Centrum pomoci
rodinám s dvojčaty a vícerčaty, z.s.

VÝROČNÍ ZPRÁVA 2024

O NÁS

Naše cíle a poslání

- ❖ poskytovat rodinám podporu a informace o vývoji, výchově a specifikách dvojčat a vícerčat prostřednictvím přednášek, konzultací, odborných publikací, letáků, osobních kontaktů a individuálního poradenství
- ❖ iniciovat vzdělávání a podporovat výzkum potřeb rodin s dětmi z vícečetných porodů
- ❖ rozvíjet a podporovat síť klubů s místní, oblastní a republikovou působností
- ❖ zvyšovat veřejnou a odbornou informovanost o speciálních potřebách rodin s dvojčaty a vícerčaty

Založení Klubu dvojčat a vícerčat

Nedostatek informací o problematice vícečetných těhotenství a porodů, o péči, vývoji a výchově dvojčat a vícerčat a vzor v britském sdružení TAMBA vedl v roce 1995 k založení prvního Klubu dvojčat a vícerčat v České republice.

Vznik Centra pomoci rodinám s vícerčaty

Postupem času získal Klub dvojčat a vícerčat mnohem širší poslání. Zvyšující se počet klientů a rozsah poskytovaných služeb vyústily v potřebu profesionálního zázemí, a proto se v lednu 2007 otevírá Centrum pomoci rodinám s dětmi z vícečetných porodů (dál jen CP), kde je poskytováno odborné poradenství laktační, psychologické, pedagogické i rodinné, a jsou zde pořádány mimo jiné přednášky pro budoucí rodiče dvojčat/vícerčat.

Vznik poboček po celé republice

Dobré zkušenosti rozvíjející se práce v pražském Klubu dvojčat vyvolaly potřebu a zájem rozšířit působnost Klubu i do jiných velkých měst. Od roku 1997 vznikají pobočky po celé republice a každý rok se připojují další.

Webové stránky – www.dvojcata.org

Webové stránky fungují již patnáct let, šestým rokem pod doménou www.dvojcata.org

Rentální stanice

Půjčování profesionálních odsávaček mateřského mléka a dalších potřeb pro novorozence (i předčasně narozené) a maminky.

ROK 2024

Centrum pomoci rodinám s dvojčaty a vícerčaty

CP se nachází v bezbariérových prostorách v Matoušově 18 v Praze 5, kde pro rodiny s dvojčaty/vícerčaty nabízíme a zajišťujeme:

Projekt, který probíhá již 18 let, je nastaven tak, aby reagoval na aktuální potřeby rodin (klientů) co nejrychleji a nejefektivněji. Rok 2024 byl pro nás, vzhledem k dramatickému snížení rozpočtu (MPSV nás nepodpořilo), náročný. Velmi nám pomohli současní i minulí klienti, bez jejichž finanční pomoci a podpory bychom neudrželi četnost a rozmanitost nabízených služeb.
Nabízeli jsme: Předporodní kurz se skládá ze 4 seminářů (1. Vývoj a výchova, 2. Péče o novorozence (i nedonošené), 3. Kojení, výživa, 4. Zdravý život rodiny, bezpečnost dětí).
Kromě předporodního kurzu pořádáme semináře na různá témata, mezi která již několik let zařazujeme i ta, která si rodiče (klienti) aktuálně vyžádají.
Stále také nabízíme individuální poradenství zaměřené na vývoj a výchovu dětí, a také vztahy v rodině (napříč generacemi).

Nově nabízíme: Triple P – program pozitivního rodičovství, o který mají zájem nejen rodiče dvojčat, ale i ti, kteří mají doma jedno, nebo více dětí. Překvapilo nás, že ho absolvují i rodiče, kteří nevychovávají své děti společně, tím si nastaví stejná pravidla a všichni situaci po rozchodu rodičů lépe zvládají.
V letošním roce probíhaly všechny nabízené aktivity osobním kontaktem, jako obvykle, ale i online a po telefonu. Takto rozšířené možnosti poskytování informací nám rozšířili klientelu.
Výrazně se navýšily konzultace s tématy logistika rodiny, komunikace uvnitř rodiny, sociální i ekonomické problémy atd. Celospolečenské i ekonomické změny mají na rodinu velký, a hlavně velmi rychlý dopad, proto je nutné poskytovat rodinám pomoc a podporu v co nejkratším termínu.
Požadavky a spokojenost klientů vyhodnocujeme z evaluačních dotazníků, které mají klienti k dispozici po všech poskytovaných aktivitách, a z osobních kontaktů s klienty. Jednou za měsíc se schází tým lektorů (pokud to bylo možné) a 2x za rok probíhá supervize týmu.
Spokojenost klientů se projevuje i v tom, že přes 90% rodin se k nám vrací a dělí se s námi nejen o své starosti, se kterými se jim snažíme pomoci, ale i o radosti a úspěchy.
Služeb Centra pomoci využívají stále více i rodiny s více dětmi, krátce po sobě narozenými.
Všechny nabízené kurzy a semináře absolvují matka i otec a někdy také prarodiče vícerčat společně, čímž podporujeme aktivní rodičovství, zvyšujeme rodičovské kompetence, ale také poskytujeme všem členům rodiny prostor, kam si mohou přijít pro radu a podporu i v budoucnosti, až budou řešit konkrétní problém.

