

# ODĚK10

OD PĚTI K DESETI



Výroční zpráva  
**2018**

# Obsah

Úvodní slovo .....	4
Personální obsazení .....	5
OD5K10, z.s. – Kdo jsme a o co nám jde? .....	6
Historie OD5K10, z.s. ....	7
NZDM Centrum 5KA .....	8
Semináře primární prevence na ZŠ a SŠ .....	12
Občanská poradna .....	14
Volnočasové aktivity – projekt Spolu v Centru 5KA .....	17
Letní tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD Rychnov n. Kn. ....	19
Finanční zpráva .....	20
Poděkování za spolupráci a podporu .....	24
Kde nás najdete? .....	28
Údaje o OD5K10, z.s. ....	28



THE TEAM  
Cheerleader



# Úvodní slovo

Milí přátelé,

Na úvod Vám všem děkujeme za podporu v realizaci naší doposud největší výzvy: rekonstrukce části bývalé hasičárny v Rychnově nad Kněžnou na nový domov pro službu OD5K10, z.s. S touto výzvou se pojilo a v současné době stále pojí nejen spousta práce a úsilí, ale také mnoho skvělých až dojemných momentů. Velmi nás potěšila hojná účast na benefičním večeru na podporu rekonstrukce hasičárny, který proběhl v březnu 2018 a vystoupili na něm nezapomenutelní Frýdlantští dramatici a zpěvačka Ester Brožová s doprovodem kapely The NEONS. Také mě doslova šokoval telefonát z místního knihkupectví, že nám tam jedna milá dáma z Rychnova nechala dar ve výši 10 000 Kč na rekonstrukci. Znovu se také ukázalo, jak je úžasné, když za naší neziskovkou stojí Jednota bratrská nejen v Rychnově, ale také v různých dalších městech – různé sbory nám přispěly statisíce na povinné spolufinancování rekonstrukce a vícepráce. Prostě loňský rok byl finančně velmi dobrodružný a ten letošní bude ještě větší jízda do neznáma, protože už na podzim máme vše doplatit a budovu slavnostně otevřít. Však pokud chodíte okolo, sami vidíte, že už se to pomalu ale jistě klube. Díky Vám všem, kdo jste nás nějak podpořili a fandíte nám. Cílem je, aby budova sloužila okolní komunitě.

Vedle stavebního nadšení samozřejmě stále běžely i ostatní aktivity: Občanská poradna, nízkoprah Centrum 5KA, volnočasové kroužky, doučování prvostupňových dětí, letní tábor, letní brigáda, semináře primární prevence na školách, výchovné besedy pro rodiče a několik větších či menších jednorázových akcí.

Osobně mám velkou radost z dalšího mladého studenta z rychnovské průmyslovky, který se rozhodl nám dobrovolně pomáhat v rámci 5KY. Cením si toho o to víc, když vím, že to je premiant, který má stále co dělat. Tím se ukazuje i na další vedlejší efekt sociálních služeb. Vedle pomoci klientům také kultivují své okolí: dávají možnost k dobrovolnictví a tím staví hráz obludně rozjetému konzumnímu a materialistickému pojetí života, které ve svém důsledku dusí naši civilizaci. No a hlavně to není nějaké filozofování, ale konkrétní pomoc a činy.

Přeju Vám fajn chvíle u čtení naší výroční zprávy a třeba se brzy potkáme v opravené hasičárně :-)

Mgr. Martin Vlasák, předseda OD5K10, z.s.



# Personální obsazení

## **OD5K10, z.s.**

Mgr. Martin Vlasák ..... předseda spolku, statutární orgán  
Jana Suchá ..... místopředsedkyně spolku

## **Zaměstnanci NZDM Centrum 5KA**

Bc. Jiří Vrba ..... vedoucí NZDM Centrum 5KA, sociální pracovník  
Mgr. Markéta Pešková ..... sociální pracovnice  
Miriam Seidlová ..... kontaktní pracovnice  
Ing. et Bc. Lenka Hanzalová ..... sociální pracovnice  
Jana Suchá ..... účetní  
Mgr. Martin Vlasák ..... grantový pracovník  
Bc. Jan Syrový ..... supervizor na DPP  
Tereza Mentziková ..... pracovnice na stáži

## **Zaměstnanci Občanské poradny Rychnov nad Kněžnou**

Jana Suchá ..... vedoucí, účetní a zástup poradce na dovolené  
Mgr. Hedvika Dostálová ..... sociální pracovnice – poradce  
Bc. Petra Kozlová ..... odborný a metodický dohled  
Mgr. Martin Vlasák ..... grantový pracovník

## **Zaměstnanci Projektu Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování)**

Ing. et Bc. Lenka Hanzalová ..... koordinátor projektu  
Antonín Klapal ..... vedoucí volnočasových kroužků (outdoor)  
Damián Tejkl ..... vedoucí volnočasových kroužků (deskové hry)  
Monika Nekorancová ..... vedoucí volnočasových kroužků (taneční a výtvarný)  
Tereza Mentziková, Iva Masopustová ..... vedoucí volnočasových kroužků (výtvarný)  
Lada Hetfleischová ..... vedoucí volnočasových kroužků (vaření)  
Bc. Michal Houdek ..... vedoucí volnočasových kroužků (sportovní)

Ing. et Bc. Lenka Hanzalová, Miriam Seidlová, Anna Hanzalová, Monika Nekorancová, Stanislav Musil, Mgr. Markéta Pešková, Damián Tejkl ..... vedoucí doučování

Bc. Jiří Vrba, Mgr. Martin Vlasák, Ing. et Bc. Lenka Hanzalová, Miriam Seidlová, Stanislav Musil, Antonín Klapal ..... vedoucí tábora

## **Dobrovolníci**

Členové a přátelé Sboru Jednoty bratrské v Rychnově nad Kněžnou

# Kdo jsme a o co nám jde

OD5K10, z.s. je skupina lidí, které není jedno, jak žijí lidé v Rychnově nad Kněžnou a okolí. Chceme druhým pomoci být odvážní a zodpovědní, a tak jít proti proudu. Každý člověk si dnes může žít hodně po svém, ale ne každý to umí tak, aby byl skutečně šťastný a spokojený. Jde to však i bez předlužení, závislostí, rozvodů, zloby, osamělosti, neustálého střídání partnerů, každotýdenní opilosti, nebo sebepoškozování. Protože právě tyto věci člověka o štěstí a spokojenost nakonec okradou. Jsme tu, abychom pomohli změnit směr, kterým mnohé žene jejich okolí – jdeme OD 5 K 10...

