

ČTR NAC TKA

ZÁKLADNÍ ŠKOLY, SPORTOVNÍ KLUBY
A NEZISKOVÉ ORGANIZACE



MĚSTSKÁ ČÁST
PRAHA 14

Vydává Městská část Praha 14
NEPRODEJNÉ

TIPY PRO VOLNÝ ČAS DĚTÍ
VE ŠKOLNÍM ROCE 2015/2016

Mgr. IRENA KOLMANOVÁ

NA PRÁCI SE TEĎ DÍVÁM JINÝMA OČIMA



Foto: archiv MČ Praha 14

„TĚŠÍM SE Z TOHO, KDYŽ SE NĚCO PODAŘÍ – TŘEBA USPOŘÁDAT NĚJAKOU PŘÍJEMNOU AKCI PRO LIDI NEBO FINANČNĚ PODPÓRIT SMYSLUPLNÝ PROJEKT. MÁ PRÁCE NA RADNICI JE RŮZNORODÁ A TO MĚ BAVÍ,“ ŘÍKÁ V ROZHOVORU PRO ČASOPIS ČTRNÁCTKA RADNÍ MGR. IRENA KOLMANOVÁ.

KOLIK DENNĚ VYPIJETE KÁVY?

To je základní otázka. Kávy vypiji denně tři, možná čtyři. Proč se ptáte?

PRÁCE RADNÍ, TO JE JEDNO JEDNÁNÍ ZA DRUHÝM, V TERÉNU I V KANCELÁŘI... A PRACOVNÍ SCHŮZKY A KÁVA TAK NĚJAK PATŘÍ K SOBĚ. NEBO SE MÝLÍM?

V mém běžném pracovním režimu je schůzek skutečně hodně. Kdybych ale měla na každé vypít šálek kávy, zřejmě by se mi o ní i zdálo. Piji jednu kávu ráno, druhou v poledne a třetí večer, na jednáních si dávám spíš vodu.

JAKO RADNÍ MÁTE NA STAROSTI MIMO JINÉ I OBLAST BEZPEČNOSTI, PODNIKÁNÍ, MEZINÁRODNÍ PROGRAM NA PODPORU VZÁJEMNÝCH VZTAHŮ RADNICE A VEŘEJNOSTI – TEDY MÍSTNÍ AGENDU 21 A OBLAST KULTURY, SPORTU A VOLNÉHO ČASU. CO JSTE SE ZA TEN TĚMĚŘ ROK VE FUNKCI NAUČILA?

Především jsem se musela naučit dívat se na práci jinými očima. Když člověk pracuje v soukromé firmě, v podstatě o všem rozhoduje sám, různé úkoly může řešit relativně rychle, není závislý na dalším institutu či organizaci. Na radnici je to z logiky věci úplně jiné. Nerozhodujeme o svém, ale o veřejném majetku, veřejných zájmech. A i to, že jsme ve vedení městské části, a ne samostatného města, nám výrazně svazuje ruce. Jsme závislí na Magistrátu hlavního města Prahy nebo na jiných institucích a spoustu věcí vůbec neovlivňujeme.

BYLO TO PRO VÁS PŘEKVAPENÍ?

Ano, bylo. Do doby, než jsem se stala radní, jsem například vůbec netušila, že je v městské části řada komunikací nebo zelených ploch, které jí nepatří, a o které se tudíž nemůže starat, i kdyby chtěla a měla na to peníze. Bylo by to v rozporu se zákonem.

JAK PRÁCI NA RADNICI VNÍMÁTE? BAVÍ VÁS?

Baví. Není horší ani lepší než má předchozí zaměstnání, je jen jiná. Je různorodá. Těším se z toho, když se něco podaří – třeba uspořádat nějakou příjemnou akci pro lidi nebo finančně podpořit smysluplný projekt.

MÁTE TŘI ŠKOLOU POVINNÉ SYNY. UŽ JSTE JIM S MUŽEM VYBRALI KROUŽKY PRO LETOŠNÍ ŠKOLNÍ ROK?

Co se týká kroužků, dva synové – prostřední a nejmladší – navštěvují kurzy sebeobrany Krav Maga na Lehovci. Chodili tam už loni, a protože je to baví, budou pokračovat. Jinak oba starší synové docházejí ještě do Domu dětí a mládeže na klavír a výtvarnou výchovu. A také hrají tenis.

SOUČÁSTÍ TOHOTO VYDÁNÍ ČTRNÁCTKY JSOU I TIPY NA VOLNOČASOVÉ AKTIVITY, KTERÉ NABÍZEJÍ MÍSTNÍ NEZISKOVÉ ORGANIZACE A ZÁKLADNÍ ŠKOLY. PLÁNUJETE TAM HLEDAT JEŠTĚ DALŠÍ INSPIRACI?

Nabídku si určitě projdu, a to nejen jako radní, ale zejména jako máma. Co mě zaujme, doporučím známým, ovšem pro naše kluky už žádné nové kroužky neplánujeme. Mimoškolních aktivit mají dost a my bychom chtěli, aby jim zbyl nějaký čas pro sebe a samozřejmě také na přípravu do školy.

MAJÍ DĚTI V PRAZE 14 DOSTATEK PROSTORU K MIMOŠKOLNÍMU VYŽITÍ, NEBO V TOMTO OHLEDU VNÍMÁTE REZERVY?

Řekla bych, že nabídku tu máme poměrně pestrou. Co si však myslím, že by bylo třeba rozvíjet, je prostor pro neorganizované činnosti. Sportoviště, plácky či jiné bezpečné zelené plochy, kde by si mohli třeba rodiče s dětmi zajezdit na kole, házet frisbee, zahrát si badminton... Bohužel vyčleňování takových ploch je složitější, protože městská část vlastní jen minimum pozemků, které by bylo možné pro tyto účely využít.

ZŮSTANEME U NEZISKOVÝCH ORGANIZACÍ, PROTOŽE SOUČÁSTÍ VAŠÍ PRÁCE JE Z TITULU MÍSTNÍ AGENDY 21 I SPOLUPRÁCE S NIMI. V ČEM SPOČÍVÁ?

I díky zpětné vazbě mohu říci, že spolupráce radnice s místními neziskovými

organizacemi je na velice dobré úrovni, a to i v porovnání s ostatními městskými částmi. Každoročně pořádáme jedno velké setkání se zástupci neziskového sektoru, na kterém přichází informujeme o dotačních možnostech, diskutujeme o tom, jak jejich organizace propagovat, ale také o dalším rozvoji naší vzájemné spolupráce. Jinak individuální kontakt s nimi je samozřejmě celoroční, protože si plně uvědomujeme jejich důležitost pro kvalitní život v naší městské části.

VELKOU KAPITOLOU, KTERÁ ROVNĚŽ SPADÁ DO VAŠÍ GESCE A ČÁSTEČNĚ SOUVISÍ I S NEZISKOVÝMI ORGANIZACEMI, JE KOMUNITNÍ ŽIVOT V PRAZE 14. CO RADNICE PRO KOMUNITU DĚLÁ A CO OD NICH OČEKÁVÁ?

Chceme, aby se lidé zajímali o život ve svém okolí, vytvářeli sousedské a přátelské vztahy, aby se sami zapojovali do nápravy toho, co se jim nelíbí – ať už péčí o nejbližší okolí jejich domů nebo třeba organizací vlastní společenské, sportovní či kulturní akce. Radnice jim k tomu vychází jednoznačně vstříc. Například umožňuje zapůjčení inventáře nezbytného pro jejich pořádání. Jednou z dalších aktivit je pak i činnost komunitních koordinátorů, kteří aktivizují jednotlivé komunity a zároveň se snaží o jakýsi komunikační můstek mezi nimi a radnicí.

NĚKOLIKRÁT ZDE BYL ZMÍNĚN PROGRAM MÍSTNÍ AGENDY 21. MŮŽETE V KRÁTKOSTI POPSAT, O CO JDE A JAKÝ MÁ AGENDA PŘÍNOS PRO OBČANY?

Jedná se o mezinárodní program, jehož hlavním cílem je co největší účast občanů na veřejném dění. Ať už formou rozvoje komunitního života nebo formou zapojení do rozhodovacích procesů v rámci veřejných jednání, veřejných fór či kulatých stolů. Zároveň se jedná i o jakousi formu veřejné kontroly, protože radnice je díky této své aktivitě povinna občanům skládat „účty“. To pravidelně

děláme právě na veřejném fóru naší městské části.

