnú vetu. Aby sme umožnili vzdelávať sa aj matkám s malými deťmi, budú skupiny rovno dve – jedna, kde môžu byť spolu s deťmi a druhá bez detí.

- **Projekt Tvorivý ateliér**

  V našom centre považujeme výtvarnú tvorbu za veľmi dôležitú. Mrzelo nás, že Tvorilka skončila, preto sme pripravili nový projekt pre tvorivé deti a rodičov. Chceme vytvoriť priestor pre spoznávanie konkrétnych výtvarných techník - cieľom aktivít bude zoznámiť deti s novými materiálmi a postupmi. Ukážeme im „ako“, ale „čo“ necháme na nich.

- **Projekt Večer spoločenských hier pre deti**

  Keďže o Večer spoločenských hier pre dospelých, ktorý mal premiéru v decembri, prejavili záujem tiež rodiny s deťmi, chystáme niečo špeciálne aj pre nich. Chceme pripraviť večer alebo skôr popoludnie plné hier pre deti rôznych vekových kategórií. Deti si môžu s rodičmi vyskúšať viaceré typy spoločenských hier, aktívne spolu tráviť čas a nabrať inšpiráciu na vhodný darček.

- **Odmeny pre lektorov**

  Základom pre kvalitný obsah je kvalitný človek. A človek, ktorý odvádza kvalitnú prácu si zaslúži odmenu. V novom roku chceme nabehnúť na systém odmeňovania lektorov za každú aktivitu fixnou odmenou, na základe zmluvy. Výrazne sa tým zvýšia naše náklady, ale sme presvedčení, že robíme správnu vec a nájdeme na to dostatok financií.

- **Valné zhromaždenie**

  V apríli 2019 náš čaká prvé valné zhromaždenie našich členov. Chceme spoločne zhodnotiť prvý rok fungovania, zdieľať svoje nápady a postrehy.

- **Členovia a členské**

  Počas roka sme pri všetkej intenzívnej práci venovali málo času oslovovaniu potenciálnych členov. Tento rok sa chceme zamerať na ponúkanie možnosti podporiť nás práve touto formou. Členovia sa môžu, ak chcú, aktívnejšie zapájať do chodu združenia, zúčastňovať sa valného zhromaždenia a majú aj iné práva a povinnosti, ktoré máme uvedené v stanovách dostupných na našej webovej stránke.

- **Novinky e-mailom (newsletter)**

  Našim členom, sympatizantom a všetkým, ktorí majú záujem byť informovaný o činnosti nášho združenia, chceme posielať pravidelný newsletter. V ňom sa dozvedia, čo sme za posledný mesiac urobili, a čo v najbližšej dobe chystáme.

- **Dotácie a granty**

  Minulý rok sme venovali veľa času tvorbe projektov na rôzne dotácie a granty. V novom roku nás v tomto smere čaká ešte viac práce. Plánujeme sa zapojiť do celoslovenských i regionálnych projektov. Veríme, že budeme úspešní a získame ďalšie finančné prostriedky, aby sme mohli naďalej rozvíjať našu činnosť.

- **Pravidelné darcovstvo**

  Nevýhodou neziskovej činnosti je, že žijeme pod neustálym finančným tlakom. Pravidelné dary nám pomáhajú tento tlak eliminovať, umožňujú efektívne plánovanie a stabilizáciu našich aktivít. V roku 2019 chceme získať ďalších pravidelných darcov, ktorí vidia zmysel v našej činnosti a budú ochotní podporovať nás každý mesiac.

- **Interné smernice**

  Náš tím sa v súvislosti so skončením rodičovských dovoleniek pomaly obmieňa. Postupne do neho prichádzajú noví ľudia, ktorí sa podieľajú na chode aktivít. Chceme vypracovať smernice, ktoré by uľahčili ich začlenenie do tímu.

