

Salinger@roviny

číslo 4/2018

1. října 2018 v Hradci Králové

Na City Jamu soutěžily dvě stovky dětí o zajímavé ceny



Nízkoprahové zařízení pro děti a mládež Modrý pomeranč uspořádalo s podporou KMS Moravské předměstí – jih další ročník tradiční akce City Jam s podtitulem „Užijme si společný den!“ Odpoledne plné atrakcí, soutěží a vystoupení se konalo 4. září 2018 a jako každoročně bylo zaměřeno na královéhradeckou veřejnost, mladé lidi, dospívající i rodiny s dětmi.

„Děkujeme, že pomáháte dětem a děláte svět veselejší.“ „To je jeden z mnoha povzbuzujících vzkazů, jež jsme obdržely od návštěvníků akce a díky kterým víme, že energie a úsilí investované do příprav má jednoznačně smysl. Dle hojně návštěvnosti, pozitivních ohlasů veřejnosti a zářivých dětských úsměvů soudíme, že se akce velice vydařila a doufáme, že následující ročník bude také natolik úspěšný,“ sdělila Radka Volejníková, vedoucí střediska NZDM Modrý Pomeranč.

Akce City Jam byla opětovně pojata formou zábavné soutěže, na jejímž konci čekala na soutěžící odměna v podobě adrenalinové virtuální reality, malování na obličej nebo maskovaného zranění, a zúčastnilo se jí téměř 200 dětí. pokračování na str. 3

Se Sít'ovkou za rytíři a vodníky

Centrum Sít'ovka uspořádalo během prázdnin pro své klienty dva výlety po Hradci Králové. Smyslem bylo poukázat na možnosti trávení volného času rodin s dětmi u nás ve městě. Akce se pro velký úspěch budou opakovat.

Klienti se na Centrum Sít'ovka obrací s různými problémy a těžkostmi. Jedním z takových problémů může být i tíživá finanční situace v rodině, což samozřejmě negativně ovlivní i možnosti plánování aktivit pro děti o letních prázdninách. „Při rozhovorech s klienty jsme často slyšeli, že aktivity jsou příliš drahé, rodiny ani nevědí, kam by v Hradci mohli s dětmi vyrazit. Z tohoto důvodu jsme mezi běžné aktivity s rodinami zařadili i mimořádný prázdninový program. Chtěli jsme rodinám ukázat, že i v Hradci máme možnosti, které jsou pro děti atraktivní a přitom nijak nezatíží rodinný

rozpočet,“ vysvětlila koordinátorka výletů Iveta Svobodová.

Cílem prvního zážitkového výletu bylo Rytířské hradiště. Pracovnice vyrazily s rodinami autobusem do Hradeckých lesů, pak pěšky po naučné stezce o zvířátkách až na hradiště. Na hradišti bylo připraveno hned několik sportovních, vzdělávacích i zábavných aktivit.

Na podruhé byli cílem výletu vodníci. Vodnická stezka děti učila pozornosti a zručnosti. Připraveny byly i aktivity pro dospěláky podporující spolupráci. Vše dokreslovala příjemná a přátelská atmosféra.

„Výletů se zúčastnilo dohromady 6 rodin s 16 dětmi. Výdaje měli rodiče pouze za jízdenky MHD. pokračování na str. 2



Důvěra = kouzelné slovíčko sociální práce

Každé setkání dvou lidí, které probíhá poprvé, je plné rozpaků, nejistot, nervozity, ale zároveň i zvědavosti. První kontakt může zanechat skvělý dojem, ale také může úplně „zavřít dveře“. Obzvláště pokud se jedná o člověka, který se nachází v životní krizi a hledá pochopení a pomoc od sociálního pracovníka. Důvěra, která je základem kvalitní sociální práce se buduje již při prvních setkáních. A právě na to myslí i sociální pracovnice KC ZIP.


Paní Marie má velkou rodinu, se kterou žije i její dospělá dcera Kristýna s dětmi. Já jsem ji poznala díky pracovníci orgánu sociálně-právní ochrany dětí (OSPOD). Setkání, která probíhají na doporučení OSPODu, jsou vždy

každý týden. Po pár minutách se mi však paní Marie odvážíla svěřit se svým osobním příběhem. Ve svých 15ti letech přišla o dceru. Neví, zda zemřela nebo byla dána do adopce. Informace, které jí podával kojenecký ústav, byly značně v rozporu. Jelikož byla v té době hodně mladá, neodvážila se situaci důkladněji řešit. Po celou dobu jí však trápí nevědomost, co se stalo s její dcerou, neustále přemýšlí nad tím, zda dcera vůbec žije. Nabídla jsem jí pomoc při hledání odpovědí. Paní Marie však v tu chvíli potřebovala jen někoho, komu by se svěřila. V té chvíli jsem si uvědomila, že moje role v rodině již není jen