Náš sen o šťastných a spokojených lidech na Rychnovsku uskutečňujeme skrze tyto aktivity:

- ♦ Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Centrum 5KA a streetwork v ulicích Města Vamberka pomáhá desítkám dospívajících a mladých dospělých
- ♦ Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou pomáhá stovkám lidí ročně zejména s předlužením, ale i dalšími problémy
- ♦ Volnočasové aktivity Spolu v Centru 5KA, které v různých kroužcích a jednorázových akcích spojují děti z vyloučených lokalit a majoritní společnosti
- ♦ Semináře primární prevence na 2. stupni ZŠ a SŠ po celém Rychnovsku osloví ročně více než 800 studentů na 12 školách
- ♦ Letní tábor OD5K10 pro děti se sociálně slabších rodin ve spolupráci se Sociálním odborem Města Rychnov n. Kn.
- ♦ Service project – týdenní dobrovolnickou akci pro okolní komunitu
- ♦ Další aktivity – 5KU za vysvědčení, přespávačky, víkendové výjezdy, a další



# Historie

- 2007** Členové Sboru Jednoty bratrské v Rychnově nad Kněžnou zakládají OD5K10, o.s. za účelem pomoci mladým lidem na Rychnovsku.
- 2008** V dubnu otevření preventivně-volnočasového Centra 5KA pro neorganizovanou mládež – otevřeno 1x týdně pouze dobrovolnický. V září zaměstnání prvního pracovníka pro Centrum 5KA na 0,5 úvazku. Rozšíření otevírací doby na 2 dny v týdnu. Zahájení poskytování primární prevence na ZŠ a SŠ na Rychnovsku odborným lektorem OD5K10, o.s.
- 2009** Vysoutěženi veřejné zakázky na provoz Nízkoprahového zařízení pro děti a mládež na Rychnovsku ve výši přes 2 miliony korun na období od 1.1.2010-31.3.2012.  
Pořádání 1. tábora v rámci pověření SPOD spolu se sociálním odborem Města Rychnov n. Kn. pro 20 dětí ze soc. znevýhodněného prostředí.
- 2010** Transformace Centra 5KA na registrovanou sociální službu Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež – profesionalizace služby (školení zaměstnanců, metodiky dle standardů kvality MPSV).
- 2011** Změna statutárního orgánu – zakládající člen a dlouholetý statutár Ing. Jiří Bárta předává štafetu Mgr. Martinovi Vlasákovi. Obměňuje se i tým NZDM Centra 5KA.
- 2012** Zahájení volnočasového projektu Spolu v 5CE, který spojuje mladé lidi z vyloučených lokalit a majoritní společnosti. Projekt zahrnuje šest volnočasových kroužků a další jednorázové akce.
- 2013** Centrum 5KA absolvuje dvoudenní Rozvojový audit České asociace streetwork s výsledkem 93%. Centrum 5KA se stává členem ČAS.
- 2014** Centrum 5KA úspěšně prošlo Inspekci kvality poskytování sociálních služeb, a to v přepočtu na 95%.  
Zahájení nespécifického streetworku ve Vamberku.  
Agapé, o.s. (provozovatel Občanské poradny) a OD5K10, o.s. fúzíjí. Nástupnickou organizací je OD5K10, o.s., která ve stejném rozsahu poskytuje Občanskou poradnu Rychnov nad Kněžnou. Fúze přinese lepší organizační i finanční zázemí pro projekty OD5K10, o.s.
- 2015** Úspěšné absolvování všech kontrol v rámci probíhající IP – Služby sociální prevence v Královéhradeckém kraji III v období 1.1.2015–30.9.2015  
Transformace OD5K10, o.s. na OD5K10, z.s.  
Rozjezd pravidelného doučování pro děti na prvním stupni ZŠ.
- 2016** Obměna týmu NZDM Centrum 5KA.  
NZDM Centrum 5KA se stává členem Asociace Comeniana, z.s.
- 2017** Úspěšné získání dotace IROP č. 30 na projekt „Rozvoj infrastruktury sociálních služeb OD5K10“ ve výši 8,8 mil. korun na rekonstrukci budovy č.p. 373 ve které poté budou soustředěny veškeré aktivity OD5K10.  
Pořádání letního jazykového tábora English Camp se skupinou amerických dobrovolníků, kterého se zúčastnilo cca 15 mladých lidí.
- 2018** Uzavřena smlouva se stavební firmou Elkona CZ o provedení rekonstrukce budovy č.p. 373 a v září zahájení stavebních prací.  
Úspěšné absolvování rozvojového auditu České asociace streetwork s celkovým výsledkem 90%.



# NZDM Centrum 5KA

## Co je Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež?

Centrum 5KA je určeno mladým lidem ve věku 11–26 let, kteří řeší problémy v rodině, ve škole, se svým volným časem, se zákonem, drogami, partnery, penězi nebo prací. Jedná se často o neorganizovanou mládež, která „nezapadla“ do různých běžných volnočasových aktivit (DDM, sportovní oddíly, kroužky, atd...). V roce 2018 jsme tu pro mladé lidi byli čtyřikrát týdně od pondělí do čtvrtka od 13.30 do 17.30, v úterý jsme měli otevřeno od 14.30 do 18.30. V úterý, v otevírací době také probíhala terénní forma poskytování ve Vamberku (tzv. nespecifický streetwork). Pro mladé lidi jsme tu byli zdarma a kdykoliv během otevírací doby mohli přijít nebo odejít. Námi připravených aktivit se nemuseli účastnit a mohli vystupovat pod přezdívkou. Většina z nich přicházela za volnočasovými aktivitami (stolní fotbal, počítače, deskové hry), ale mnozí z nich využili možnost komunikovat o svých životech s pracovníky NZDM.

## Co se za rok 2018 OD5K10, z.s. podařilo?

- ♦ Individuální a případová práce s 67 klienty.
- ♦ Realizovat výchovně-rekreační výjezd do ZOO ve Dvoře Králové ve spolupráci se sociálním odborem Města RK v termínu 23. 6. 2018, kterého se zúčastnilo 5 dětí ze soc. vyloučených lokalit a soc. slabých rodin, které se aktivně účastnily pátečního doučování dětí 1. stupně ZŠ.







- ♦ V rámci propagace NZDM a preventivní práce s mladou generací uskutečnit celkem 95 dvouhodinových přednášek (190 hodin, 1880 žáků) na 11 základních a středních školách.
- ♦ Získat grantovou podporu od f-nadace na podporu realizace přednášek primární prevence.
- ♦ Na základě výsledků veřejného výběrového řízení uzavřít smlouvu se společností ELKONA CZ, s.r.o. na provedení rekonstrukce objektu č.p. 373 v rámci projektu č. 30 IROP s názvem Rozvoj infrastruktury soc. služeb OD5K10.
- ♦ Na rok 2018 a 2019 zajistit vykonávání stáže jedné mladé slečně za podpory ÚP.
- ♦ Zajištění finančních prostředků na plynulý chod zařízení a probíhající rekonstrukci objektu č.p. 373.
- ♦ Díky doučování pomoci jednomu klientovi postoupit do dalšího ročníku školy.
- ♦ Pomoci jednomu „osamělému“ klientovi nalézt v klubu nové kamarády, díky čemuž zlepšil své sociální dovednosti.
- ♦ Jednomu klientovi zprostředkovat kurz od SPLAV, z.s. zaměřený na zaměstnávání znevýhodněných osob, po jehož skončení našel práci.
- ♦ Uspořádání už druhého ročníku romské vánoční besídky, do jejíž realizace se zapojili jak klienti, tak i někteří jejich rodiče a příbuzní.
- ♦ Jednomu romskému klientovi pomoci vyřešit problém se šikanou na ZŠ.
- ♦ Pokračovat v pravidelném pátečním doučování prvostupňových dětí ze sociálně vyloučených lokalit s ustálenou účastí cca 7 dětí.
- ♦ Ve spolupráci s dalšími subjekty (Škoda Auto a.s., Nadační fond Albert, MŠMT) a díky jejich finanční podpoře zajistit pokračování projektu Spolu v Centru 5KA i v rámci letošního roku.
- ♦ Ve spolupráci s OSPOD Města Rychnov nad Kněžnou připravit a realizovat výchovně -rekreační tábor v Křinicích u Broumova, jehož se zúčastnilo celkem 25 dětí, z toho 20 ze sociálně vyloučeného prostředí.