VE VAŠÍ GESCI JE TAKÉ PODPORA PODNIKÁNÍ. CO V TÉTO OBLASTI PLÁNUJETE NOVÉHO?

Rádi bychom do budoucna propojili podnikatelský sektor s tím neziskovým, zatím hledáme vhodný způsob. Plánujeme zorganizovat setkání s podnikateli, s nimiž se budeme bavit o tom, zda by toto propojení vnímali jako prospěšné. Ať už by šlo o propojení formou nabídky práce nebo třeba o pořádání kulturních a společenských akcí, na nichž by se obě skupiny mohly prezentovat.

NA ZÁVĚR SE POBAVME O OBLASTI BEZPEČNOSTI, KTEROU MÁTE JAKO RADNÍ ROVNĚŽ NA STAROSTI. BOJÍTE SE NĚKDY, KDYŽ VYJDETE PO SETMĚNÍ Z DOMU?

Strach má občas asi každý a zažívá ho na různých místech. Někdo při cestě setmělým městem, někdo třeba na Šumavě v lese, kde se pravděpodobnost, že narazíte na násilníka, limitně blíží nule. A o tom to je. Oblast bezpečnosti, to nejsou jen statistiky kriminality, které říkají, že situace v Praze 14 není v tomto ohledu nijak dramatická, ale je to i pocit bezpečí. A to je čistě subjektivní záležitost. Musím přiznat, že osobně a i jako máma vnímám, že nejen v Praze 14 je v tomto ohledu stále co zlepšovat.

JAK SE TEDY SNAŽÍTE BEZPEČNOST V MĚSTSKÉ ČÁSTI ZVYŠOVAT?

Intenzivně spolupracujeme s městskou a státní policií – mimo jiné maximálně podporujeme náborovou kampaň, která má pomoci s akutním nedostatkem strážníků. Pracujeme také s dětmi a mládeží, zejména cestou různých preventivních programů. Kromě toho monitorujeme drogovou scénu a nezapomínáme ani na prevenci v oblasti kyberšikany a bezpečného chování na internetu.

(red)

Mgr. Irena Kolmanová

- V Praze 14 (Hloubětíně) žije od roku 2000.
- Vystudovala Univerzitu Jana Amose Komenského v Praze, obor vzdělávání dospělých.
- Od podzimu roku 2014 pracuje jako radní MČ Praha 14. V její gesci jsou tyto oblasti: kultura, sport a volný čas, místní Agenda 21, výstavba a podpora podnikání, bezpečnost.
- Je vdaná, má tři syny (7, 10 a 12 let).

Název a adresa organizace:

PLECHÁRNA ČERNÝ MOST

Sportovní a volnočasové centrum na sídlišti Černý Most / www.plecharnacernymost.cz

PLECHÁRNA

INFO O ORGANIZACI

Plechárna Černý Most je lokální komunitní, volnočasové a sportovní centrum, které po rekonstrukci v sezoně 2014/2015 rozšiřuje svou působnost především o zázemí pro široké spektrum sportovních aktivit. Součástí projektu jsou dvě víceúčelové

volnočasové haly, hudební zkušebny, klubovna, kavárna, komunitní zahrada, veranda ve veřejném prostoru. Plechárna Černý Most je místem pro setkávání a vznik aktivit, které pomáhají celkovému oživení sídliště Černý Most. **Informace o nabídce volnočasových aktivit sledujte na www.plecharnacernymost.cz a na [FB/plecharnacernymost](https://www.facebook.com/plecharnacernymost).**

Název a adresa organizace:

KULTURNÍ DŮM KYJE

Šimanovská 47, Praha 9

Kontaktní osoba	Jaroslav Krams
Telefon	731 028 063
E-mail	j.krams@seznam.cz
Webová adresa	www.modellode.websnadno.cz

CO: LODNÍ MODELÁŘI (J. Krams)

KDY: 1x týdně středa, 17.00–19.00 hod.

KDE: Vzhledem k výhodné poloze u Kyjského rybníka lze zkusit modely přímo na vodě.

Cílová skupina: vhodné pro děti od 8 let i dospělé

Zápis: celoročně

Kontaktní osoba	Ing. Miroslav Brožovský
Telefon	284 826 566, 722 941 890
E-mail	mbrozovsky@volny.cz
Webová adresa	http://astra-praha.cz

CO: TANEČNÍ KURZY (Astra Praha)

KDY: 1x týdně

KDE: KD Kyje

Cílová skupina: vhodné pro mládež i dospělé

Kontaktní osoba	Mgr. Petra Novotná
Telefon	777 180 240
E-mail	info@alles-klar.cz
Webová adresa	www.alles-klar.cz

CO: JAZYKOVÉ KURZY (Alles klar)

KDY: 1x týdně, kurzy probíhají v malých skupinkách

KDE: KD Kyje

Cílová skupina: kurzy pro děti i pro dospělé

Kontaktní osoba	Tereza Bernardová
E-mail	terezab@inspiraldance.net
Webová adresa	http://www.inspiraldance.cz/

CO: IRSKÉ TANCE

KDY: 1x týdně, každé úterý 16.15–17.30 hod.

KDE: KD Kyje

Cílová skupina: pro děti ve věku 7–14 let

Kontaktní osoba	Monika Oswaldová
Telefon	607 257 867
E-mail	monika@judoprodeti.cz
Webová adresa	www.alles-klar.cz

CO: JUDO PRO DĚTI

KDY: vždy v pondělí a ve čtvrtek

KDE: KD Kyje

Cílová skupina: pro děti od 3 let, nábor nových členů od 22. 9.

Cena: 1700 Kč/pololetí (1x týdně)

Kontaktní osoba	Simona Chaloupková
Telefon	777 068 344
E-mail	simona.chaloupka@hotmail.com

CO: KURZY ŠITÍ

KDY: 1x týdně/čtvrtletně, čtvrtek 18.00–19.30 hod.

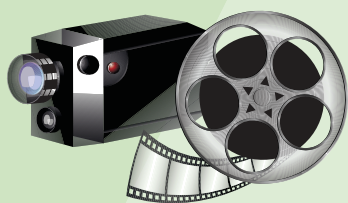
Začátek kurzu: 1. 10. 2015

KDE: KD Kyje

Cílová skupina: pro začátečníky i pokročilé (i cizinci s AJ)

Cena: 300 Kč/1 lekce (11 lekcí – 1. lekce zdarma)

Telefon	604 171 064
Webová adresa	www.elfdream.info



CO: PŘED/ZA KAMEROU (Filmová a TV škola)

OBORY: herectví pro film, tv a divadlo, produkce, režie, scenáristika, střih, animace, efekty

KDY: pátek 15.00–18.00 hod. mladší žáci, neděle 10.00–13.30 hod. starší žáci

CASTING/KONKURZ: pátek a neděle 14.00–15.00 hod. (jiný termín je možný po domluvě)

KDE: KD Kyje

Cílová skupina: kurz je pro děti, mladé i dospělé

Název a adresa organizace:

CENTRUM SLUNEČNICE, O. P. S.

Maňákova 745/13, Praha 9 – Černý Most

Kontaktní osoba	Mgr. Lucie Kádnerová
Telefon	777 219 162
E-mail	lucie.kadnerova@slun.cz
Webová adresa	www.slun.cz



INFO O ORGANIZACI

Organizace se zabývá zaměstnáváním a vzděláváním lidí se zdravotním postižením, pořádáním kulturních akcí pro veřejnost a realizací volnočasových aktivit pro dospělé (výtvarný a keramický ateliér,

bowlingový klub). Pro předškolní děti organizace pořádá kroužek zpívánek. Probíhá pod vedením profesionální učitelky hudby a zpěvu.

POPIS AKTIVIT

CO: ZPÍVÁNKY V MAŇÁNĚ – Zpívání a pohybování v rytmu dětských písniček Marie Kozákové

KDY: každý čtvrtek 17.15–18.15 hod.; první setkání je 17. 9.