váhavější, než když klient sám vyhledá naše služby. Problém zněl jasně: „Syn nezvládá číst a psát a nechce chodit do školy.“ Naším úkolem bylo motivovat rodiče k řešení této situace, aby nedocházelo k výraznému zameškávání hodin ve škole. Setkání probíhala pravidelně každou středu v odpoledních hodinách. Na schůzkách se neřešilo nic jiného než prospěch a chování syna ve škole. Každé setkání bylo příjemné, nikdy ale nedošlo k řešení něčeho jiného než čtení a psaní. Tak to fungovalo asi půl roku. Během té doby jsem cítila, že paní Marie zjišťuje, co vše mi může říct. Postupem času se naše konverzace při schůzkách začala stáčet k problémům s bývalým partnerem dcery Kristýny. S každým dalším setkáním jsem se o životě v rodině dozvíдалa víc. Další informace mi pomáhaly uvědomit si, proč syn nechce chodit do školy a začala jsem rozumět i rodinnému režimu. Asi po roce spolupráce měla v rodině probíhat běžná příprava do školy jako

„učitelka“, ale že jsem tam zvládla vybudovat důvěru, která nás od té doby provází. Postupně jsem začala s rodinou řešit i jiné problémy. Paní Marie se mi začala svěřovat s potížemi v oblasti financí, s její trestní činností v minulosti. V současné době řešíme změny v chování u syna, s kterými si neví rady, neví jak mu má pomoci, jak reagovat na jeho agresivitu. Zároveň mi začala důvěřovat a žádat o radu i její dcera Kristýna. Pro mne je to znamení, že svou práci dělám dobře, že zdánlivě jednoduchá zakázka, může být cestou k náročnějším a osobnějším problémům. Vše však stojí na onom jednoduchém, ale křehkém pocitu DŮVĚRY...

 Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Se Sít'ovkou za rytíři a vodníky

pokračování ze str. 1

Protože se akce rodinám moc líbily, plánujeme v tomto duchu pořádat i další naučné výlety a zážitkové programy," doplnila vedoucí Centra Sítovka Mgr. Kateřina Výtisková.



Tento projekt „Služby sociální prevence v Královéhradeckém kraji IV“, je financován z prostředků ESF prostřednictvím Operačního programu Zaměstnanost a státního rozpočtu ČR.

Více informací:

Mgr. Kateřina Výtisková
vedoucí Centra Sítovka

Mobil.: 777 807 051

E-mail: centrum.sitovka@salinger.cz

<http://www.salinger.cz/sitovka/>



Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Přespíme venku

Chladný podzimní večer 22. listopadu 2018 se ve městech po celé republice koná Noc venku. Akce, která upozorňuje na problematiku osob bez domova nebo ztrátou bydlení ohrožených.

V letošním roce se do této akce zapojí poprvé i Hradec Králové prostřednictvím organizací Salinger, z.s., Oblastní charity Hradec Králové - Dům Matky Terezy, Aufori, o.p.s., Laxus z.ú. a Univerzity Hradec Králové - Filozofická fakulta.

Více informací budete postupně nalézat na facebookové stránce - Noc venku Hradec Králové.




Služba Komunitní centrum ZIP je od 1. 1. 2016 do 30. 6. 2019 podpořena z Individuálního projektu Služby sociální prevence v Královéhradeckém kraji IV.

Salinger, z.s. - Komunitní centrum ZIP

Mgr. Šárka Zbiňová

kc.zip@salinger.cz

774 80 70 52

 Evropská unie
Evropský sociální fond
Operační program Zaměstnanost



Podzim začíná nejen v Budulínku

Po letních radovánkách se musíme zabývat vážnějšími tématy, a tím je například nástup dětí do školky. U nás v Centru přátelském rodině Budulínek myslíme v tomto ohledu na děti i rodiče. Už v létě jsme se připravovali a otevřeli novou aktivitu, která se jmenuje „Zvládneme to aneb do školky nanečisto“. Aktivita reaguje na nedostatečný prostor k adaptaci dětí na osamostatnění se od rodičů při zahájení docházky do mateřské školy. V rámci centra rodičům a dětem nabízíme čtyřtýdenní program, během kterého si mohou obě strany nanečisto vyzkoušet, jaké je to trávit čas bez rodičů/bez dětí. Děti se učí trávit čas bez rodičů ve skupině vrstevníků, rodiče zároveň získají inspiraci, jak s dětmi správně komunikovat, jak vést děti k samostatnosti a jak umožnit dítěti samostatně se rozvíjet.