PODPORA NAŠEJ ČINNOSTI

Páči sa Vám, čo robíme? Pomôžte naplniť naše plány na rok 2019! Prispieť k podpore vzťahov v rodinách v našom meste môžete aj Vy. Vyberte si spôsob, ktorý Vám najviac vyhovuje:

PRAVIDELNÉ DARCOVSTVO

Staňte sa našim pravidelným darcom. Pravidelné dary nám umožňujú stabilizovať naše aktivity a efektívne plánovať. Hľadáme ďalších darcov, ktorí vidia zmysel v našej činnosti a budú ochotní podporovať nás každý mesiac. Aj vďaka malej, ale pravidelnej čiastke vieme pokryť náklady na to najdôležitejšie. **Staňte sa aj Vy kvapkou, ktorá pomôže zaplniť more a podporte nás trvalým príkazom** na číslo účtu SK4783300000002001418192. Akýkoľvek pravidelný dar nám pomáha fungovať ďalej a plniť našu víziu.

ČLENSTVO

Staňte sa naším členom! Podporíte tým našu myšlienku a máte možnosť aktívne sa zapojiť do chodu nášho centra. Ročný členský príspevok je 10€, prihlášku nájdete na našom webe.

DOBROVOĽNÍCTVO

Staňte sa našim dobrovoľníkom! Mnohé aktivity komunitného centra Ruka v ruke by sme nemohli realizovať bez spolupráce s dobrovoľníkmi. Ak vás táto možnosť podpory zaujala, neváhajte nás kontaktovať mailom na info@rukavruke.sk

NAVŠTÍVTE NAŠE PODUJATIA

Príďte na nami organizované podujatia a aktivity, robíme ich aj pre Vás! Zavolajte aj svojich priateľov a známych, šírte povedomie o našej činnosti. Sledujte našu činnosť na Facebooku a na našej webovej stránke.

JEDNORAZOVÝ FINANČNÝ DAR

Keďže sme občianske združenie, nevykazujeme ziskovú činnosť. **Všetky vaše finančné dary budú použité na chod centra a realizovanie jeho činností** – nájom, materiál, vybavenie, náklady spojené s jednorazovými komunitnými akciami a ďalšie. Podporiť nás môžete príspevkom na účet SK4783300000002001418192.

NAŠE PRAVIDELNÉ AKTIVITY

Podporné stretnutia pre rodičov

Stredajšie dopoludnia patria v našom centre Podporným stretnutiam pre rodičov. Keďže práve z nich vzišla myšlienka nášho centra, majú v našom programe významné miesto. **Primárne sú určené pre rodičov na materskej a rodičovskej dovolenke, zameriavajú sa zvlášť na rozvoj rodičovských zručností a vzájomnú podporu rodičov pri výchove svojich detí.**

Chceme vytvoriť priateľskú atmosféru, v ktorej sa môžeme venovať rôznym témam – výchova, sebarozvoj, či starostlivosť o dieťa. Raz mesačne býva podporná skupina dojčiacich matiek pod vedením laktačnej poradkyne a tematické alebo diskusné stretnutie s psychologičkou. Pravidelne sa venujeme aj malým čitateľom, ktorým sú venované špeciálne stretnutia Čítame radi. Približne raz za tri mesiace sa koná podporná skupina nosenia detí, na ktorej poradkyňa pri nosení pomáha rodičom pri výbere a správnom použití šatky či nosiča.

V minulom roku sme priniesli okrem iného tieto témy: *Ako všetko zvládnuť a nezblázniť sa, Pečieme s kváskom, Kedy začať deťom čítať, Dojčenie a príkrmy, Aby varenie bavilo – prednáška s kuchárom* a mnohé ďalšie.

Počas stretnutí sú deťom k dispozícii hračky v herničke, pre rodičov káva a čaj. **Stretnutia prebiehajú KAŽDÚ STREDU od 9:30 do 11:30 formou prednášky alebo diskusie.**

Hernička

Hernička je projekt, ktorý reaguje hneď na dve potreby mladých rodín – na potrebu detí hrať sa a rozvíjať svoje sociálne zručnosti s inými deťmi a na potrebu rodičov zmierniť sociálnu izoláciu, ktorú na materskej a rodičovskej dovolenke často zažívajú.