KDE: volnočasový ateliér za kavárnou Maňána; Maňákova 745, Praha 9 – Černý Most

Cílová skupina: 3–6 let

Cena: podle počtu dětí, max. 120 Kč/hodina

Název a adresa organizace:

CENTRUM VOLNÉHO ČASU

Kučerova 768/14, Praha 9 – Černý Most

Kontaktní osoba	Kateřina Chvátalová
Telefon	603 249 427
E-mail	katachvatalova@seznam.cz
Webová adresa	www.centrum14.cz



INFO O ORGANIZACI

Centrum volného času je rodinné centrum, které je zaměřeno na práci s dětmi ve věku od 1,5 roku formou miniškoličky, kroužků, dětské herny, příměstských táborů a jiných volnočasových aktivit. Dále nabízí logopedický program, spoluprací se základními školami formou workshopů, charitativní akce, jazykové programy pro cizince, zprostředkování prodeje oblečení aj. Pravidelně se tu konají akce podporující vzdělání v oblasti dopravní bezpečnosti a ekologie.

POPIS AKTIVIT

Co: JARNÍ A PODZIMNÍ EKOHRÁTKY – třídíme odpad, chráníme životní prostředí, soutěže

KDY: 9. 10. 2015 a 22. 4. 2016, 9.00–12.00 a 15.00–18.00 hod.

KDE: Centrum 14 a jeho okolí

Cílová skupina: 0–99 let

Cena: zdarma, vstupné dobrovolné

CO: VÁNOČNÍ A VELIKONOČNÍ VĚNCE – Výroba vánočních a velikonočních věnců či jiných ozdob

KDY: 27. 11. 2015 a 11. 3. 2016 od 16.00 hod.

KDE: Centrum 14

Cílová skupina: 8–99 let, mladší děti v doprovodu rodičů

Cena: 130 Kč

CO: MIKULÁŠSKÁ BESÍDKA A KARNEVAL – Soutěže, hry, zpěv, mikulášská besídka, karneval

KDY: 4. 12. 2015 od 15.00 hod.

KDE: Centrum 14

Cílová skupina: doporučený věk od 2,5 let

Cena: 70 Kč, v ceně balíček, malé občerstvení

CO: PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY – Sport, turistika, tvoření, zábava

KDY: jarní prázdniny pro Prahu 9, červenec a srpen 2016

KDE: Centrum 14 a jeho okolí

Cílová skupina: od 3 let

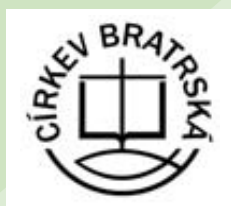
Cena: 1600 Kč/tábor

Název a adresa organizace:

CÍRKEV BRATRSKÁ

pracoviště Černý Most – Generála Janouška 1060

Kontaktní osoba	Mgr. Pavel Trefný
Telefon	775 024 742
E-mail	pavel.trefny@cb.cz
Webová adresa	www.cb.cz/rajska.zahrada



INFO O ORGANIZACI

Organizace podporuje komunitní život, pomáhá potřebným, podporuje děti a rodiny, pořádá zájmové kroužky – skaut a angličtina, pořádá preventivní přednášky na školách, organizuje dětské dny, soustředění gospelového zpěvu, koncerty, výlety...

POPIS AKTIVIT

CO: KŘESŤANSKÝ SKAUT ROYAL RANGERS – skautský oddíl – sporty, hry, znalosti, odbornost, parta, bible

KDY: každé úterý 16.00–18.00 hod.

KDE: PTH, Stoliňská 2502/41B, Praha 9

Cílová skupina: 6–14 let

Cena: 600 Kč/pololetí (při více sourozencích nebo potřebnosti sleva)

CO: ANGLICKÝ KLUB – konverzační angličtina s Američany pro náctileté – hry, diskuse

KDY: každou středu 16.30–18.00 hod.

KDE: Plechárna

Cílová skupina: 13–18 let

Cena: dobrovolný příspěvek 20 Kč/setkání

Název a adresa organizace:

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE PRAHA 9

Stoliňská 2502/41B, Praha 9 – Černý Most

Kontaktní osoba	Tamara Čermáková
Telefon	734 134 020
E-mail	tamara.cermakova@ddmpraha9.cz
Webová adresa	www.ddmpraha9.cz



INFO O ORGANIZACI

Dům dětí a mládeže Praha 9 je středisko volného času. Vyplňuje volný čas dětí, mládeže, sociálních skupin a dospělých ve vzdělávacích, uměleckých, technických, sportovních a přírodovědných oblastech. Nabízí široký výběr zájmových kroužků, jednorázových akcí i táborů. Celou nabídku naleznete na webových stránkách. Přihlašování do kroužků již nyní.

POPIS AKTIVIT

CO: DĚDÉMÁCKÝ VOTVÍRÁK – Přijď, vyzkoušej, porovnej a najdi kroužek, který tě nejvíc zaujme, a rovnou se do něj přihlas.

KDY: 7. 9. 2015 16.00–19.00 hod.

KDE: DDM Praha 9, Generála Janouška 1060, zahrada

Cílová skupina: od 3 let až po dospělé, rodiny s dětmi

Cena: zdarma

CO: BABÍ LÉTO NA OLYMPU – Vydej se na Olymp, plň božské úkoly i ryze olympijské disciplíny. Medaile čeká přímo na tebe!

KDY: 17. 9. 2015 16.00–19.00 hod.

KDE: DDM Praha 9, Generála Janouška 1060, zahrada

Cílová skupina: od 3 let až po dospělé, rodiny s dětmi

CO: 11. NAROZENINOVÁ ZAHRADNÍ PÁRTY – Velkolepá oslava, soutěže a hry, skákací hrad, narozeninový muffin, a to vše za doprovodu veselého klauna.

KDY: 4. 10. 2015 14.00–19.00 hod.

KDE: DDM Praha 9, Generála Janouška 1060, zahrada

Cílová skupina: od 3 let až po dospělé, rodiny s dětmi

Cena: zdarma

CO: CENTRUM PRO PŘEDŠKOLNÍ DĚTI – Vstřícné a příjemné prostředí, kde na děti čekají hry, básničky i pohádky, výtvarné i pohybové aktivity, grafomotorická a logopedická cvičení.

KDY: začínáme 1. 9. 2015, denně 8.00–13.00 hod.

KDE: DDM Praha 9, Generála Janouška 1060, zahrada

Cílová skupina: 3–6 let

Cena: 1000 Kč/měsíc

Název a adresa organizace:

DĚTSKÉ STUDIO POHÁDKA, Z. S.

Bobkova 777, Praha 9 – Černý Most

Kontaktní osoba	Jitka Šindelářová
Telefon	739 03 44 35
E-mail	jit.sindelarova@seznam.cz
Webová adresa	www.pohadka-praha14.cz



INFO O ORGANIZACI

Dětské studio Pohádka se zaměřuje na děti předškolního a mladšího školního věku. Provozuje dopolední školičku a odpolední kroužky a večerní cvičení pro dospělé. Dále nabízí jednorázové akce pro celé rodiny. Přesné rozvrhy a další aktivity

jsou na webových stránkách organizace.

POPIS AKTIVIT

CO: DOPOLEDNÍ ŠKOLIČKA POHÁDKA

Malý kolektiv do 10 dětí vede zkušená lektorka.

KDY: po–pá 8.00–12.00 hod.

KDE: Dětské studio Pohádka

Cílová skupina: 2–6 let

Cena: 140–200 Kč/den

CO: TANEČNÍ A POHYBOVÉ STUDIO ČM

Vyučujeme scénický a lidový tanec a základy klasického tance.

KDY: po, st, čt odpoledne

KDE: Dětské studio Pohádka

Cílová skupina: 4–13 let

Cena: 1170–2000 Kč/pololetí

CO: SPORTOVNÍ KROUŽKY

Sportík pro kluky, Pilates pro děti

KDY: út odpoledne

KDE: Dětské studio Pohádka

Cílová skupina: 4–12 let

Cena: 1170 Kč/pololetí

CO: VÝTVARNÉ KROUŽKY

Malované zpívánky, Výtvarné hrátky

KDY: st odpoledne

KDE: Dětské studio Pohádka

Cílová skupina: 4–8 let

Cena: 1170–1350 Kč/pololetí

Název a adresa organizace:

JAHODA, O. P. S.