POČTY KLIENTŮ V ROCE 2024

Poradenství (osobní, internetové, mailové, telefonické) – cca 81 rodin měsíčně
Semináře - 29 rodin za rok, tj. cca 140 osob
Web, facebook - cca 500 přístupů denně (průměrně)
Kurz pro budoucí rodiče - 28 rodin za rok, tj cca 112 osob

Socializační pobyty, které pořádáme mimo projekt, se uskutečnily i letos a účastnilo se jich celkem 19 rodin.

Naše **klientské rodiny** jsou většinou čtyřčlenné, další děti má více než polovina z nich a služby poskytujeme i prarodičům, případně dalším pečujícím osobám. V poslední době se zvyšuje počet anonymních konzultací vzhledem k citlivosti témat, které rodiny řeší.

Přínosem projektu je zvyšování rodičovských kompetencí v rodinách s vícerčaty (kde je často tři a více dětí) a předcházení negativních jevů v rodině. Tlak na partnery vyvolaný vícečetným těhotenstvím a péčí o vícerčata má řadu výrazných specifik zcela odlišných od péče o jedno dítě nebo o děti narozené po sobě postupně. Rodina se musí naučit reagovat na značnou fyzickou, psychickou a ekonomickou náročnost péče o více dětí narozených najednou, event. se vyrovnat se situací, kdy je jedno nebo dokonce obě děti postižené a respektovat např. nerovnoměrný vývoj vícerčat a jejich individualitu.
Učíme rodiče hlavně to, jak organizovat péči o dvě (3,4) malé děti a zároveň si aspoň trochu odpočinout, jak zapojit další pečující osoby, jak včas komunikovat nepříjemné informace, jak si říkat o pomoc a podporu, jak se nebát ... Rodina se musí vypořádat i se specifickými vztahy mezi jednotlivými členy rodiny - sourozenci x vícerčata, prarodiče x vnoučata, prarodiče x rodiče. S velkými změnami se musí vyrovnat nejen rodiče, sourozenci, ale i širší rodina (prarodiče, tety, strýcové atd.).

Stálým cílem projektu je napojování a součinnost s podobnými službami v místě bydliště rodiny - rodinná a komunitní centra, domy dětí a mládeže a další organizace podporující děti a rodinu. Tak, jak se mění podoba rodiny a společnosti, mění se i poptávka rodičů. Snažíme se rodinám pomoci v náročné době a podporujeme všechny její členy v práci na sobě. Narození dětí je jen začátek a my se snažíme připravit rodiče na dlouho cestu, která je čeká tak, aby společně obstáli nejen ve společnosti ekonomické, ale zejména ve společnosti sociální.

Dlouhodobé fungování rodiny je cílem naší práce. Je pro nás radostí, že se můžeme i po 18 letech setkat s rodinami, které jsou soudržné a spokojené. Setkáváme se i s těmi, kteří svou rodinu z mnoha důvodů ztratili, ale přesto zůstali dobrými rodiči pro své děti, i to se dá považovat za úspěch.
Není možné vyjádřit, jaký podíl na životech těchto rodin máme, ale doufáme, že naše pomoc a podpora svou roli sehrála už proto, že se k nám rádi vracejí.

Dále nabízíme:

Prodej pomůcek pro kojící matky
kojicí polštáře pro dvojčata, prádlo pro kojící maminky, lahvičky na dokrmování a pomůcky pro alternativní krmení kojených dětí, kapsle na podporu laktace na bázi přírodních výtažků, atd.

Poskytování a výměna informací - provoz webových stránek; odpovědi na dotazy v internetové poradně a diskusním fóru; knihovna a prodej tematických publikací.

Přednášková činnost - tematické přednášky se zaměřením na specifika vývoje a výchovy vícerčat, psychomotorický vývoj v prvním roce života dítěte a další témata, která vycházejí z poptávky rodičů.

Přednáška pro „prvorodiče“ představuje péči o novorozence, případně nedonošence a jeho vývoj v prvních týdnech života.