Tieto potreby sa snažíme naplniť vytvorením bezpečného interiéru, otvoreného herného priestoru vhodného pre deti do 3 rokov a ich rodičov. Naším cieľom bolo vytvoriť priestor nielen bezpečný, ale aj estetický. Priestor zútulňujú akvarelové maľby s abstraktnými motívmi, rôznofarebné svietidlá s voľnými žiarovkami a mäkký koberec.

Deti majú k dispozícii širokú paletu hračiek a pomôcok – stavebnice, jednoduché hudobné nástroje, autíčka, kuchynku či knižky. Pri výbere hračiek dávame prednosť ušľachtilým materiálom, takže veľká časť hračiek je z dreva.
Rodičia si môžu dať v Herničke kávu, čaj, prečítať si knihu z našej mini knižnice, a samozrejme, spoznať nových ľudí.

Hernička je otvorená KAŽDÝ UTOROK v čase od 9:30 do 11:30. Prísť a odísť je možné kedykoľvek.

Pohyb a rytmika cez zmysly

„Rytmika“ je určená všetkým deťom spolu s ich rodičmi, ktorí spolu radi trávia čas pohybom, pri pesničkách, riekankách, ukazovačkách, hudobných nástrojoch a pri tanci, ktorý prináša potešenie, uvoľnenie a radosť.

Hravou formou chceme podporiť prácu s telom a vnímanie zmyslov prostredníctvom využitia rôznych hudobných pomôcok, hračiek, materiálov každodenného použitia atď., ktoré podporujú rozvoj pohybových a zmyslových zručností. Aktívnejšie časti budeme striedať s oddychovejšími, ich dĺžka je prispôsobená sústredeniu malých detí. **Dostatok času venujeme pesničkám, či riekankám, ktoré podporujú rozvoj reči a hudobných schopností (rytmus, tempo, dynamika). Formou spoločného tanca a koordinácie pohybov si užívame spoločný čas a v neposlednom rade podporujeme samotnú socializáciu detí.**

Deti nenútime do žiadnej z aktivít, rešpektujeme ich postoj. Stačí byť dieťaťu oporou, podporiť ho, motivovať. Netreba sa znepokojiť, ak bude len pozorovateľom, časom možno bude aktívnym parťákom alebo si jednoducho “vytiahne” z nášho stretka niekedy niečo v aute, doma, na výlete.

Aktivita prebieha pod vedením sociálnej pedagogičky Adriány Barníkovej a Lucie Tamaši.

So žabiakom sa stretávame KAŽDÝ ŠTVRTOK. Otvorené máme **dve skupiny, jedna od 9:00, druhá od 10:00.**

Angličtina pre najmenších

Angličtina pre najmenších je „zoznamka“ s cudzím jazykom pre deti od 2 do 6 rokov. V tomto veku majú deti tzv. senzitívne obdobie na učenie cudzích jazykov. **Hravou formou sa deti spolu so svojími rodičmi učia anglické slovíčka a gramatiku prirodzene. Vďaka tomu si dieťa môže ľahko a rýchlo osvojiť zručnosť, z ktorej môže profitovať celý život.**
Lektorka Janka Kočnerová prostredníctvom hier a zábavných úloh dokáže deti vtiahnuť do sveta angličtiny tak, že sa na každú hodinu tešia.