Vybíralova 969/2, Praha 9 – Černý Most

Kontaktní osoba	Lucie Pražáková
Telefon	775 674 094
E-mail	lucie.prazakova@jahoda.cz
Webová adresa	www.jahoda.cz



INFO O ORGANIZACI

JAHODA, o. p. s., je nezisková organizace, která nabízí své aktivity dětem, mladým lidem, rodinám

i veřejnosti, kteří žijí na Černém Mostě. Jahoda dále poskytuje sociální služby pro děti a mladé lidi, provozuje rodinné centrum a mateřskou školku. Bližší informace o všech aktivitách najdete na webu: www.jahoda.cz.

POPIS AKTIVIT

CO: TANEČNÍ HRÁTKY Rodinného centra Jahůdka

Taneční kroužek rozvíjí pohybové dovednosti dětí.

KDY: každý pátek 10.00–11.00 hod.

KDE: Jahoda, o. p. s.

Cílová skupina: pro rodiče s dětmi od 1,5 roku do 6 let

Cena: informace o ceně uvedeny na webových stránkách

CO: JAHŮDKOVÉ JESLIČKY

Celodenní profesionální péče o děti od 1 roku.

KDY: od pondělí do pátku 8.00–16.00 hod, po dohodě 7.00–17.00 hod. (rezervaci a odhlašování míst v Jesličkách je nutné provést u Diany Durdilové na tel.: 777 674 060, vždy do 18.00 hod předchozího dne). Do jesliček můžete dítě zapisovat nepravidelně.

KDE: Jahoda, o. p. s., Vybíralova 969/2, Praha 9 – Černý Most

Cílová skupina: pro děti od 1 roku

Cena: informace o ceně uvedeny na webových stránkách: www.jahoda.cz/jahudkove-jeslicky

CO: NÍZKOPRAHOVÝ KLUB JAHODA

Otevřený klub pro děti, doučování, hry, zábava.

KDY: každé pondělí, úterý a čtvrtek od 14.00 do 19.00 hod.

KDE: Jahoda, o. p. s., Vybíralova 969/2, Praha 9 – Černý Most

Cílová skupina: děti od 6 do 14 let, které žijí nebo tráví čas na Černém Mostě

Cena: zdarma

CO: NÍZKOPRAHOVÝ KLUB DŽAGODA

Otevřený klub, kulečnický, fotbalový, poradenství.

KDY: po, út, st, čt 15.00–19.00 hod.

KDE: Jahoda, o. p. s., Vybíralova 969/2, Praha 9 – Černý Most

Cílová skupina: mladí lidé 13–26 let

Cena: zdarma

Název a adresa organizace:

ZÁKLADNÍ ŠKOLA GENERÁLA JANOUŠKA

Gen. Janouška 1006, Praha 9 – Černý Most

Kontaktní osoba	Mgr. Jaroslava Budilová
Telefon	281 912 168
E-mail	info@zsgenjanouska.cz
Webová adresa	www.zsgenjanouska.cz



CO: ŠKOLNÍ DRUŽINA – softbal, šikovné ručičky, dramatický kroužek, keramika, výtvarný kroužek, míčové hry

KDY: kroužky probíhají od října do května v odpoledních hodinách (15.00–17.00 hod.)

KDE: budova ZŠ Gen. Janouška

Cílová skupina: 0.–5. roč. (jen pro žáky zapsané do ŠD)

Cena: 50 Kč/měsíc

Kontaktní osoba	Marie Růžičková
Telefon	777 133 639
E-mail	info@krouzky.cz
Webová adresa	www.krouzky.cz

dítěte. Přesné termíny kroužků a elektronická přihláška budou od 1. září na www.krouzky.cz.

CO: KROUŽKY – sportovní hry, moderní gymnastika, atletika, kin-ball, stolní tenis, gumíčkování, florbal, angličtina s rodilým mluvčím...

KDY: přesné termíny a ceny budou zveřejněny začátkem září na www.krouzky.cz a www.zsgenjanouska.cz

KDE: budova ZŠ Gen. Janouška

Cílová skupina: 0.–9. roč.



KROUŽKY, školské zařízení

Školské zařízení Kroužky již 16 let organizuje zájmové kroužky v mateřských a základních školách. Vyškolení lektori vedou děti kamarádkou a zábavnou formou podle odborné metodiky. Rodičům po každém kroužku přijde e-mailem zpráva o činnosti

Kontaktní osoba	Oldřich Machač
Telefon	605 528 566
E-mail	oldrich.machac@email.cz

Asociace turistických oddílů mládeže – TOM 50099

CO: BOJOVÉ UMĚNÍ

KDY: pondělí 16.00–17.00 hod.

KDE: tělocvična ZŠ Gen. Janouška

Cílová skupina: 0.–5. ročník

Kontaktní osoba	Helena Znamenáčková
E-mail	heznam@seznam.cz
Webová adresa	www.tretra.org

mém terénu za pomoci mapy a buzoly, sportovištěm je příroda. O úspěchu závodníka rozhoduje kombinace správného uvažování a rychlého běhu.

CO: ORIENTAČNÍ BĚH

KDY: pondělí 17.30–19.00 hod.

KDE: ZŠ Gen. Janouška

Cílová skupina: 6 a více let (různé tréninkové skupiny)

Cena: 2800 Kč [kromě tréninků zahrnuje cena dopravu a startovné na víkendových závodech, registraci u ČSOS]



Klub OB TRETRA Praha – Střížkovská 549, 190 00 Praha 9

KOB Tretra Praha působí na severovýchodě Prahy již několik desítek let. Orientační běh je moderní sportovní odvětví založené na orientaci v nezná-

Kontaktní osoba	Jaroslava Šmejkalová
Telefon	725 725 073
E-mail	organizace@ivalangerova.cz
Webová adresa	www.ivalangerova.cz

TANEČNÍ ŠKOLA Ivy Langerové

Taneční škola nabízí kurzy společenského tance pro děti od 6 do 15 let. Tančíme v sólové podobě latinskoamerické a standardní tance.

CO: KURZY SPOLEČENSKÉHO TANCE

KDY: pátek 13.30–14.30 hod.

KDE: ZŠ Gen. Janouška

Cílová skupina: 6–15 let

Název a adresa organizace:

JUNÁK - ČESKÝ SKAUT, STŘEDISKO POLARIS PRAHA, Z. S. , 35. ODDÍL PRÁČATA

Klubovna oddílu je na stadionu TJ Slavoj Hloubětín pod ZŠ Hloubětínská 700.
Klubovna nemá číslo popisné

Kontaktní osoba	Milan Čečrdle, Jakub Kara
Telefon	774 139 509, 731 108 106
E-mail	milancecirdle@seznam.cz
E-mail	jakub.kara@gmail.com
Webová adresa	www.pracata.cz



INFO O ORGANIZACI

35. oddíl Práčata je skautský oddíl pro chlapce od 8 do 11 let (vlčata) a od 11 do 14 let (junáci). Nabízí tradiční skautský program: schůzky, výlety do přírody, letní tábor. Program je všestranný, obsahuje množství her, praktických činností i společenskou výchovu.

POPIS AKTIVIT

Co: VLČATA

schůzky v klubovně, 2x za měsíc výlety do přírody

KDY: schůzky úterý, středa nebo čtvrtek 17.00–19.00 hod.

KDE: klubovna na stadionu TJ Slavoj Hloubětín

Cílová skupina: chlapci 8–11 let

Co: JUNÁCI

schůzky v klubovně, 2x za měsíc výlety do přírody

KDY: schůzky středa nebo čtvrtek 17.00–19.00 hod.

KDE: klubovna na stadionu TJ Slavoj Hloubětín

Cílová skupina: chlapci 11–14 let

Název a adresa organizace:

PIONÝR, Z. S. – 93. PIONÝRSKÁ SKUPINA ORION

Kpt. Stránského 994, Praha 9 – Černý Most

Kontaktní osoba	Jana Jandová
Telefon	724 204 037
E-mail	vydricka@gmail.com
Webová adresa	www.93-oddilorion.wbs.cz



INFO O ORGANIZACI

Turistický oddíl Orion pro děti od 6 let nabízí kromě pravidelných schůzek v klubovně také jednodenní výlety do okolí Prahy, víkendové a prázdninové akce i zimní a letní tábory. Zaměřuje se na turistiku, hry, přírodu a památky.

POPIS AKTIVIT

CO: SCHŮZKY ODDÍLU ORION – kolektivní hry, turistické disciplíny

KDY: každé pondělí 16.00–18.00 hod.

