

Program MALi

Realizace OPZ + v MAS Střední Polabí

CZ.03.02.01/00/22_008/00000119

období 2023 - 2025



STŘEDNÍ POLABÍ





„Propojujeme
aktivní lidi ve
Středním Polabí.“



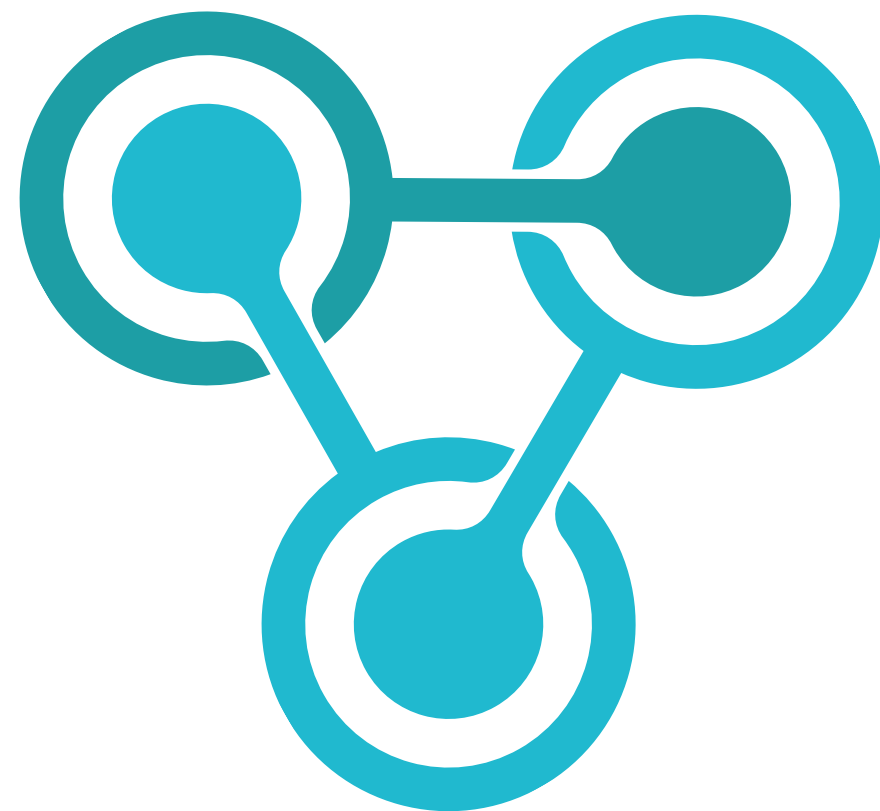
- mají nápady
- mají energii
- mají chuť tvořit
- chtějí rozvíjet sebe,
své projekty i naše
území.



Spolufinancováno
Evropskou unií

Proč PROGRAM MALi vznikl ?

propojoval
lidi



podporoval
nové
nápady

pomáhal vytvářet aktivní
komunitu v našem území

Nejdůležitější není jen projekt. Nejdůležitější jsou lidé kolem něj.

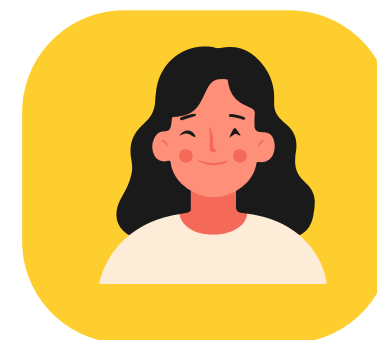
Pro KOHO?

Chceme
rozvítet náš
region
pomocí
potenciálu
místních lidí.

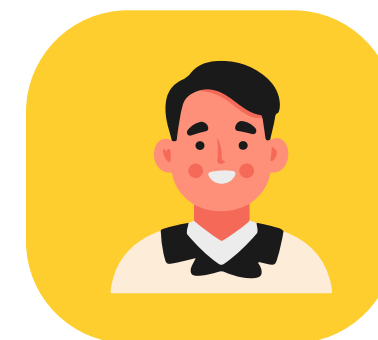
Cílová skupina



lidé na
MD/RD



lidé
pečující



nezaměstnaní



studenti
vš



čerství
absolventi



senioři

znevýhodnění na trhu práce

Kdo jsou ti místní akční lidé?