### **Co nás v Centru 5KA čeká v roce 2019?**

- ♦ Úspěšné dokončení rekonstrukce budovy č.p. 373 v ulici Tylova a 1. listopadu 2019 slavnostní otevření provozu OD5K10 v nových prostorách.
- ♦ Vyhledávání klientů i mimo prostory Centra 5KA.
- ♦ Rozšíření seminářů primární prevence na další ZŠ v Rychnovském regionu a pokračování v interaktivních seminářích pro dospělé.

### **Dva příběhy poskytování sociální služby v rámci NZDM**

*Chlapec ve věku 12 let začal do klubu chodit, protože neměl kolem sebe žádné kamarády a chyběla mu nějaká společnost. V 5CE chtěl poznat nové lidi a nějakým způsobem aktivně trávit volné chvíle. Po čase se v klubu setkal s klukem, který měl stejné zájmy jako on. Seznámili jsme je a oni si začali povídat. Potom se spolu občas viděli v 5CE, nebo se spolu domluvili a sešli se venku. Klient byl velmi rád, že jsme mu pomohli najít kamaráda a že může chodit někam, kde ho druzí berou, kde může potkávat nové lidi a otevřeně se bavit o tom, co v životě zažívá.*

## Statistika poskytovaných služeb za rok 2018

Za rok 2018 jsme měli otevřeno **188 dnů**. Pracovali jsme s **67** (z toho **17 v terénu**) uživateli a **94 zájemci** o službu. Tito uživatelé a zájemci navštívili Centrum 5KA za rok 2018 celkem **1223krát**. Kontaktů v terénu proběhlo **175** a kontaktů **online 17**. Celkem jsme těmto mladým lidem poskytli **2171** různých níže uvedených výkonů.

Jako sociální služba jsme dle zákona našim uživatelům nabízeli následující služby sociálního charakteru:

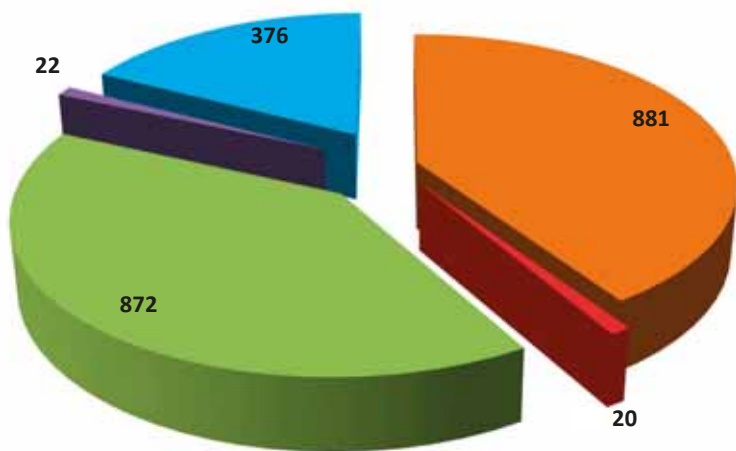
**a) výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti:** volnočasové aktivity, doučování, poskytnutí materiálu, preventivní programy, situační intervence, skupinové aktivity

**b) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím:** účast na akci

**c) sociálně terapeutické činnosti:** kontaktní práce, pomoc v krizi, poradenství, práce se skupinou

**d) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí:** doprovázení, informační servis, jednání s institucí, přeposlání

### Poskytnuté služby za rok 2018



■ a) výchovné, vzdělávací a aktivizační činnosti: 881

■ b) zprostředkování kontaktu se společenským prostředím: 20

■ c) sociálně terapeutické činnosti: 872

■ d) pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí: 22

■ e) jednání se zájemci o uzavření dohody o poskytování soc. služby: 376

# Semináře primární prevence

V rámci naší propagace NZDM i preventivní práce s mladou generací na Rychnovsku už od roku 2008 provádíme semináře primární prevence. Naši dva lektori nabízí na cca **12 ZŠ a SŠ** na Rychnovsku už několik let komplexní dlouhodobý program seminářů primární prevence. Program je zaměřen především na ZŠ, kde nabízí systematické absolvování 8 různých témat vždy jednou za půl roku od 1. pololetí 6. ročníku po 2. pololetí 9. ročníku.

## **6. třída:**

1. pololetí: Prevence šikany – Miriam Seidlová
2. pololetí: Dospívání – Miriam Seidlová

## **7. třída:**

1. pololetí: Alkohol a kouření – Miriam Seidlová
2. pololetí: Partnerské vztahy – Miriam Seidlová

## **8. třída:**

1. pololetí: Drogy – Jiří Vrba
2. pololetí: Antikoncepce a pohlavně přenosné nemoci – Jiří Vrba

## **9. třída:**

1. pololetí: Sekty a náboženství – Jiří Vrba
2. pololetí: Extremismus, rasismus a antisemitismus – Jiří Vrba

**95**  
seminářů

Celkem bylo za rok 2018 uskutečněno **95** dvouhodinových seminářů primární prevence na základních a středních školách, které oslovily celkem **1880** žáků.





### **Program pravidelně využívají tyto školy a zařízení:**

ZŠ Javornická, Rychnov nad Kněžnou ♦ ZŠ a MŠ Slatina nad Zdobnicí ♦ GFMP Rychnov nad Kněžnou ♦ ZŠ Javornice ♦ ZŠ Solnice ♦ ZŠ Vamberk ♦ ZŠ Voděrady ♦ ZŠ Opočno ♦ ZŠ Slatina nad Zdobnicí ♦ ZŠ Dobruška ♦ ZŠ Masarykova, Rychnov nad Kněžnou ♦ ZŠ Kunvald

*Nejde o moji první zkušenost s OD5K10, z.s. Jako vždy je seminář zajímavý, lektor dokáže žáky zaujmout jak svým výkladem, tak i doprovodným videomateriálem. Ve třídě probíhá často diskuze k předkládaným problémům.*

*Hodnocení semináře Náboženství a sekty, ZŠ Opočno*



## **Besedy o výchově**

Již druhým rokem pokračovaly besedy Mgr. Martina Vlasáka určené pro rodiče, pěstouny, učitele a pracovníky s dětmi. Konkrétní témata jednotlivých besed byla například: Děti do 6 let a média ♦ Děti do 6 let a závislosti ♦ Děti do 6 let a hranice ve výchově ♦ Děti do 6 let a důležitost otce ve výchově ♦ Nebezpečí internetu pro děti a mladistvé ♦ Jak zabránit šikaně mého dítěte ♦ Dospívající a drogy ♦ Dospívající a promiskuita. Ucelená nabídka a popis jednotlivých besed je na straně 27.

Během roku 2018 proběhlo celkem 21 těchto besed, kterých se zúčastnilo 254 rodičů a pracovníků s dětmi.

*„Přednáška Martina Vlasáka o internetových nástrahách a nebezpečích pro děti a mládež mi pomohla zorientovat se v této oblasti. Líbilo se mi srozumitelné předání informací, které jako maminka 4 dětí mohu uplatnit doma ve výchově. Přednášku vřele doporučuji všem rodičům, učitelům i dětem a organizacím, které pracují s dětmi.“*

Iva Horáková, vedoucí rodinného centra Sedmikráska v Dobrušce

# Občanská poradna

Posláním Občanské poradny je zajišťovat provoz služby odborného sociálního poradenství na Rychnovsku.

Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou poskytuje rady, informace a pomoc všem občanům, kteří se na ni obrátí. Usiluje o to, aby občané netrpěli neznalostí svých práv a povinností, neznalostí dostupných služeb nebo neschopností vyjádřit své potřeby či hájit své oprávněné zájmy.

Cílem poradny je nabídnout lidem, kteří se ocitli v nepříznivé životní situaci, bezplatnou, diskrétní, nestrannou a nezávislou pomoc a podporu v aktivním přístupu při řešení problému. Cílem je poskytovat odborné služby zachovávající a rozvíjející důstojný život občanů a přispívat k ovlivňování chodu veřejné správy a samosprávy ve prospěch občanů.

## Historie Občanské poradny

**2001** V březnu 2001 založeno Občanské sdružení AGAPÉ (se sídlem v Potštejně), jehož jedinou náplní bylo a je provozovat Občanskou poradnu v Rychnově n. K. O tři měsíce později Agapé přijalo prvního zaměstnance a navázalo spolupráci s partnerskou poradnou Trialog Brno (nyní Triada), která se velmi zasloužila o zahájení provozu poradny 3. září 2001.

**2002** Přijetí za řádného člena Asociace občanských poraden.

**2003** Získání certifikátu kvality AOP.

**2004** Přijetí druhého zaměstnance na částečný úvazek, zahájení provozu kontaktních míst Občanské poradny v Kostelci n. O. a v Dobrušce.

**2005** Více než padesátiprocentní nárůst konzultací. Zajištění nových vhodných prostor pro poskytování služeb.

**2006** Zaměření na vzdělávání pracovníků, akce „Den s občanskou poradnou“ u příležitosti 5. výročí OP.

**2007** Registrace sociální služby dle zákona č. 108/2006 Sb., zapojení do projektu evaluace - v rámci projektu Královéhradeckého kraje, zrušení kontaktních míst v Kostelci n. O. a v Dobrušce ke dni 31. 12. 2007.

**2008** Zapojení do tříletého projektu AOP „Dluhové poradenství“, pořádání seminářů pro veřejnost s tématem finanční gramotnosti.

**2009** Pokračování projektu „Dluhové poradenství“, pořádání seminářů pro veřejnost s tématem finanční gramotnosti. Spolupráce P. Kozlové na tvorbě pořadu Krotitelé dluhů České televize.

**2010** Pokračování projektu „Dluhové poradenství“ včetně seminářů. Spolupráce P. Kozlové na tvorbě pořadu Krotitelé dluhů České televize.

**2011** Pokračování projektu „Dluhové poradenství“ včetně seminářů.

**2012** Pokračování projektu „Dluhové poradenství“ včetně seminářů.

**2013** Pokračování projektu „Dluhové poradenství“ včetně seminářů.

**2014** Sloučení Agapé, o.s. s OD5K10, o.s.

**2015** Zapojení do projektu „Dluhové poradenství“, pořádání seminářů pro veřejnost s tématem finanční gramotnosti.

Pořádání semináře na téma Sociální tematika (dávky, příspěvky apod.) v Rodinném centru Sedmikráska Dobruška.

**2016** Změna názvu spolku z OD5K10,o.s. na OD5K10,z.s.

Zapojení do projektu „Dluhové poradenství“, pořádání seminářů pro veřejnost s tématem finanční gramotnosti.

Pořádání semináře na téma Možnosti uplatnění žen po mateřské dovolené v Rodinném centru Sedmikráska Dobruška.

**2017** Zapojení do projektu „Dluhové poradenství“, pořádání seminářů pro veřejnost s tématem finanční gramotnosti.

**2018** Zapojení do projektu „Dluhové poradenství“, pořádání seminářů pro veřejnost s tématem finanční gramotnosti. Zapojení do Týdne vzdělávání dospělých, který pořádal Úřad práce ČR – krajská pobočka Hradec Králové.

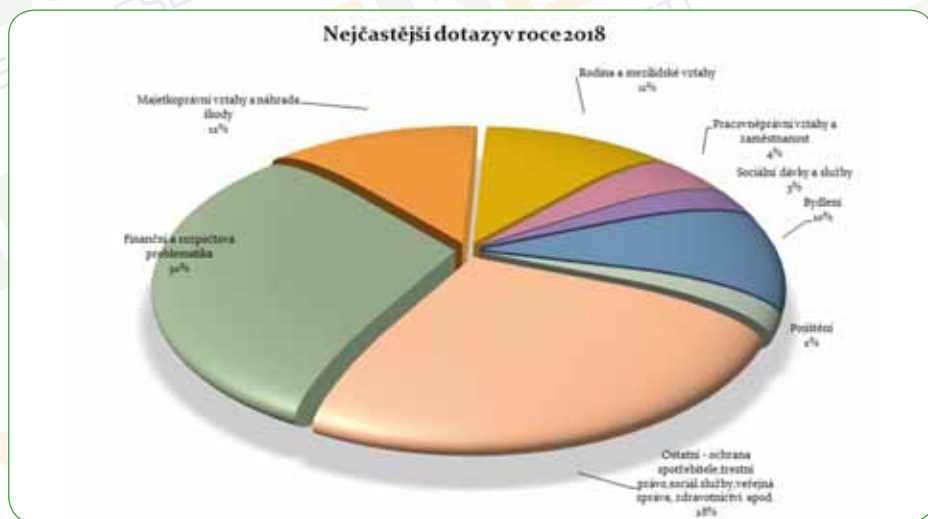
### Zpráva o činnosti OP

V roce 2018 byla Občanská poradna Rychnov n. K. k dispozici čtyři dny v týdnu (21,5 hodiny).

Počet konzultací .....	255
Počet dotazů .....	327
Muži .....	95
Ženy .....	159

### Statistiky:

Ze statistických údajů roku 2018 vyplývá, že problémy klientů v oblasti finanční a rozpočtové problematiky jsou stále nejčastější (30%). Jedná se o exekuce, insolvence apod. Dotazy v oblasti pracovněprávních vztahů a zaměstnanosti klesly, naopak výrazně stouply problémy v oblasti rodiny a mezilidských vztahů (o 8%). Jde oproti roku 2017 o výrazný nárůst. Také v oblasti spotřebitelství jsme zaznamenali značný nárůst dotazů.