KDE: klubovna – Kpt. Stránského 994

Cílová skupina: 6–14 let

CO: KLUB ŠIKULKY – korálkování a jiné techniky podle zájmu

KDY: 1x za 14 dní čtvrtek 16.00–18.00 hod. (termíny na webu)

KDE: klubovna – Kpt. Stránského 994

Cílová skupina: od 8 let

CO: KLUB MAGIC – pro příznivce fantasy karetní hry – volnočasová herna

KDY: 1x za 14 dní ve čtvrtek – termíny na webu oddílu

KDE: klubovna – Kpt. Stránského 994

Cílová skupina: od 8 let

Název a adresa organizace:

ŠKOLA SKATEBOARDINGU ČM – 3B SPORTS, Z. S.

Bryksova 1002, Praha 9 – Černý Most

Kontaktní osoba	Jan Bašný
Telefon	734 766 032
E-mail	honza.basny@gmail.com
Facebook	www.facebook.com/skateboardskola

INFO O ORGANIZACI

Škola skateboardingu nabízí výuku tohoto moderního a oblíbeného sportu. Je určena pro všechny věkové kategorie. Tréninky dvakrát týdně, v úterý a ve čtvrtek 16.00–17.00 hod.

Název a adresa organizace:

KOMUNITNÍ CENTRUM MOTÝLEK

Sdružení na pomoc dětem s handicapem, z. ú., Vlčkova 1067, Praha 9 – Černý Most

Kontaktní osoba	Hana Urbanová, ředitelka
Telefon	777 967 764
E-mail	urbanova@motylek.org
Webová adresa	www.motylek.org



Komunitní
centrum
motýlek

INFO O ORGANIZACI

Komunitní centrum Motýlek vytváří pro děti se zdravotním i sociálním handicapem smysluplný

a zároveň zábavný program. Rozvíjí jejich dovednosti, aby byly v dospělosti co nejsamostatnější, a zároveň je provází dětstvím tak, aby ho prožily radostně a pokud možno stejně jako jejich vrstevníci. Odborné služby zde poskytované jsou určeny i jejich rodičům. Více na www.motylek.org.

POPIS AKTIVIT

CO: NÍZKOPRAHOVÝ KLUB PACIFIC – Nabízí odbornou pomoc při řešení různých životních těžkostí, ale i pestrou nabídku „volnočasových aktivit“, které mají např. rozvojový charakter.

KDY: pondělí a středa 16.00–20.00 hod., úterý, čtvrtek, pátek 14.00–18.00 hod.

KDE: NZDM Pacific – Vlčkova 1067, Praha 9 – Černý Most, v blízkosti stanice metra Rajská zahrada

Cílová skupina: sociálně znevýhodněné děti a mládež ve věku od 6 do 22 let

Cena: Všechny služby Pacificu jsou zcela zdarma!

CO: PROJEKT „PODPORA RODIN v náročné životní situaci ve spolupráci s OSPOD“. Tato preventivní služba je určena rodinám s cílem udržení dětí v přirozeném

sociálním prostředí, zamezení prohlubování problémů v rodinách, posílení kompetencí rodičů v jejich zvládnutí, ale i vyrovnání příležitostí dětí ze sociokulturně znevýhodněných rodin. Mezi jeho aktivity náleží asistence při péči o děti, dopolední školička, pomoc se školní přípravou (doučování), poradenství, tvůrčí dílny.

KDY: Školička pondělí–čtvrtek 9.00–11.45 hod. (poradenství rodičům a individuální práce s dětmi se domlouvá dle možností rodin)

KDE: KC Motýlek – Vlčkova 1067, Praha 9 – Černý Most, v blízkosti stanice metra Rajská zahrada

Cílová skupina: Školička od 2,5 do 7 let, další aktivity jsou pro rodiny s dětmi do 15 let ohrožené sociálním vyloučením

Cena: Služby projektu jsou zdarma!

CO: SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBA PRO RODINY S DĚTMI

Tato registrovaná sociální služba je určena rodinám s dětmi, které nemají naplněné své základní potřeby a u kterých je vývoj dětí ohrožen v důsledku dopadů dlouhodobě krizové sociální situace. Spočívá především v terénní práci – podpoře rodin v jejich domácnostech, individuální práci s jejich členy.

KDY: provozní doba ambulantní formy poskytování SAS pondělí 9.00–12.00 hod., středa 14.00–17.00 hod. (provozní doba terénní formy poskytování SAS viz registr poskytovatelů soc. služeb)

KDE: KC Motýlek – Vlčkova 1067, Praha 9 – Černý Most, v blízkosti stanice metra Rajská zahrada, a dále domácnosti klientů, doprovody klientů při řešení jejich situace

Cílová skupina: rodiny s dětmi bez omezení věku

Cena: Služby poskytujeme zdarma!



centrum
denních
služeb



nízkoprahový
klub pacific



podpora
rodin
sanace



sociálně
aktivizační
služba

Název a adresa organizace:

SDRUŽENÍ NA POMOC DĚTEM S HANDICAPY, Z. Ú.

Komunitní centrum Motýlek – Centrum denních služeb, Vlčkova 1067, Praha 9, ČM

Kontaktní osoba	Vladimír Jelen
Telefon	777 964 763
E-mail	jelen@motylek.org
Webová adresa	www.motylek.org

INFO O ORGANIZACI

Centrum denních služeb v KC Motýlek poskytuje sociální služby dětem s postižením formou mnoha individuálních i skupinových aktivit. Pomáhá jim smysluplně využít volný čas a získat potřebné dovednosti k tomu, aby v dospělosti

potřebovaly co nejmenší míru podpory. Více informací na www.motylek.org.

POPIS AKTIVIT

CO: SPORTOVNÍ KLUB – rozvoj pohybových dovedností, hr. motorika, sportovní hry

KDY: středa 14.00–17.00 hod.

KDE: KC Motýlek

Cílová skupina: 5–19 let

Cena: 50 Kč/30 minut

CO: KLUB PRO ROZVOJ SOCIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ
– rozvoj komunik. dovedností zábavnou formou hry

KDY: pondělí 14.30–16.00 hod.

KDE: KC Motýlek

Cílová skupina: 8–19 let

Cena: 50 Kč/30 minut

CO: INDIVIDUÁLNÍ PRÁCE – SEBEOBSLUHA

– získávání dovedností potřebných pro běžný život

KDY: individuálně dle domluvy během celého týdne

KDE: KC Motýlek

Cílová skupina: 5–19 let

Cena: 50 Kč/30 minut

CO: OSTATNÍ AKTIVITY – canisterapie, keramika, plavání, muzikoterapie, aj.

KDY: dle druhu aktivity nebo dle domluvy

KDE: KC Motýlek

Cílová skupina: 5–19 let

Cena: 50 Kč/30 minut

Název a adresa organizace:

MATEŘSKÉ CENTRUM KLUBÍČKO YMCA PRAHA

Vlčkova 1067, Praha 9

Kontaktní osoba	Mgr. Lucie Pernicová
Telefon	608 917 710
E-mail	klubicko.ymca@seznam.cz
Webová adresa	www.mcklubicko.cz
Facebook	www.facebook.com/mcklubickoymca



INFO O ORGANIZACI

MC Klubíčko je zaměřeno na podporu rodiny. Pořádá pravidelné i jednorázové akce, poradenství a konzultace, programy zaměřené na spolupráci a komunikaci rodičů a dětí, vzdělávací

programy a cvičení. Nabízí prostornou hernu s kuličkovým bazénkem a množstvím hraček. Více informací naleznete na webu MC.

POPIS AKTIVIT

CO: ŠIKULKA – příprava na vstup do MŠ, individuální přístup, přihl. nutné

KDY: úterý 8.15–12.15 hod.

KDE: MC Klubíčko – Vlčkova 1067

Cílová skupina: děti od 2,5 let bez přítomnosti rodičů

Cena: 150 Kč/dopoledne

CO: HLÍDACÍ HERNÍČKA – individuální přístup, pobyt venku, přihlášení nutné

KDY: čtvrtek 8.15–11.30 hod., pátek 9.00–12.00 hod.