Kurz prebieha 1x do týždňa, lekcia trvá 45 minút. Angličtina pre najmenších prebieha v malých skupinách, aby malo každé dieťa dostatočný priestor aktívne sa zapojiť. Skupiny sú rozdelené podľa veku: **ŠTVRTOK 16:30 – 17:15 (4-6 rokov), SOBOTA 9:00 – 9:45 (2-4 roky), SOBOTA 10:00 – 10:45 (4-6 rokov).**

Odborné prednášky a semináre

Prednášky, semináre a workshopy sú určené pre širokú verejnosť, **pre každého kto ma záujem o nové informácie, osobnostný rast, či načerpanie inšpirácie.**

Témy sú rôznorodé: napr. **z oblasti psychológie** – súrodenecké vzťahy, uspávanie dieťaťa, podpora partnerského vzťahu, **z oblasti pedagogiky** – ako sa s dieťaťom učiť, význam detskej hry, ja a cudzí jazyk; **z oblasti starostlivosti o ženu a dieťa** – tehotenstva, nosenia detí, dojčenia; **zdravia** – prvá pomoc deťom, správna chôdza a držanie tela či **voľnočasové témy** ako je kváskovanie a podobne.

V roku 2018 sme mali napríklad seminár s logopedičkou na tému *Vývin reči – čo je dobré si všímať?*, s psychologičkou sme riešili *Hranice vo výchove* a venovali sme sa aj *Pečeniu s kváskom.*

Od januára 2019 sa konajú KAŽDÝ DRUHÝ UTOROK od 16:30 do 18:00.

Tančiareň

Našim cieľom je vytvoriť atraktívny priestor na podporu partnerského či manželského vzťahu. Ponúkame párom priestor na aktívne trávenie spoločného času, v ktorom môžu vďaka zážitku posilniť svoj vzájomný vzťah. Ako príjemný bonus si odnesú nové zručnosti zo sveta tanca.

Tančiareň je vedená profesionálnym lektorom, ale kurz prebieha trochu netradične. Časť každého stretnutia sa učíme niečo nové (tanečné kroky rôznych tancov, figúry…) a časť máme neorganizovanú, kde si pár môže voľne zatancovať podľa svojej chuti. Lektor je však k dispozícii po celý čas každému, kto ho potrebuje.
Štruktúra stretnutí je flexibilná, prispôsobuje sa potrebám konkrétnych účastníkov. Stáva sa, že jedno stretnutie sa viac učíme a ďalšie „len“ tancujeme.
Tančiareň nie je ucelený kurz tanca. Môžete si teda vybrať, ktorého stretnutia sa zúčastníte.
Koná sa v priestoroch telocvične Gymnázia v Bytči.

Kurz prebieha **každý druhý týždeň v UTOROK 17:00 – 18:30.**

Priadky

Priadky sú poobedný workshop pre tvorivé duše zameraný na učenie a realizovanie rôznych tvorivých techník. Súčasne je to čas určený na odreagovanie, podporu našich zdrojov. Priadky prebiehajú v neformálnom prostredí miestnej kaviarne alebo v našom centre, kde sa raz za dva týždne stretávame a niečo tvoríme. Na čom sa bude pracovať, je vždy o spoločnej dohode, vítame akokoľvek nápady a ruky, čo nás chcú a vedia niečo nové naučiť.

V roku 2018 sme sa učili háčkovať, vyrábať náušnice z drôtu, zdobiť nádoby servítkovou technikou, aranžovali sme ikebany na dušičky, adventné svietniky, či vyrábali vianočných škriatkov.

Priadky sa konajú KAŽDÝ DRUHÝ ŠTVRTOK 17:00 – 18:30.

Kurz šitia

Pre všetky tvorivé a praktické duše sme od septembra otvorili Kurz šitia v spolupráci s krajčírkou Ľubkou Ondrušovou. Kurz je určený pre začiatočníkov i pokročilých.

Na kurze sa účastníci naučia zorientovať v strihoch z časopisov, aby vedeli podľa strihu ušiť, čo sa im páči a ako si vytvoriť vlastný strih. A hlavne, ušijú si prvé výrobky – napríklad nákupnú tašku či zásteru alebo čokoľvek iné. Okrem toho dostanú praktické rady týkajúce sa materiálov a postupov pri práci, aby im šitie prinášalo radosť a pod rukami vznikali vydarené diela.