Socializační pobyty pro rodiny s dvojčaty a více dětmi – pořádaný každoročně v srpnu (Deštné v Orlických Horách)

ZÁMĚRY NA ROK 2025

V roce 2025 bude Centrum pomoci rodinám s dvojčaty a vícerčaty nadále pokračovat v poskytování služeb a organizování akcí pro rodiny s dvojčaty a více dětmi. Nadále budeme nabízet tyto služby:
Centrum pomoci rodinám s dětmi z vícečetných porodů - laktační, psychologické, pedagogické a rodinné poradenství, podpora rodin v tíživých situacích, pořádání denních, víkendových i týdenních akcí pro rodiny s dvojčaty a vícerčaty, půjčování odsávaček mateřského mléka a pomůcek pro kojící maminky atd.
Předporodní kurzy pro budoucí rodiče a rodiny dvojčat a vícerčat se zaměřením na specifika jejich vývoje, výchovy a péči o ně.
Tematické přednášky dle potřeb a požadavků našich klientů.
Organizace tradičních akcí – víkendové akce, prázdninové týdenní pobyty pro rodiny s dětmi. Setkávání absolventů kurzů pro budoucí rodiče v CP, kde si mohou vyměňovat a sdílet své rodičovské zkušenosti, vzájemně si poradit a podporovat se.
Triple P – Positive Parenting Program® Program pozitivního rodičovství je jedním z nejúčinnějších rodičovských programů na světě – pořádání kurzu.

SLOŽENÍ ORGÁNŮ V ROCE 2024

Výkonný výbor:
Gabriela Vítková – předsedkyně rady
PhDr. Milada Matoušová, Ph.D. – místopředsedkyně rady
Daniela Paterová – členka výboru

Kontrolní komise:
Mgr. Luděk Kovář
PhDr. Eva Weislová

V ROCE 2024 V CENTRU POMOCI RODINÁM S VÍCERČATY - KLUBU DVOJČAT A VÍCERČAT PRACOVALI:

PhDr. Milada Matoušová, Ph.D. – přednášky, psychologické a laktační poradenství, konzultace, specifika předčasného porodu a péče o předčasně narozené děti, administrativa

Gabriela Vítková – přednášky, poradenství a konzultace, laktační poradenství, granty a projekty, administrativa, fundraising

FINANČNÍ ZPRÁVA ZA ROK 2024

Náklady 2024	**Celkem**
1 Provozní náklady	145 822
1.1 Materiálové náklady	300
1.1.1 Kancelářské potřeby	134
1.1.2 Vybavení (DDHM do 40 tis. Kč)	0
1.1.3 Pohonné hmoty	0
1.1.4 Jiné materiálové náklady	166
1.2.1.1 Opravy a udržování	0
1.2.1.2 Elektrická energie	3 368
1.2.2.3 Voda	10 829
1.2.1.4 Jiné energie	10 000
1.2.4.1 Telefony	7 393
1.2.4.2 Poštovné	0
1.2.4.3 Ostatní spoje	0
1.2.4.4 Nájemné	52 749
1.2.4.5 Právní a ekonomické služby	3 267
1.2.4.8 Jiné služby	55 095
2 Osobní náklady celkem	161 461
2.1 Mzdové náklady	0
2.1.1 Hrubé mzdy	72 721
2.1.2 OON na DPČ	0
2.1.3 OON na DPP	64 160
2.2 Odvody na sociální a zdravotní pojištění	24 580
2.2.1 Pojistné ke mzdám	24 580
2.2.2 Pojistné k DPČ	0
2.2.3 Ostatní pojistné	0
2.3 Ostatní sociální náklady	0
Celkem	**307 464**

Příjmy 2023	
MPSV	0
Magistrát hl.m. Prahy	125 000
MČ Praha 5	0
Sponzorské dary	110 000
Příjmy od uživatelů	162 802
Celkem	**397 842**

SPŘÁTELENÉ KLUBY DVOJČAT A VÍCERČAT

V roce 2024 se rodiny dvojčat a vícerčat scházely ve více než 30 městech po celé ČR. Kluby dvojčat jsou pořádány v rámci DDM, mateřských, komunitních a rodinných center a vedou je většinou rodiče dvojčat jako svou dobrovolnou činnost v rámci komunity.

SPOLUPRÁCE A ČLENSTVÍ V ORGANIZACÍCH

Spolupracujeme s Laktační ligou a Národním laktačním centrem, DDM na Praze 5, mateřskými, komunitními, rodinnými centry. Pomáháme studentům SŠ a VŠ, kteří se ve svých závěrečných pracích zabývají tématem dvojčat.

PODĚKOVÁNÍ

- Děkujeme MHMP za poskytnutou dotaci ve výši 125 000 Kč.
- Děkujeme všem rodinám, které nám finančně pomohly v letošním nelehkém roce a tím výrazně přispěly k udržení kontinuity poskytování našich služeb.
- Děkujeme všem rodinám, které nám pomáhají a podporují nás.

- **Děkujeme** mateřským, rodinným a komunitním centrům a dalším organizacím, které poskytly své prostory pro pravidelné schůzky rodin s vícerčaty.

- **Děkujeme** všem dobrovolníkům, kteří šíří myšlenku vzájemné pomoci rodin s dvojčaty a vícerčaty. Speciální díky patří všem rodičům, kteří aktivně vedou kluby dvojčat.

Centrum pomoci rodinám s dvojčaty a vícerčaty, z.s.
Matoušova 18, 150 00 Praha 5
Ičo: 63835126
centrum@dvojcata.org
www.dvojcata.org