KDE: MC Klubíčko – Vlčkova 1067

Cílová skupina: děti od 1 roku bez přítomnosti rodičů

Cena: 150 Kč/dopoledne

CO: POHYBOVÉ HRY PRO RODIČE S DĚTMI – 4 skupiny dle věku, podpora psychomotorického vývoje

KDY: pondělí 12.50–16.00 hod., začátek cvičení podle zařazení do konkrétní skupiny

KDE: MC Klubíčko – Vlčkova 1067

Cílová skupina: děti od 3 měsíců do 3 let s rodiči

Cena: 980 Kč – formou předplatného (září–prosinec)

CO: HERNY S PROGRAMEM A VOLNÉ HERNY

Vstup bez přihlášení. Dobrovolná účast na programu.

KDY: po, st, pá 9.00–12.00 hod., v zimním období út 15.00–17.30 hod.

KDE: MC Klubíčko – Vlčkova 1067

Cílová skupina: děti 0–6 let s rodiči

Cena: 50 Kč/rodina za dopoledne



Název a adresa organizace:

ZKUSEBNY.COM

Orebitská 5, Praha 3

Kontaktní osoba	David Vlček
Telefon	774 077 927
E-mail	zkusebny@zkusebny.com
Webová adresa	www.zkusebny.com



INFO O ORGANIZACI

Zkusebny.com vytvářejí prostory pro kreativní a kulturní činnost. Zkušebna

je místo, kam může kdokoliv přijít a volně tvořit. Zkusebny.com nabízí hudební či divadelní zkusebny, taneční a pohybové sály, ateliéry či jakékoliv další prostory pro vaši tvorbu, setkávání či kroužkovou činnost. Pokud hledáte

prostory pro vaše aktivity, pak Zkusebny.com jsou pro vás to pravé. Zkušebny jsou nabízeny vybavené sdílené i nevybavené nesdílené.

POPIS AKTIVIT

CO: ZKUŠEBNY – volnočasové kreativní centrum, prostory pro tvůrčí činnost. Hledáte prostor pro vaši kreativní činnost? Potřebujete zkoušet, scházet se, místo pro váš kroužek? Pak navštivte Zkusebny.com.

KDY: nonstop

KDE: dle dohody, Zkusebny.com nabízejí více než 50 místností

Cílová skupina: bez rozdílu věku

Cena: od 10 Kč/hodina

Název a adresa organizace:

NEPOSEDA

Šimanovská 47, Praha 9

Kontaktní osoba	Mgr. Ivana Štefková, ředitelka
Telefon	739 491 640
E-mail	ivana@neposeda.org
Webová adresa	www.neposeda.org



INFO O ORGANIZACI

Do okrajových částí Prahy se často jezdí jen bydlet. K tomu,

aby se tam dalo také dobře žít, vznikla nezisková organizace Neposeda, která je hybnou silou komunitního života na východním okraji Prahy. Před čtrnácti lety tento počín vzbuzoval rozpaky, dnes vzbuzuje zájem. Neposeda nabízí místním lidem služby, které by pro ně byly jinak těžko dostupné, a také možnost aktivně se podílet na dění v místě, kde žijí.

POPIS AKTIVIT

CO: SOUSEDSKÉ CENTRUM JAHODNICE – bohatý program pro všechny generace

KDY: Otevíráme 10. října 2015! Provoz od rána do večera.

KDE: Baštyřská 67

Cílová skupina: 0–99 let

Cena: dle aktivity

CO: NEPOSEDNÝ POCHOD – tradiční cesta z jednotlivých míst poskytování do společného cíle

KDY: 10. 10. 2015 od 10 hodin

KDE: start – Plechárna Černý Most

Cílová skupina: 0–99 let

CO: CENTRUM PRO RODINU ZASTÁVKA – široké spektrum volnočasových a poradenských služeb pro rodiče s dětmi

KDY: školní rok

KDE: KD Kyje, Šimanovská 47, Praha 9 – Kyje

Cílová skupina: 0–99 let

Cena: dle aktivity

CO: KAVÁRNA PLECHÁRNA – zázemí kavárny a akce pro všechny generace

KDY: začínáme v říjnu

KDE: Kavárna Plechárna

Cílová skupina: 0–99 let

Cena: dle aktivity

Název a adresa organizace:

ZŠ BŘÍ VENCLÍKŮ

Bří Venclíků 1140, Praha 9

Kontaktní osoba	Mgr. Kateřina Dufková
Telefon	281 000 034
E-mail	zastupkyne@zsvencliku.cz
Webová adresa	www.zsvencliku.cz



INFO O ORGANIZACI

Základní škola Bratří Venclíků se nachází v těsné blízkosti stanice metra B – Rajska zahrada. Škola má dvě tělocvičny, které byly s přispěním MČ Praha 14 nově zrekonstruovány, a čtyři venkovní hřiště, což dává dostatečný prostor pro sportovní vyžití. Žákům nabízí sporty jako: softbal, nohejbal, basketbal, florbal, korfbal, malou kopanou a tenis. Na škole se vyučují dva cizí jazyky: od první třídy anglický jazyk a od třídy sedmé ruský nebo německý jazyk. Pro využití volného času škola nabízí různé zájmové kroužky pro žáky 1.–9. ročníku. Například aerobik, klub mladého diváka, šachy, tenis, výuku hudby: klavír, housle, basketbal pro dívky i chlapce, softbal, výtvarné kroužky, taneční kroužky a spoustu dalších. ZŠ vyučuje podle školního vzdělávacího programu Tvořivá škola. Více informací škola uveřejní na svých webových stránkách průběžně.

statečný prostor pro sportovní vyžití. Žákům nabízí sporty jako: softbal, nohejbal, basketbal, florbal, korfbal, malou kopanou a tenis. Na škole se vyučují dva cizí jazyky: od první třídy anglický jazyk a od třídy sedmé ruský nebo německý jazyk. Pro využití volného času škola nabízí různé zájmové kroužky pro žáky 1.–9. ročníku. Například aerobik, klub mladého diváka, šachy, tenis, výuku hudby: klavír, housle, basketbal pro dívky i chlapce, softbal, výtvarné kroužky, taneční kroužky a spoustu dalších. ZŠ vyučuje podle školního vzdělávacího programu Tvořivá škola. Více informací škola uveřejní na svých webových stránkách průběžně.

POPIS AKTIVIT

CO: VÁNOČNÍ DÍLNA – Společné tvoření dětí, rodičů a přátel školy na vánoční téma.

KDY: 1. 12. 2015

KDE: budova ZŠ Bří Venclíků

Cílová skupina: 0–99 let

Cena: dobrovolný příspěvek

CO: VELIKONOČNÍ DÍLNA – Společné tvoření dětí, rodičů a přátel školy na velikonoční téma.

KDY: 1. 3. 2016

KDE: budova ZŠ Bří Venclíků

Cílová skupina: 0–99 let

Cena: dobrovolný příspěvek

CO: ŠKOLA NA ZKOUŠKU – Budoucí žáci si pod vedením zkušené paní učitelky vyzkouší, jak se sedí ve školních lavicích i jak se komunikuje s učitelem a spolužáky.

KDY: květen–červen 2016

KDE: učebna školky Bří Venclíků

Cílová skupina: předškolní děti

CO: OVOV – SPORTOVNÍ ODPOLEDNE pro rodiče a jejich děti, kteří budou soutěžit v rodinných týmech v různých sportovních disciplínách.

KDY: 1. 6. 2016

KDE: hřiště ZŠ, tělocvična

Cílová skupina: 0–99 let

Cena: dobrovolný příspěvek

Název a adresa organizace:

ATHLETICS PRAHA

Marty Krásové 923/9, Praha 9 – Čakovice

Kontaktní osoba	Vladimír Jambor
Telefon	602 611 035
E-mail	vladimir.jambor@athletics.cz
Webová adresa	www.athletics.cz



INFO O ORGANIZACI

Athletics Praha je florbalový klub se základnou na Praze 9. Aktuálně s více než 250 členy napříč téměř všemi kategoriemi startuje každou sezonu v soutěžích České florbalové unie (ČFBU). Začínal jako malý, spíše rodinný oddíl. Počátky se začaly psát v roce 2000, kdy tým působil ještě pod názvem FBC Apollo. O pět let později se tehdy ještě ryze mužský tým sloučil s mládežnickým florbalovým oddílem FbC Ultima Praha. Od té doby se věnuje i přípravě mládeže, která se postupně stala v oddíle dominantním prvkem. Zvláště v mládežnických kategoriích je velký potenciál. Proto také od roku 2010 spolupracuje

se ZŠ Generála Janouška na Černém Mostě, ZŠ Novoborskou na Proseku a ZŠ v Zelenči, kde buduje tzv. „florbalovou ZŠ“. Snahou je pomocí systému kroužků a tréninků zorganizovat komplexní přípravu dětí ve florbalových dovednostech s možností hrát soutěže ČFBU po celou dobu docházky na základní školu.