Kurz šitia je dlhodobý a prebieha od septembra do júna **KAŽDÝ PONDELOK od 16:00 do 18:00**.

Večer spoločenských hier

Pre všetkých, ktorí chcú zažiť piatkový večer trochu inak, sme pripravili Večer plný spoločenských hier. Priestor na zábavu, relax, zmysluplné využitie voľného času a nezabudnuteľné zážitky s blízkymi či novými ľuďmi.

Každý mesiac pre Vás chystáme moderné spoločenské hry (strategické, logické, kooperatívne, kartové aj párty hry), ale každý si môže so sebou priniesť svoje obľúbené hry. Prísť a odísť môžete kedykoľvek počas večera. Večerom sprevádzajú skúsení hráči manželia Šlížkovci, ktorí pomáhajú s pravidlami nových hier.

Večer spoločenských hier prebieha **RAZ MESAČNE V PIATOK od 17:00 do 20:00**.

RODINNÉ AKCIE

Jarná slávnosť

Druhú májovú sobotu (12.5.2018) sa konala Jarná slávnosť v Oddychovej zóne Kaplnka. Na svoje si prišla celá rodina, od najmladších po najstarších. Zúčastnilo sa jej okolo 150 ľudí.

Vďaka tvorivým úlohám deti spoznali vodu, ktorá ich naučila, ako v nej niečo nájsť a uloviť, zem im pripravila skladačky a hádanky, vo vzduchu hádzali a skákali. Za pomoci všetkých zúčastnených sme zapálili aj oheň, aby zasvietil na cestu dobrým vzťahom ako hlavnej myšlienky Komunitného centra Ruka v ruke.

Program vyplnila aj ukážka psích trikov a šikovnosti pod vedením skúseného psovoda a možnosť rodinného fotenia profesionálnym fotografom. Okrem týchto zaujímavých aktivít bol pripravený sprievodný program pre dospelých. Na slávnosti bola možnosť porozprávať sa s laktačnou poradkyňou o dojčení, vyskúšať si nosiče a šatky na nosenie detí i s možnosťou poradenstva na túto tému. Úspech mala aj diskusia so psychologičkou na tému ako sa v role rodiča nezblázniť, stíhať povinnosti, užívať si čas s deťmi, a zároveň mať ešte stále chuť a čas pre seba a svoje záujmy.

Spoznaj ma!

V júli (14.7.2018) sme na bytčianskom námestí pripravili pohybovo-výtvarné popoludnie pre rodiny. Zúčastnilo sa jej okolo 50 ľudí. **Deti s rodičmi, či starými rodičmi mali možnosť vyskúšať si naše krúžky Tvorilka (výtvarné dielničky pre najmenších) a Pohyb a rytmiku cez zmysly**.

Rozhýbali, roztancovali a rozspievali sa so žabiakom na pódiu a potom sa stali umelcami a vytvorili rybník plný krásnych rybičiek. Bolo nám s vami veľmi príjemne. Viacerí nás podporili kúpou látkových tašiek, náušničiek, či pískacích tričiek, ktoré vytvorili členovia nášho združenia. Celý výťažok z predaja išiel na chod centra.

Rozlúčka s letom

Začiatkom septembra (8.9.2018) sme spolu prežili krásnu rodinnú sobotu v Oddychovej zóne Kaplnka. **Lesné víly nám prichystali zaujímavé stanoviská. Nechýbali vodné radosti, pohybové prekážky ani tvorivé úlohy. Zaspomínali sme si na svoje letné zážitky a zažili čas plný pohybu, tvorivosti a smiechu. Pri každej úlohe sme získali kúsok obrázka a na záver sme si vytvorili kamarátku vílu.**

Návštevníci nás podporili nielen hojnou účasťou, ale aj kúpou našich ručne vytvorených výrobkov (puzzle, náušnice, tričká). Na Rozlúčke s letom sme získali (po odčítaní drobných nákladov) dar vo výške 29,02€. Peniaze sme použili na chod centra - zabezpečenie pomôcok a tvorivého materiálu.