## **Hodnocení:**

V roce 2018 se občanské poradně podařilo naplnit zásadní cíl – udržet rozsah a kvalitu služeb. Stále platí, že naše poradkyně nejvíce s klienty řeší problémy vzniklé předlužením. Oproti rokům minulým počet konzultací klesl. Přičítáme to omezení konzultací ohledně oddlužení, kdy nemůžeme klientům díky novele Insolvenčního zákona pomáhat se sepisováním návrhů na oddlužení. Můžeme tak našim klientům poskytnout jen základní radu, ale s návrhem jim už pomoci nemůžeme. V roce 2018 se rozšířil „nešvar“ v oblasti spotřebitelství – jde o uzavírání zprostředkovatelské smlouvy mezi spotřebitelem a pořadatelem aukce energií. Pořadatelé aukcí uzavírají se spotřebitelem hodně nevýhodnou smlouvu (často jen telefonicky). Klienti jsou často pod nátlakem a bez toho, aby si vše mohli v klidu rozmyslet. Klienti si mnohdy neuvědomují, že uzavírají zprostředkovatelskou smlouvu. Ukončení takové smlouvy bývá sankcionováno nemalými částkami. Dokazování, že smlouva byla uzavřena pod nátlakem, bývá složité. Zaznamenali jsme značný nárůst problémů v oblasti rodiny a mezilidských vztahů. Je nasnadě konstatovat, že ekonomický růst ve společnosti ne vždy znamená mít dobré vztahy v rodinách a mezi přáteli nebo sousedy. Zájemci o naše služby k nám přicházejí s problémy i z dalších oblastí, kdy většinou stačí jedna konzultace. Služby poskytovala jedna sociální pracovnice. K realizaci projektu kromě poradenství dle zákona č. 108/2006 Sb. patřilo zapojení do projektu AOP „Dluhové poradenství“ (poradenství a čtyři semináře pro širokou veřejnost), „Vytváření místního partnerství - benchmarking sociálních služeb Královéhradeckého kraje“, rozvoj spolupráce s jinými NNO, úřady apod. V roce 2018 jsme se zúčastnili Týdnu vzdělávání dospělých 2018 v Královéhradeckém kraji při ÚP Rychnov nad Kněžnou prezentací Občanské poradny formou uspořádání semináře na téma Finanční gramotnost – „Víš, za co utrácíš“.

## **Podněty pro rok 2019:**

Občanská poradna má za hlavní cíl nadále udržovat rozsah a kvalitu služeb. Cílem Občanské poradny je dále zajištění potřebných financí na plynulý chod OP v Rychnově nad Kněžnou, rozvoj a kvalitu služeb, propagaci či vzdělávání pracovníků. Občanská poradna je velice důležitá pro občany v tíživých životních situacích, a proto se bude i nadále snažit, aby byla pro naše klienty přínosem.

## **Poděkování**

### **NAŠIM DONÁTORŮM:**

Ministerstvu práce a sociálních věcí ČR, Královéhradeckému kraji, Městu Rychnov nad Kněžnou, ČSOB, a. s. a Poštovní spořitelně, a. s. (prostřednictvím projektu AOP) všem drobným dárcům, jmenovitě rodině Hetfleischové z Rychnova n. K.

*...za finanční podporu formou dotací, příspěvků a darů.*

### **NAŠIM SPOLUPRACOVNÍKŮM A PARTNERŮM:**

Servisnímu centru Asociace občanských poraden, Sboru Jednoty bratrské v Rychnově n. K., a mnohým dalším

*...za neocenitelnou pomoc a spolupráci.*

### **UŽIVATELŮM NAŠÍ SLUŽBY:**

*...za projevenou důvěru, spolupráci a poskytnutou zpětnou vazbu.*



# Volnočasové aktivity, doučování

## Projekt SPOLU V CENTRU 5KA 7

Jednou z již tradičních aktivit OD5K10, z.s. je projekt Spolu v Centru 5KA – v roce 2018 se uskutečnil už posedmé. I v tomto roce nabízel mladým lidem z vyloučených lokalit i z majoritní společnosti možnost pracovat na vlastních schopnostech a dovednostech, lépe využívat volný čas, ale i rozvíjet vzájemné vztahy a toleranci. Jednou týdně probíhaly pravidelné volnočasové kroužky – výtvarný, taneční a sportovní kroužek, kroužek vaření a deskové hry. Nepravidelně se pak mohly děti účastnit ještě dvanácti outdoorových aktivit. Zájemců o kroužky bylo dohromady **téměř 70**. Dále proběhlo **33 dvouhodinových pátečních doučování** pro děti z prvního stupně ZŠ, které pocházejí ze znevýhodněného prostředí a mají tak ztížené podmínky při školní docházce. Děti rozvíjely své znalosti, zlepšovaly se v látce probírané ve škole a díky možnosti individuálního přístupu a bližšího vztahu s doučujícími mohly probírat i osobní témata z jejich životů.

### Součástí projektu bylo i několik jednorázových akcí:

- ♦ **Výtvarné řádění** – Odpolední akce především pro rodiny s dětmi se uskutečnila na Poláčkově náměstí. Naplánovaná byla řada volnočasových aktivit zejména výtvarného charakteru, které ale byly tento rok bohužel přerušeny nepřízní počasí.



♦ **5KA za vysvědčení** – Konec školního roku tradičně provázelo rozdávání několika desítek až stovek nanuků zdarma všem za jakékoli vysvědčení. Dětem se tak mohl zpříjemnit často frustrující den jejich života a mohly zažít povzbuzení, i když vysvědčení nedopadlo podle jejich představ.

♦ **Cesta broučků s lampionky** – Večerní akce pro veřejnost probíhala ve spolupráci s Rodinným centrem Rybka. Rodiny s dětmi si mohly užít cestu nočním Rychnovem osvětleným svíčkami a lampionky. Na závěr se děti zapojily do připravených úkolů a společně s rodiči si daly čaj a perníčky, které pekly děti na kroužku vaření.

♦ **Předvánoční besídka dětí z vyloučených lokalit** – V Centru 5KA děti předvedly taneční a hudební vystoupení a nabídly hostům drobné občerstvení, které připravily na kroužku vaření. Kromě rodičů a dětí z vyloučených lokalit se akce zúčastnilo i několik pedagogů a úředníků, kteří tak mohli vidět, na čem děti pracují ve svém volném čase a co všechno se zvládnou naučit.

Za finanční podporu děkujeme především Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy ČR, společnosti ŠKODA AUTO a.s. a Městu Rychnov nad Kněžnou, díky kterým se projekt mohl uskutečnit.



# Tábor OD5K10, z.s. v rámci pověření výkonu SPOD

Jubilejní, desátý ročník tábora byl opět skvělou příležitostí pro děti s různými sociálními těžkostmi, které mají jinak jen omezenou možnost účastnit se podobných akcí, zažít týden plný divokého dobrodružství a zároveň jasných pravidel. Tábor proběhl 16. – 22. 7. 2018 v ubytovacím zařízení bývalé ZŠ v obci Křinice u Broumova. Zúčastnilo se ho 25 dětí a 6 dospělých vedoucích. Celotáborová hra byla inspirována známou knihou J.R.R.Tolkiena „Hobbit“. Děti byly rozděleny do pěti družin a každý den pro ně byly nachystány hry v lese, soutěže, výtvarničení, šifry, aktivity zaměřené na motorické a pohybové schopnosti. Účastníci mohli během tábora za osvojení dovedností získávat vyšší hodnosti a s tím spojené odměny. Nechyběl ani karneval, stezka odvahy, táborák a výlet na koupaliště.

Společně strávený čas připravil spoustu příležitostí otvírat důležitá témata dětského světa. Řešení porušování pravidel mnohdy přineslo plodné rozhovory o odpovědnosti a trestech. Tábor umožnil vytvoření důvěry mezi dětmi a vedoucími tak, aby vztahy mohly pokračovat v rámci celoroční práce v Centru 5KA nebo v rámci streetworku ve Vamberku. Na podzim 2018 proběhlo potáborové setkání s účastníky a jejich rodiči. Společně jsme zavzpomínali na tábor u promítání videa, fotek, několika her a občerstvení.