POPIS AKTIVIT

CO: FLORBAL

Florbal je kolektivní halový sport. Hraje se na hřišti o rozměrech 40 x 20 metrů s lehkým dutým plastovým míčkem. Při standardní herní situaci je z každého týmu na hřišti v jeden moment pět hráčů v poli a jeden brankář. Hráči při hře používají speciální florbalové hole (tzv. florbalky) a snaží se vstřelit protivníkovi gól.

KDY: pondělí, úterý, pátek

KDE: ZŠ Generála Janouška, ZŠ Novoborská

Cílová skupina: 6–15 let

Cena: 5000 Kč

Název a adresa organizace:

FIT STUDIO D

sportovní aktivity v ZŠ Vybíralova

Kontaktní osoba	PaedDr. Dagmar Zitová
Telefon	605 935 980
E-mail	ZitovaD@seznam.cz
E-mail	fitstudiod@seznam.cz
Webová adresa	www.fitstudiod.cz



INFO O ORGANIZACI

Fit studio D se zaměřuje na všestrannou přípravu dětí a mládeže, nabízí jim účast v soutěžích přiměřených úrovni závodníka, soustavným vzděláváním zároveň vychovává další lektory a trenéry. Patří k nejlepším republikovým klubům, které každoročně vyhlašuje Český svaz aerobiku a fitness, FISAF.cz.

POPIS AKTIVIT

CO: DĚTI NA STARTU – program všeobecné sportovní průpravy dětí „Děti na startu“, který připravil Český svaz aerobiku a fitness FISAF.cz.

Program je součástí probíhajícího projektu Česko se hýbe, který je zaměřen na zvýšení zájmu o pohyb u všech věkových generací. Projekt je podporován MŠMT a Českou unií sportu.

KDY: úterky a čtvrtky od 15.00 do 16.00 hodin, od 16.00 do 17.00 hodin, jedenkrát týdně

KDE: ZŠ Vybíralova, ZŠ Stoliňská

Cílová skupina: věková kategorie 4–9 let, tj. předškolní děti a žáci 1. a 2. tříd

Cena: 800 Kč/pololetí

CO: AEROBIK – tréninky soutěžních forem aerobiku: sportovní aerobik, fitness aerobik, step aerobik, aerobik team show, aerobik group performance

Základní všestranná příprava a na ni navazující příprava na závody na úrovni odpovídající zdatnosti závodníka.

KDY: podle věku rozvrh na stránkách Fit studia D, tréninky denně od 16.00 do 20.00 hod.

KDE: ZŠ Vybíralova

Cílová skupina: 7+ neomezený věk

Cena: členské a oddílové příspěvky od 950 Kč podle počtu a náročnosti tréninků



ilustrační foto

Název a adresa organizace:

SK KAMIWAZA KARATE

Adresa tělocvičny: ZŠ Gen. Janouška, Generála Janouška 1006, Černý Most, Praha 14

Kontaktní osoba	Ing. Filip Miler
Telefon	724 087 228
E-mail	milerfilip@seznam.cz
Webová adresa	www.KAMIWAZA.cz
Webová adresa	www.KARATE1.cz



INFO O ORGANIZACI

Kamiwaza karate je profesionální klub s mnohaletými zkušenostmi s výukou dětí i dospělých působící na ZŠ Generála Janouška na Černém Mostě. Zárukou kvality je fakt, že jde o jeden z největších a neúspěšnějších karate klubů v ČR a nabízí svým členům republikově ojedinělé tréninkové programy. Kromě samotných tréninků klub pořádá řadu akcí, jako jsou soustředění, tábory, výlety, zkoušky či například závody. Členové klubu mají medaile z vrcholových světových

soutěží, vč. mistrovství světa a Evropy. Pokud hledáte vhodnou sportovní aktivitu pro vaše dítě a chcete, aby se vaše dítě naučilo bránit, zlepšovalo si svoji fyzickou kondici, koordinaci těla, soustředěnost, a to vše v přátelském kolektivu, pak je pro vás vhodnou volbou klub Kamiwaza karate. Více na www.kamiwaza.cz/www.karate1.cz.

POPIS AKTIVIT

CO: KARATE PRO DĚTI

Klub nabízí tréninky karate pro všechny bez rozdílu pohlaví či věku. Do tréninků jsou zapojovány různé pohybové průpravy, které dětem pomáhají v lepší koordinaci těla i fyzické přípravě. Dítě navíc v rámci tréninků karate získává disciplínu a rozvíjí svou osobnost a sebedůvěru.

KDY: Rodiče a děti si mohou vybrat z několika termínů. Více informací na webových stránkách.

KDE: ZŠ Generála Janouška, Generála Janouška 1006, Praha 9 – Černý Most

Cílová skupina: kurzy jsou určeny pro děti od 5 do 18 let

Název a adresa organizace:

SPORT CLUB SPIRIT

Adresa tělocvičny: ZŠ Gen. Janouška, Generála Janouška 1006, Černý Most, Praha 14

Kontaktní osoba	Ing. Filip Miler
Telefon	724 087 228
E-mail	milerfilip@seznam.cz
Webová adresa	www.SPIRIT-SPORT.cz



INFO O ORGANIZACI

Sport club Spirit nabízí přímo v srdci Černého Mostu profesionální sportovní aktivity v oblasti volejbalu, minivolejbalu, street dance i cvičení pro ženy fit lady. Stovky spokojených členů a profesionální trenéři jsou zárukou kvality, kterou můžete zdarma vyzkoušet i vy. Více informací získáte na webu www.spirit-sport.cz.

POPIS AKTIVIT

CO: VOLEJBAL/MINIVOLEJBAL

Minivolejbal i volejbal jsou vhodnou sportovní aktivitou pro každého. Děti si v průběhu školního roku osvojují práci s míčem, učí se koordinaci pohybu, fair play, zlepšují si fyzickou kondici a mohou pracovat sami na sobě a posouvat se dál. Tréninky jsou propojeny s různými sportovními aktivitami, které obsahují koordinační prvky. V našem klubu záleží na každém jedinci, zda bude chtít hrát v budoucnu volejbal závodně, či jen s přáteli například u vody. Přijďte si k nám zdarma vyzkoušet tréninky i vy.

KDY: středa od 17.00 do 18.00

KDE: ZŠ Generála Janouška, Generála Janouška 1006, Praha 9 – Černý Most

Cílová skupina: kurzy jsou určeny pro děti od cca 7 do 18 let

CO: STREET DANCE – KIDS

V kurzu si děti nejprve osvojují taneční základy a učí se správnému držení těla. Následně se děti učí kroky hip hopu a ostatních tanečních stylů, které jsou vkládány do choreografií. Kromě výuky základů street dance a spojování různých tanečních prvků do choreografií je kladen důraz i na fyzickou kondici a taneční projev.

KDY: více informací o různých termínech naleznete na webových stránkách www.spirit-sport.cz

KDE: ZŠ Generála Janouška, Generála Janouška 1006, Černý Most, Praha 14

Cílová skupina: Street dance kids je určen pro děti do 11 let

CO: STREET DANCE – JUNIOR

Prostřednictvím street dance se děti učí styly a taneční techniky, které pod tento pouliční tanec můžeme zařadit, jako je breakdance, popping, locking, hip hop new style a house dance. Hip Hop, RnB, New style, Old style, Free style, Hype, Krumpin', Funky, Lockin', Poppin', Boogaloo, Electric boogie, Break dance, House. Jsou to styly, které vznikly přímo od tanečníků z ulice. Vyjadřují tak určitou volnost a kreativitu. U starších jsou tréninky více soustředěny na taneční projev a kondici.