Cesta lietajúceho draka

Prvú októbrovú sobotu (6.10.2018) sa Oddychová zóna Kaplnka v Bytči premenila na dobrodružné miesto. **Okolo 100 rodín v priebehu celého dňa pomáhalo vyslobodiť draka Jonátana spod kliatby zlej čarodejnice. Spoločne si vyskúšali napríklad lietanie na lane, pohybové bludisko, či výzdobu dračej jaskyne. Najväčší úspech jednoznačne zožala streľba z praku, ktorú si užili aj dospeláci.**

Na konci oslobodzovacej misie udatní vodcovia drakov vypustili na oblohu svojho vlastného draka. Niektorí si ho prinieslo už z domu, ostatní si ho vyrobili v Dračej dielni s pomocou našich dobrovoľníčok. **Keďže počasie nám prialo – bolo slnečno a fúkal príjemný vetrík – oblohu čoskoro zaplnili šarkany. Všade sa ozývali nadšené výkriky a detský smiech.**

Po namáhavom dobrodružstve prišiel na rad chutný guláš, ktorý sme zajedali poctivým kváskovým chlebom. Domáce koláče doslova mizli pred očami. Dospelí sa osviežili pivom a kofolou, posedeli pri kávičke, deti si zase oddýchli pri teplom čaji a vode.

Zmyslom tejto akcie bolo vytvoriť príležitosť na aktívne trávenie času s rodinou a priestor na vzájomné spoznávanie rodín. Myslím, že sa nám to podarilo. Veľmi nás potešilo vidieť, ako sa nadšene ponárate do detského sveta a užívate si čas so svojou rodinou a priateľmi.