Na konci srpna také proběhl workshop, na který od září navazuje úspěšný projekt „Šťastná máma s přehledem“, kde si v pohodovém kruhu v rámci 10 pravidelných lekcí probereme nejen úskalí, se kterými se setkáváme v období mateřství, ale budeme pracovat také na sobě samé, na schopnosti organizovat si čas, umět odpočívat atd. V souladu s myšlenkou odpočinku jsme otevřeli i dopolední a odpolední kurzy pondělní **jógy**. Těšit se můžete i na speciální **harmonizační jógu**. Příjemně zacvičit si můžou i ženy jakéhokoliv věku při úterní a čtvrteční dopolední hodině **pilates**, úterní odpolední **power józe** nebo středečních **bříšních tancích** či **Thai či**, čtvrteční hodině **Port de Bras**. Aktuální informace o termínech cvičení hledejte na webu www.salinger.cz nebo přímo u koordinátorky Centra.

Myslíme i na nastávající maminky. Každý čtvrtek zve maminky od 18:00 na **těhotenském cvičení**, které příjemně protáhne, zlepší krevní cirkulaci a zmírní napětí. Po porodu a při



rodičovské dovolené se pozvolna dostáváme do formy na lekcích **bodystylingu**, který otvíráme v pátek 5. října od 9:00 hodin. Středu dopoledne máme věnovanou dětem. Od 9:15 začínáme **cvičením pro maminky s dětmi od 3 měsíců**, od 10:15 máme **cvičení pro maminky s dětmi od 8 měsíců** a od 10:15 se nám schází **maminky s dětmi od 1 roku do 2 let na cvičení**, kde rodiče se svými dětmi zažívají legraci a zároveň upevňují důležitou vazbu mezi rodičem a dítětem.

Budulínek nezapomíná ani na pracující rodiče. Naše učebna je ve středu od 15 do 18 hodin a ve čtvrtek od 10 hodin do 12 hodin otevřena rodičům na mateřské či rodičovské dovolené v rámci **coworkingového centra**. O hlídání ratolestí se postarají zkušené hlídačské tety.

Nezapomínáme ani na workshopy a besedy, o prázdninách jsme se dozvěděli, **jak si odpočinout a vybalancovat tak čas pracovní a čas osobní**, dozvěděli jsme se o **výhodách a nevýhodách botiček ze žirafy a barefootů**, v blízké budoucnosti plánujeme **besedu** na téma **čištění zoubků a prevence zubního kazu u dětí** a zaměříme se i na velké téma, kterým je **očkování u dětí**. Bližší informace najdete na webových stránkách a Facebooku Centru přátelské rodině Budulínek nebo Salinger, z.s. Všechny odborné aktivity jsou pro rodiče zdarma díky dotacím z MMHK, Královéhradeckého kraje a MPSV rodina. V Budulínku se na Vás vždy těšíme!



Na City Jamu soutěžily dvě stovky dětí o zajímavé ceny

pokračování ze str. 1

Pro návštěvníky byla připravena také celá řada zajímavých vystoupení a doprovodných aktivit. Naše pozvání v letošním roce přijali parkouristé ze Station91, žonglérská skupina Oops, sportovní klub Ac hip hop - Gym4you, FlyZone Park, Rodinné pasy, Lanový park Hradec Králové a Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola Hradec Králové. Občerstvení v podobě sladké palačinky, chutné pizzy a kvalitní kávy zajistila Férová palačinkárna, Pizzapizza a Café Na kole.

Z naší strany nezbyvá než poděkovat všem, kteří se stali nedílnou součástí akce. Účinkujícím, lidem, co se podíleli na přípravě a realizaci, sponzorům a návštěvníkům a v neposlední řadě Komisi Moravské předměstí - jih za jejich podporu.



Další fotografie z akce na straně 4.



NZDM Modrý pomeranč vytváří bezpečné prostředí pro děti a mládež ve věku 7 - 21 let z Hradce Králové a okolí. U pracovníků na klubech i v terénu mohou děti a dospívající najít pomoc a podporu v situacích, které jsou pro ně těžko zvládnutelné, zároveň s nimi trávit smysluplně volný čas.

Kontakt:
Mgr. Radka Volejníková
Vedoucí střediska NZDM Modrý pomeranč
Tel. 777 041 030
E-mail:
nizkoprahove.centrum@salinger.cz

Obrazové ohlédnutí za City Jamem



Den s úsměvem

V neděli 23. září proběhl na Tylově nábřeží Den s úsměvem. Počasí nám sice nepřálo, ale i tak si akce našla své příznivce. Ale příští rok se již určitě kromě dětských tváří rozzáří i slunce!

Děkujeme, že s námi držíte i při nepříznivém počasí a pomáháte nám vytvářet úsměvy na dětských tvářích!