KDY: více informací o různých termínech naleznete na webových stránkách www.spirit-sport.cz

KDE: ZŠ Generála Janouška, Generála Janouška 1006, Praha 9 – Černý Most

Cílová skupina: street dance junior je určen pro mládež od 12 let

Název a adresa organizace:

SK KARATE SHOTOKAN HLOUBĚTÍN

Chlumecká 1231, Praha 9 – Hloubětín

Kontaktní osoba	Zbyšek Petržílek
	4. DAN – akreditovaný mezinárodní instruktor J.K.A. WF
Telefon	777 583 500
E-mail	info@shotokan.cz
Webová adresa	www.shotokan.cz



škola karate J.K.A.
Neratovice-Hloubětín

INFO O ORGANIZACI

Shotokan Hloubětín se prostřednictvím výuky tradičního japonského karate zaměřuje na všeobecný a celkový rozvoj dětí a mládeže formou her a cvičení. Dále na kondiční a výkonnostní sport.

POPIS AKTIVIT CO: PŘÍPRAVKA

Formou her a cvičení dochází u dětí k výraznému zlepšení fyzického fondu a ke zlepšení koordinace i soustředění. Součástí hodin je i strečink a dýchací cvičení. Cvičíme na tatami.

KDY: Od září do června, každé úterý a čtvrtek 16.00–17.00 hod. V případě většího zájmu je možné posunout začátek výuky na 15.00 nebo na 15.30 hod.

KDE: hala bazénu Hloubětín

Cílová skupina: 1., 2. a 3. třídy ZŠ

Cena: 500 Kč/měsíc

CO: VELIKONOČNÍ A PODZIMNÍ SOUSTŘEDĚNÍ A LETNÍ TÁBOR – význam soustředění spočívá v počtu tréninkových jednotek v jednom dnu

Vícefázové tréninky umožňují žákům individuální rozvoj a posouvají jejich fyzickou a psychickou výkonnost podstatně dál oproti těm, kteří trénují např. jen dvakrát v týdnu. Součástí soustředění jsou hry, výlety a výšlapy venku a další aktivity.

KDY: velikonoční prázdniny, letní prázdniny (srpen), podzimní prázdniny

KDE: Hotel Kořínek Kořenov, rekreační středisko Poslův Mlýn

Cílová skupina: děti, mládež, dospělí

Cena: 5200 Kč/dvanáctidenní letní tábor

CO: KLUBOVÉ AKCE – výlety, výšlapy, voda, klubové turnaje

KDY: celý školní rok

KDE: ČR

Cílová skupina: děti, mládež, dospělí



ilustrační foto



Název a adresa organizace:

ZÁKL. KYNOLOGICKÁ ORG. P9 – HLOUBĚTÍN

Praha 9 – Hloubětín

Kontaktní osoba	Ilona Štekrťová – předseda
Telefon	607 693 506
E-mail	zko.hloubetin@seznam.cz
Webová adresa	www.zko-hloubetin.cz



INFO O ORGANIZACI

ZKO Hloubětín se zabývá od svého založení v roce 1982 výchovou a sportovním výcvikem všech plemen, a to i psů bez PP. Výcvik provádí dle Národního zkušebního řádu a Moravskoslezského zkušebního řádu.

Připraví vás na základní zkoušky (ZZO, ZOP, ZPU1 – všechna plemena, ZMMP, ZMP1 – malá plemena, ZM, ZW1, 2 – velká plemena).

Můžete chodit na agility, coursing, dogfrisbee a nový psí sport dogracing, který nabízí jako jediná organizace v ČR. **Sportovní kynologie a kurzy základní poslušnosti** pořádá ZKO již od roku 2000. Provádí individuální výcvik i výcvik stop. **Veškeré sportovní aktivity nabízí i dětem od 10 let.**

Ve školním roce 2015 /2016 se chystá uspořádat dětský kurz základní poslušnosti, kde se děti seznámí s různými příkazy: jak postupovat při přivolání pejska, chůze u nohy, aport, krátkodobé odložení a sedni-lehni-vstaň. Budou moci vyzkoušet překážky a zhlédnou i ukázkou rozlišení předmětů.

Každý rok se s MČ Praha 14 účastní na společném projektu Psí školka – základního výcviku pro veřejnost, a akce Festival, kde vystupuje s ukázkou výcviku ZKO.

Členové ZKO cvičí každé úterý od 17.00 a každou neděli od 18.00 hod. (letní čas). Nutno sledovat web. Celoročně přijímá nové členy.

Název a adresa organizace:

SK NEPTUN PRAHA

Hloubětínská 8, Praha 9

Kontaktní osoba	Květa Ptáková
Telefon	607 749 576
E-mail	k.ptakova@seznam.cz
Webová adresa	www.skneptun.cz



INFO O ORGANIZACI

Sportovní klub Neptun – základní, zdokonalovací a kondiční plavání pro děti a mládež ve věku od 5 do 18 let. V klubu působí také jediný pražský oddíl synchronizovaného plavání (akvabely) na závodní úrovni – od přípravek až po dospělé závodnice a závodníky. Sídlo klubu je v Plaveckém a sportovním areálu Hloubětín. Další informace viz www.skneptun.cz.

POPIS AKTIVIT

CO: ODDÍLY PRO ZÁKLADNÍ, ZDOKONALOVACÍ A KONDIČNÍ PLAVÁNÍ

KDY: 7. 9. 2015 – 23. 6. 2016 po, út, čt 16.00–17.00, 17.00–18.00

KDE: Plavecký a sportovní areál Hloubětín, Hloubětínská 80

Cílová skupina: 5 (předškoláci) až 18 let

Cena: 1 hodina týdně 2400 Kč, 2 hodiny týdně 4200 Kč (za školní pololetí)

CO: ODDÍL ZÁVODNÍHO SYNCHRONIZOVANÉHO PLAVÁNÍ (AKVABELY) – závodní synchronizované plavání ve všech věkových kategoriích

KDY: přípravy 2–4x týdně, závodní družstva 4–6 týdně podle věku a úrovně – průběžně celý rok, mimo školních prázdnin

KDE: Plavecký a sportovní areál Hloubětín, Hloubětínská 80

Cílová skupina: od 6 let

Cena: od 4200 Kč/školní pololetí



Ilustrační foto

Název a adresa organizace:

TJ SLAVOJ TESLA HLOUBĚTÍN

Hloubětínská 88, 198 00 Praha 9

Kontaktní osoba	Ing. Jiří Mamica
Telefon	603 434 947
E-mail	tenishala@gmail.com
Webová adresa	http://slavojhloubetin.webnode.cz /tenisova-akademie/



INFO O ORGANIZACI

Oddíl tenisu Slavoj Hloubětín je tenisový klub s dlouhou historií. V areálu má pět tenisových kurtů a budovu s kompletním soc. zázemím. Klub je zaměřen na práci s mládeží a má tři mládežnická družstva. Tréninky dětí bývají nejčastěji v areálu ZŠ Bří Venclíků, se kterou dlouhodobě spolupracuje.

POPIS AKTIVIT

CO: TENISOVÁ AKADEMIE NO.1

Lekce tenisu pro děti 4–7 let, skupinky 2–4 dětí

KDY: st 16.00–18.00 hod. (v případě zájmu po–pá 15.00–18.00 hod.)

KDE: areál ZŠ Bří Venclíků 1140

Cílová skupina: děti 4–7 let

Cena: cca 2700 Kč/pololetí při jednom tréninku týdně (tj. 160 Kč za hodinu)

CO: TENISOVÁ ŠKOLIČKA PŘI ZŠ BŘÍ VENCLÍKŮ

Tréninky tenisu – kroužek pro děti z 1.–4. třídy

KDY: st a pá mezi 13.00–15.00 hod. v době, kdy jsou děti ve školní družině

KDE: areál ZŠ Bří Venclíků 1140

Cílová skupina: děti 6–10 let

Cena: cca 1300 Kč/ pololetí při 1 tréninku týdně

a 2200 Kč/pololetí při hraní 2x týdně

CO: TRÉNINK TENISU PRO ZÁVODNÍ HRÁČE

Individuální nebo skupinový trénink závodních hráčů

KDY: individuální domluva

KDE: areál klubu Hloubětínská 1061 a v zimě tenisová hala Bří Venclíků 1140

Cílová skupina: bez omezení

Cena: dle domluvy

CO: PŘÍMĚSTSKÝ TENISOVÝ TÁBOR

Příměstský tenisový tábor v areálu klubu

KDY: neděle odpoledne a po–pá 8.00–16.00 hod. vždy na přelomu července a srpna

KDE: areál tenisového klubu Hloubětínská 1061, Praha 9

Cílová skupina: děti 8–15 let, mladší jen po domluvě

Cena: 3900 Kč