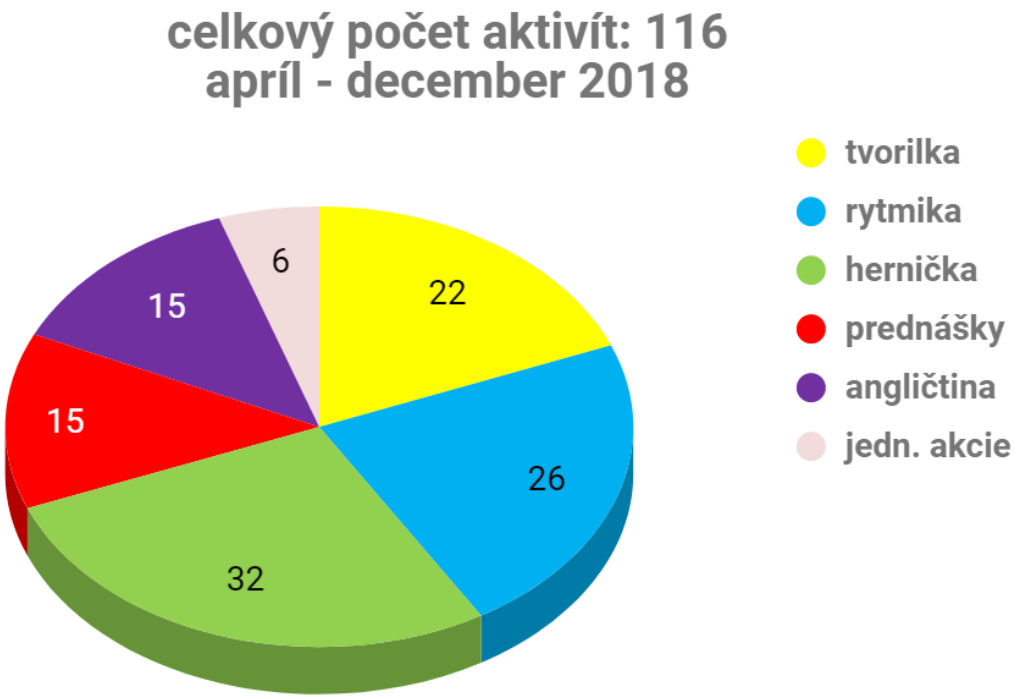
Po stopách vianočných svetiel

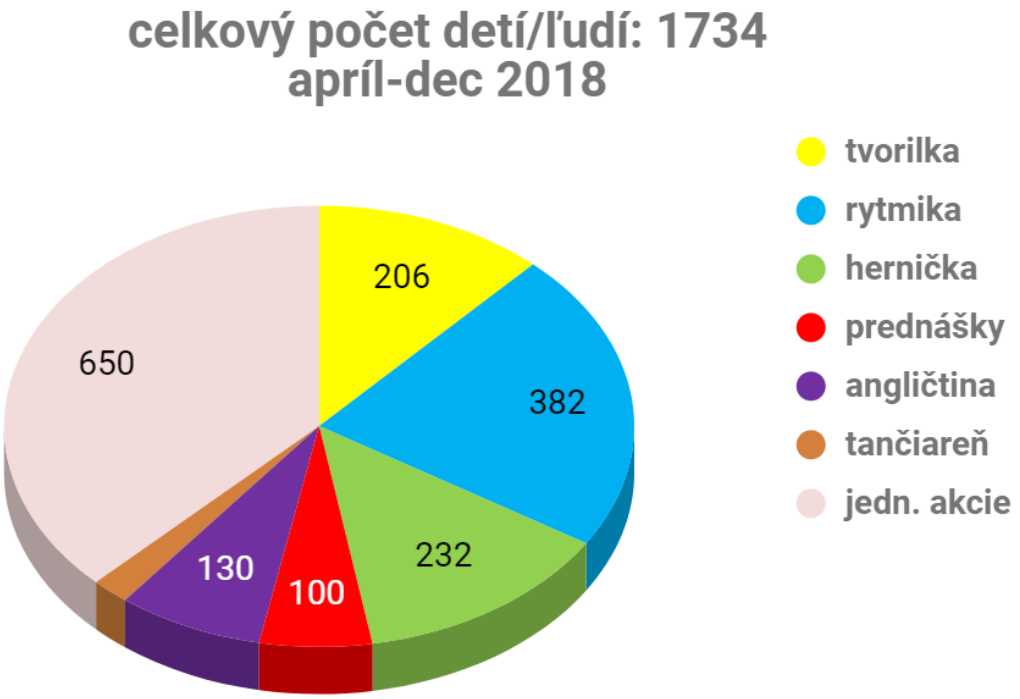
Záverom roka (12.12.2018) sme spolu prežili nádherné predvianočné popoludnie. Atmosféru tradičných Vianoc sme zažili všetkými zmyslami. Podujatia sa zúčastnilo okolo 80 ľudí.