Celý rekreačně-výchovný pobyt odborně zajišťovalo šest vedoucích – pracovníků a dobrovolníků OD5K10, z.s. a osob registrovaných v rámci pověření OSPOD (Mgr. Martin Vlasák, Bc. Jiří Vrba, Ing. et Bc. Lenka Hanzalová, Miriam Seidlová, Stanislav Musil a Antonín Klapal).

Děkujeme Městu Rychnov za pomoc s organizací a finanční příkrytí akce.



# Finanční zpráva

**Účetní zisk/ztráta za rok 2018 ..... 120 863,85 Kč**

**Stav pokladny k 31. 12. 2018 ..... 2 146,00 Kč**

**Stav bankovního účtu u FIO banky I k 31. 12. 2018 ..... 1 103 401,73 Kč**

**Stav bankovního účtu u FIO banky II k 31. 12. 2018 ..... 200,00 Kč**

**Stav bankovního účtu u ČS banky k 31. 12. 2018 ..... 42 568,45 Kč**

**Náklady celkem ..... 3 438 322,38 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 2 086 937,64 Kč

- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 900 536,52 Kč

- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) ..... 204 725,00 Kč

- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD MRK ..... 144 107,90 Kč

- z toho Benefice ..... 10 174,18 Kč

- z toho Lektorování ..... 65 349,47 Kč

- z toho Vedlejší hospodářská činnost ..... 18 192,00 Kč

- z toho Dluhový projekt - OP ..... 4 800,00 Kč

- z toho Rekonstrukce č.p. 373 (neinvestiční) ..... 3 499,67 Kč

**Materiál ..... 176 929,34 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 54 996,60 Kč

- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 18 228,97 Kč

- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) ..... 79 916,69 Kč

- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD MRK ..... 20 252,90 Kč

- z toho Benefice ..... 2 534,18 Kč

- z toho Lektorování ..... 1 000,00 Kč

**Energie ..... 88 014,00 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 52 400,00 Kč

- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 18 663,00 Kč

- z toho Vedlejší hospodářská činnost ..... 16 951,00 Kč

**Prodané zboží NZDM Centrum 5KA ..... 3 875,40 Kč**

**Opravy a udržování ..... 42 418,00 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 39 252,00 Kč

- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 3 166,00 Kč

**Cestovné ..... 30 762,00 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 8 541,00 Kč

- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 5 413,00 Kč



- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) ..... 705,00 Kč
- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD ..... 14 503,00 Kč
- z toho Lektorování ..... 1 600,00 Kč

**Náklady na reprezentaci ..... 17 126,92 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 11 576,14 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 981,00 Kč
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) ..... 1 709,31 Kč
- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD ..... 876,00 Kč
- z toho Benefice ..... 1 473,00 Kč
- z toho Lektorování ..... 149,47 Kč
- z toho Vedlejší hospodářská činnost ..... 362,00 Kč

**Ostatní služby (nájmy, telekomunikace, jiné služby) ..... 412 415,05 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 165 386,50 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 182 283,55 Kč
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) ..... 5 182,00 Kč
- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD ..... 40 204,00 Kč
- z toho Benefice ..... 4 680,00 Kč
- z toho Lektorování ..... 13 800,00 Kč
- z toho Vedlejší hospodářská činnost ..... 879,00 Kč

**Mzdové náklady ..... 2 043 273,00 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 1 294 324,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 511 527,00 Kč
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) ..... 116 600,00 Kč
- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD ..... 67 222,00 Kč
- z toho Lektorování ..... 48 800,00 Kč
- z toho Dluhový projekt - OP ..... 4 800,00 Kč

**Zákonné sociální a zdravotní pojištění ..... 536 316,00 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 399 113,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 136 591,00 Kč
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) ..... 612,00 Kč

**Zákonné pojištění zaměstnanců ..... 6 560,00 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 4 794,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 1 766,00 Kč

**Stravenky zaměstnanců ..... 60 555,00 Kč**

- z toho NZDM Centrum 5KA ..... 45 796,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou ..... 14 759,00 Kč

<b>Ostatní daně a poplatky .....</b>	<b>1 130,06 Kč</b>
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou .....	130,00 Kč
- z toho Rekonstrukce č.p. 373 (neinvestiční) .....	1 000,06 Kč

<b>Úroky BÚ Rekonstrukce čp. 373 (neinvestiční).....</b>	<b>1,94 Kč</b>
<b>Dary poskytnuté Benefice .....</b>	<b>1 487,00 Kč</b>

<b>Jiné ostatní náklady (pojištění, bankovní poplatky, čl. příspěvky) .</b>	<b>17 458,67 Kč</b>
- NZDM Centrum 5KA.....	6 883,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou .....	7 028,00 Kč
- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD.....	1 050,00 Kč
- z toho Rekonstrukce č.p. 373 (neinvestiční).....	2 497,67 Kč

<b>Výnosy celkem .....</b>	<b>3 559 186,23 Kč</b>
- z toho NZDM Centrum 5KA .....	2 083 810,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou .....	861 810,00 Kč
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) .....	204 725,00 Kč
- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD MRK.....	144 107,90 Kč
- z toho Benefice.....	20 124,00 Kč
- z toho Lektorování .....	173 199,00 Kč
- z toho Vedlejší hospodářská činnost.....	63 210,00 Kč
- z toho Dluhový projekt - OP .....	4 800,00 Kč
- z toho Rekonstrukce č.p. 373 (neinvestiční).....	3 400,33 Kč

<b>Tržby z prodeje služeb .....</b>	<b>318 341,90 Kč</b>
- z toho NZDM Centrum 5KA .....	10 000,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou .....	37 200,00 Kč
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) .....	2 575,00 Kč
- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD.....	89 457,90 Kč
- z toho Lektorování .....	111 099,00 Kč
- z toho Vedlejší hospodářská činnost.....	63 210,00 Kč
- z toho Dluhový projekt - OP .....	4 800,00 Kč

<b>Tržby za prodej zboží NZDM Centrum 5KA .....</b>	<b>6 758,00 Kč</b>
<b>Úroky BÚ Rekonstrukce čp. 373 (neinvestiční).....</b>	<b>0,33 Kč</b>

<b>Dary .....</b>	<b>141 418,00 Kč</b>
- z toho NZDM Centrum 5KA .....	15 794,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou .....	3 000,00 Kč
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) .....	37 000,00 Kč
- z toho Benefice.....	20 124,00 Kč
- z toho Lektorování .....	62 100,00 Kč
- z toho Rekonstrukce č.p. 373 (neinvestiční).....	3 400,00 Kč

<b>Členské příspěvky .....</b>	<b>600,00 Kč</b>
- z toho NZDM Centrum 5KA .....	390,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou .....	210,00 Kč

<b>Jiné ostatní výnosy .....</b>	<b>30 800,00 Kč</b>
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) .....	150,00 Kč
- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD.....	30 650 Kč

<b>Provozní dotace MPSV .....</b>	<b>2 070 400,00 Kč</b>
- z toho NZDM Centrum 5KA .....	1 449 000,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou .....	621 400,00 Kč

<b>Provozní dotace Město Rychnov n. Kn.....</b>	<b>475 000,00 Kč</b>
- z toho NZDM Centrum 5KA .....	235 000,00 Kč
- z toho Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou .....	200 000,00 Kč
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) .....	40 000,00 Kč

<b>Provozní dotace MŠMT .....</b>	<b>125 000,00 Kč</b>
- z toho Spolu v Centru 5KA (volnočasové aktivity a doučování) .....	125 000,00 Kč