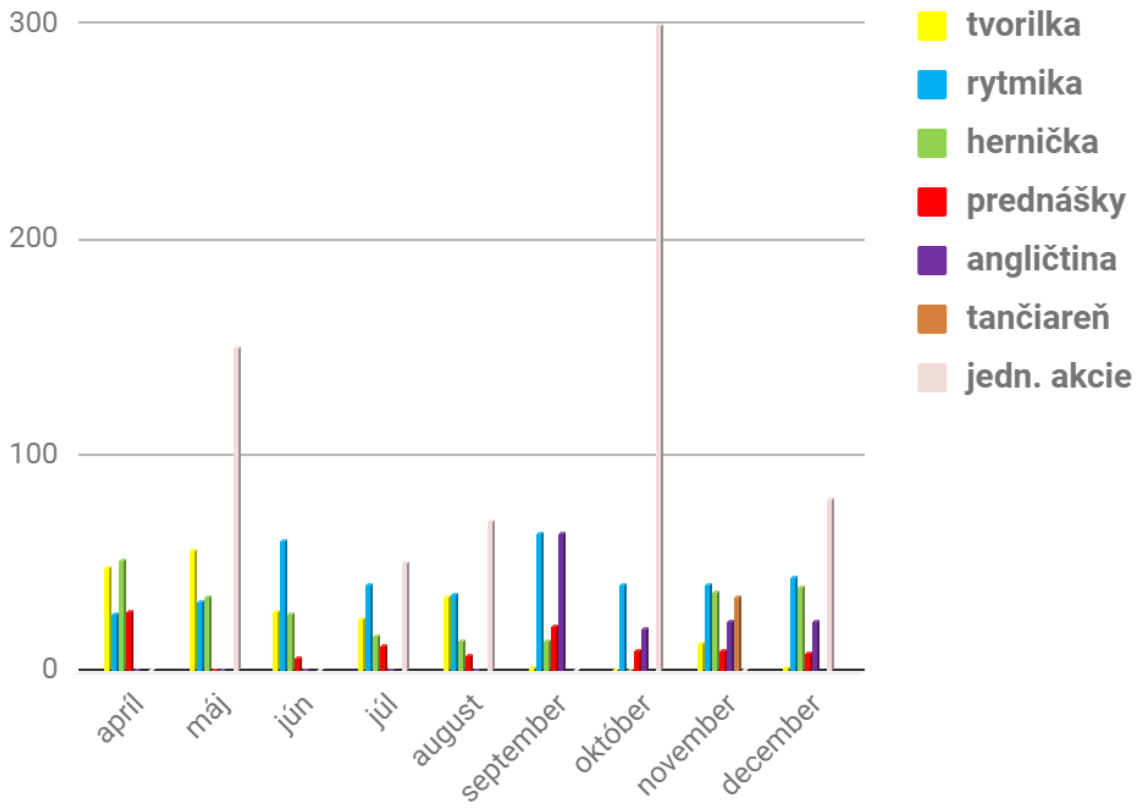
Medzi naším centrom, časťou námestia „Pod lipkami“ a obchodom so zdravou výživou sme vytvorili pomyselný trojuholník spojený svetielkami – sviečkami v sklenených pohároch.
V priestoroch nášho centra sme sa ponorili do príbehu Vianoc cez krátke divadielko o troch mudrcoch. Zoznámili sme sa s tradíciami, vyrobili sme si voňavé sviečky z včelieho vosku, ozdoby na stromček a popritom počúvali slovenské koledy.

V priestoroch obchodu Matka Zem sme si vyrobili vianočné pohľadnice. Na námestí sme sa zohriali pri punči a kapustnici. Dokonca sme si pripravili tradičné oplátky. **Deti po absolvovaní všetkých aktivít získali prskavku a na záver sme si ju spolu zapálili ako vianočné svetlo.**

AKTIVITY A NÁVŠTEVNOSŤ V ČÍSLACH






300
200
100
0
apríl
máj
jún
júl
august
september
október
november
december
tvorilka
rytmika
hernička
prednášky
angličtina
tančiareň
jedn. akcie

FINANČNÁ SPRÁVA

O.Z KOMUNITNÉ CENTRUM RUKA V RUKE

PREHĽAD ZA ROK 2018				
PRÍJMY	**€**		**VÝDAVKY**	**€**
Z aktivít	2 378,00		Lektori	1 461,00
Z permanentiek	973,00		Prevádzková réžia	2 420,04
Z grantov a dotácií	1 700,00		Nájmy a energie	1 100,09
Z členského	330,00		Výdavky na veľké akcie (4)	621,16
Z darov na chod OZ	1694,00		Iné	108,35
SPOLU	**7 075,00**		**SPOLU**	**5 710,64**
ROZDIEL PRÍJMOV A VÝDAVKOV				**1 364,36**

ĎAKUJEME ZA VAŠU PRIAZEŇ A PODPORU