<b>Provozní dotace KHK.....</b>	<b>148 000,00 Kč</b>
- z toho NZDM Centrum 5KA .....	148 000,00 Kč

<b>Provozní dotace Úřadu práce HK .....</b>	<b>188 868,00 Kč</b>
- z toho NZDM Centrum 5KA .....	188 868,00 Kč

<b>Provozní dotace Město Vamberk.....</b>	<b>42 000,00 Kč</b>
- z toho NZDM Centrum 5KA .....	30 000,00 Kč
- z toho Tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD.....	12 000,00 Kč

<b>Provozní dotace Město Rokytnice .....</b>	<b>8 000,00 Kč</b>
- z toho na tábor v OH Tábor OD5K10.....	8 000,00 Kč

<b>Provozní dotace Obec Liberk .....</b>	<b>4 000,00 Kč</b>
- z toho na tábor OD5K10 ve spolupráci s OSPOD .....	4 000,00 Kč

## **ROZVAHA ke dni 31. 12. 2018 (zaokrouhleno na celé koruny)**

### **Aktiva:**

Nedokončený dlouhodobý hmotný majetek.....	1 008 963,00 Kč
Peněžní prostředky v pokladně.....	2 146,00 Kč
Účty v bankách .....	1 146 170,00 Kč
Odběratelé.....	3 500,00 Kč
Poskytnuté provozní zálohy .....	112 660,00 Kč
Jiné pohledávky – dotace ÚP, příspěvek f-nadace .....	26 356,00 Kč
Jiné pohledávky – omylové platby .....	-10 400,00 Kč
Jiné pohledávky – dotace IROP NEINV.....	97 090,00 Kč
Jiné pohledávky – dotace IROP INV.....	8 702 484,00 Kč
Náklady příštích období.....	5 683,00 Kč
<b>Celkem .....</b>	<b>11 094 652,00 Kč</b>

## **Pasiva:**

Dodavatelé .....	34 286,00 Kč
Zaměstnanci .....	155 445,00 Kč
Zúčt. s inst. sociál. a zdravot. pojištění.....	75 346,00 Kč
Ostatní přímé daně.....	25 151,00 Kč
Nárok na dotace – IROP NEINV.....	42 640,00 Kč
Nárok na dotace – IROP INV.....	8 346 109,00 Kč
Dohadné účty pasivní.....	112 660,00 Kč
Vlastní jmění.....	292 720,00 Kč
Vlastní jmění – investiční dotace Město RK .....	150 000,00 Kč
Vlastní jmění – investiční dotace IROP .....	356 374,00 Kč
Vlastní jmění – investiční dar Škoda Auto .....	50 000,00 Kč
Vlastní jmění – investiční dotace KHK.....	900 000,00 Kč
Vlastní jmění – investiční dary.....	433 057,00 Kč
Výsledek hospodaření .....	120 864,00 Kč
<b>Celkem .....</b>	<b>11 094 652,00 Kč</b>

## **Poděkování za spolupráci a podporu**

Všem dárcům, partnerům a spolupracovníkům děkujeme, že nám pomáháte rozvíjet a uskutečňovat pomoc potřebným lidem z našeho regionu!

## **Jsme členy:**

Asociace Comeniana (NZDM Centrum 5KA)

Česká asociace streetwork, z.s. (NZDM Centrum 5KA)

Prakk – pracovní skupina NZDM Královéhradeckého kraje (NZDM Centrum 5KA)

Asociace občanských poraden, z.s. (OP Rychnov n. Kn.)

Komunitní plánování Města Rychnov n. Kn. (NZDM Centrum 5KA i OP Rychnov n. Kn.)



## **Spolupracujeme s:**

OSPOD Rychnov nad Kněžnou

Pedagogicko-psychologická poradna, okres Rychnov nad Kněžnou

Péče o duševní zdraví, z.s.

Volnočasový Klub Vješák Dobruška

NZDM Kamin Ústí nad Orlicí

Maják, o.p.s.

MŠ a ZŠ Brána v Nové Pace



## Podpořili nás:

Město Rychnov nad Kněžnou  
Sbor Jednoty bratrské v Rychnově nad Kněžnou  
Královéhradecký kraj  
Ministerstvo práce a sociálních věcí  
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy  
Úřad práce ČR  
ŠKODA AUTO, a.s.  
Stavebniny STAMONT  
Město Vamberk  
Město Rokytnice v Orlických horách  
Obec Liberk  
f-nadace  
Sbory Jednoty bratrské v ČR  
CKK Daňová kancelář  
Krestanskatricka.cz  
Profisteh.cz  
Česká asociace streetwork  
Reklamnitechologie.cz  
Rodina Hetfleischova, manželé Fekete a další drobní dárci

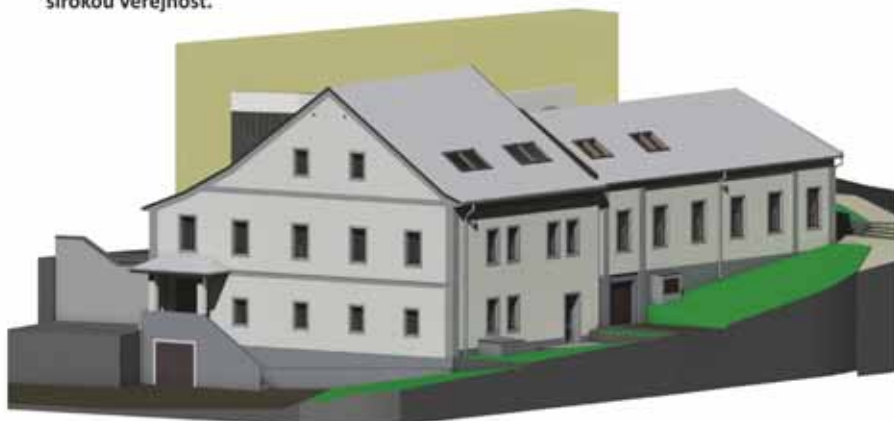
Sháníme finanční partnery, kteří by chtěli podpořit naši práci. Pokud chcete svými penězi pomoci utvářet pozitivní budoucnost mladých lidí, ozvěte se nám. Rádi Vám naši práci představíme a na všechny dary vydáme potvrzení.





## Náš sen o šťastném a spokojeném Rychnovsku uskutečňujeme skrze tyto aktivity:

- Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Centrum 5KA. Přirozeným způsobem pomáháme mladým lidem zvládnout problémy dospívání.
- Semináře primární prevence pro stovky studentů ZŠ a SŠ o citlivých tématech.
- Interaktivní besedy pro rodiče, pěstouny a pracovníky s dětmi.
- Volnočasové kroužky spojující děti z vyloučených lokalit a majoritní společnosti.
- Doučování pro děti z vyloučených lokalit, aby nezaostávaly za svými vrstevníky.
- Letní tábor pro děti pořádaný ve spolupráci se Sociálním odborem Města Rychnov n. Kn.
- Občanská poradna Rychnov nad Kněžnou pomáhá stovkám lidí ročně zejména s předlužením i dalšími problémy.
- Rodinné centrum Rybka pro komunitní setkávání rodičů s dětmi i prarodinné akce pro širokou veřejnost.



Příspěvkem můžete podpořit probíhající rekonstrukci nového multifunkčního centra v budovách bývalé „hasičárny“ naproti okresnímu soudu v Rychnově n. Kn. Zde budeme provozovat Občanskou poradnu, Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Centrum 5KA a Rodinné centrum Rybka. Prostory budou také sloužit Sboru Jednoty bratřské s kavárnou pro veřejnost. Děkujeme!

Číslo bankovního účtu: 2600445803/2010

[www.od5k10.cz](http://www.od5k10.cz) [www.jbrychnov.cz](http://www.jbrychnov.cz)

# INTERAKTIVNÍ BESEDY

PRO RODIČE, PĚSTOUNY, UČITELE A PRACOVNÍKY S DĚTI

## CO JE ZA NAŠIM VZDĚLÁVÁNÍM

● 10 let praxe organizace seminářů primární prevence na ZŠ a SŠ ● 8 let fungování Nizkoprahového zařízení pro děti a mládež Centrum 5KA v Rychnově n. Kn. (práce s rizikovou mládeží ve věku 11–26) ● 8 let fungování Rodinného centra Rybka (práce s rodiči s dětmi do 6 let) ● lektor s pedagogickým vzděláním a praxí 15 let v práci s dětmi a mládeží ● besedy s odborným základem předávány formou příběhů, diskuze a interaktivních pomůcek ● možnost úpravy téma besedy dle Vašich požadavků, možnost vytvořit besedu na klíč

### TÉMATÁ BESED

**DĚTI DO 6 LET A MÉDIA** – vliv her na PC, tabletech, smartphonech, pohádek na youtube, TV na vývoj dítěte, výchovné typy a doporučení, diskuze.

**DĚTI DO 6 LET A ZÁVISLOSTI** – nejčastější závislosti u dětí, výchovné principy pro vytvoření psychické odolnosti dětí vůči závislostem v budoucnu, vliv rodinného prostředí na budoucí vznik závislosti u dětí, výchovné typy, diskuze.

**DĚTI DO 6 LET A HRANICE VE VÝCHOVĚ** – vysvětlení pojmu hranic ve výchově a jejich důležitosti, jak stanovit přiměřené hranice ve výchově, diskuze.

**DĚTI DO 6 LET A DŮLEŽITOST OTCE VE VÝCHOVĚ** – specifika otcovské role, typy pro zapojení otce do výchovy, diskuze.

**NEBEZPEČÍ INTERNETU PRO DĚTI A MLADISTVÉ** – závislost na pornografii, sociálních sítích a počítačových hrách, kyberšikana, cyberstalking, sexting, hoax, fake news, důležitost hranic v užívání internetu dětmi a mladistvými, výchovné typy.

**JAK ZABRÁNIT ŠIKANĚ MÉHO DÍTĚTE** – vysvětlení pojmu šikana, hlavní rizika pro vznik šikany, výchovné typy pro prevenci šikany, spolupráce se školou.

**DOSPÍVAJÍCÍ A DROGY** – důvody užívání drog u dospívajících, mechanismus vzniku závislosti, výchovné typy pro prevenci užívání drog, diskuze.

**DOSPÍVAJÍCÍ A PROMISKUITA** – důvody vedoucí k promiskuitě dospívajících, výchovné typy pro prevenci promiskuity u dospívajících, diskuze.

**RITUÁLY A TRADICE V ŽIVOTĚ DÍTĚTE** – Význam rituálů pro zdravý vývoj dítěte. Příklady denních, týdenních i méně častých dětských a rodinných rituálů. Zapojení tradic ve výchově dětí. Úskalí rituálů v rodině. Diskuze.

**VZDOR A VZTEK U DĚTI DO 6 LET** – Rozdíl mezi vzdorem a vztekem u dětí. Pozitivní způsoby zvládnutí dětského vzteku a hněvu. Cesty, jak řešit dětský vzdor. Diskuze.

**PĚT JAZYKŮ LÁSKY VE VÝCHOVĚ DĚTI** – Vysvětlení důležitosti bezpodmínečné lásky jako základního rámce výchovy dítěte. Typologie pěti jazyků lásky dle R. Cambella a G. Chapmana a příklady praxe jejich použití. Diskuze.

### HODNOCENÍ ÚČASTNÍKŮ:

„Přednáška Martina Vlasáka o internetových nástrahách a nebezpečích pro děti a mládež mi pomohla zorientovat se v této oblasti. Líbilo se mi srozumitelné předání informací, které jako maminka 4 dětí mohu uplatnit doma ve výchově. Přednášku vřele doporučuji všem rodičům, učitelům i dětem a organizacím, které pracují s dětmi.“ Iva Horáková, vedoucí rodinného centra Sedmikráska v Dobrušce.

### LEKTOR BESED

Mgr. Martin Vlasák (\*1984), vystudovaný pedagog pro 2. stupeň ZŠ, 10 let praxe odborného lektora seminářů primární prevence na ZŠ a SŠ, 15 let praxe v práci s dětmi a mládeží z toho 7 let praxe jako kontaktní pracovník v Nizkoprahovém zařízení pro děti a mládež, certifikovaný rodinný poradce Akademie Jana Blahoslava, 7 let poradenské činnosti v rámci Rodinného centra Rybka, spokojený manžel a otec tří dětí

### PODMÍNKY BESED:

Besedy pro děti do 6 let lze upravit i pro jiné věkové rozpětí. Standardní rozsah besed je 2x60 minut. Je možné je rozšířit až na 4x60 hodin (beseda je doplněna o prvky workshopu a delší diskuze). Doporučený počet účastníků je do 20 osob. Pro realizaci stačí vyvětraná místnost a přiměřený klid (např. v mateřských centrech je možné v místnosti besedy nechat s rodiči jejich malé děti při udržení přiměřeného klidu).

### CENÍK BESED:

Ceník besed je založen na počtu lektorovaných hodin (60 minut). Nejsme plátcí DPH. O cenách je možné v odůvodněných případech jednat.  
Prvních 60 minut ..... 2.000 Kč  
Dalších 60 minut ..... 1.000 Kč  
Seminář v prostorách Centra 5KA (včetně základního občerstvení) ..... 1.000 Kč  
Zajištění nadstandardního občerstvení (ovoce, zákusky, chlebičky) ..... 1.000 Kč

**OD5K10**

OD PĚTI K DESETI

**Kontakt:** Pro další informace či objednávku besedy neváhejte kontaktovat našeho lektora. Mgr. Martin Vlasák, telefon: 728 939 412, martin.vlasak@od5k10.cz, www.od5k10.cz



## Kde nás najdete?

**Centrum 5KA** – Komenského 39, 516 01 Rychnov n. Kn.

**Občanská poradna** – Panská 1492, Rychnov n. Kn.

**OD5K10, z.s.** – Komenského 39, 516 01 Rychnov n. Kn.

Tel.: 728 939 412

(Mgr. Martin Vlasák – předseda sdružení)

E-mail: [info@od5k10.cz](mailto:info@od5k10.cz), [www.od5k10.cz](http://www.od5k10.cz)

<https://www.facebook.com/od5k10>

IČ: 22690361, DIČ: nejsme plátcí DPH

Bankovní spojení: Fio Banka, a.s., Č.ú.: 2600445803/2010

OD5K10, z.s. je registrován v rejstříku u Krajského soudu  
v Hradci Králové pod spisovou značkou L 6488.

© OD5K10, z.s., červen 2019

**OD5K10**

OD PĚTI K DESETI

CENTRUM  
**5KA**

OBČANSKÁ  
PORADNA