Mají sen rozjet podnikání /
založit neziskovku / uspořádat
akci, ale bojí se - neví jak na to.

Chtějí změnit svůj profesní život
a konečně začít dělat co je
opravdu baví.

Hledají smysluplné zapojení.

Hledají svůj potenciál, své silné
stránky.

Hledají spolupráci.

Co místní akční lidé potřebují?

**Co jim často
chybí?**



- sdílení
- podpora
- kontakty
- informace
- odhodlání
- inspirace
- prostor, kde se mohou poznat

Vybudovali jsme základy, na kterých můžeme stavět.



2023 - 2025
Realizace
2 běhů
Programu MALi



Komunitu budujeme osobně.



Věříme, že silná
komunita vzniká díky
pravidelnému kontaktu,
otevřenosti a důvěře.

**FORMÁLNÍ
SETKÁVÁNÍ**

**NEFORMÁLNÍ
SETKÁVÁNÍ**

FORMÁLNÍ setkávání



Inspirujeme a vzděláváme

workshopy

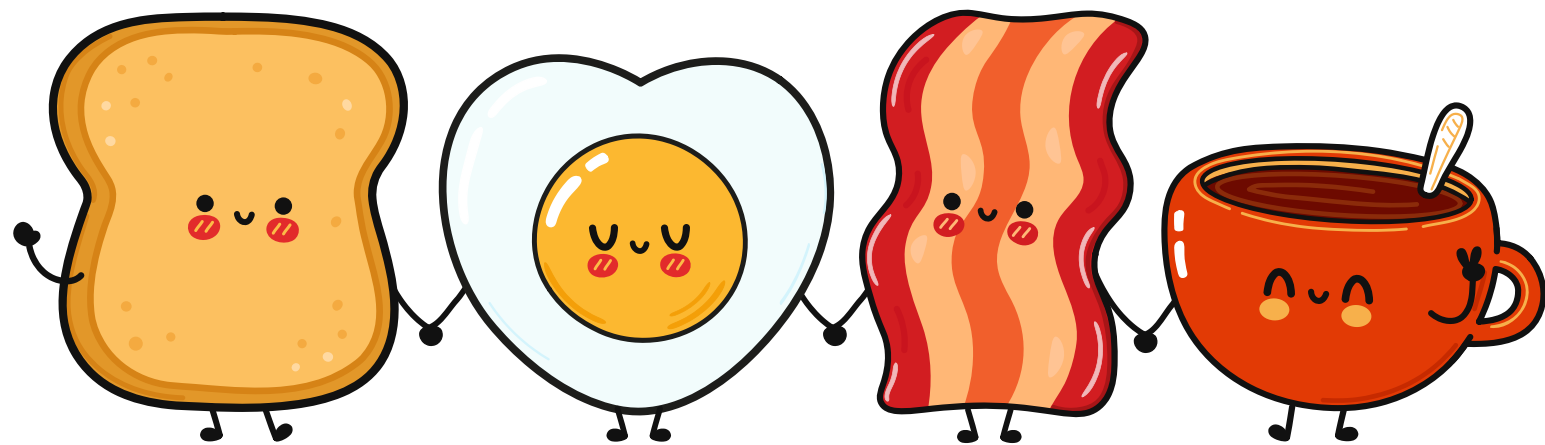
semináře

mastermind

přednášky

inspirosetkání

NEFORMÁLNÍ setkávání



Vytváříme vztahy.

Nejlepší spolupráce často vznikají
úplně přirozeně.

společné snídaně

podvečerní čaje a kávy

komunitní večery

**neformální
networking**

spontání sdílení

SÍLA PROPOJOVÁNÍ



NEJVĚTŠÍ HODNOTOU
JSOU VZTAHY

MALI NENÍ JEN SÉRIE AKCÍ...

Vznikají nové projekty,
partnerství i přátelství.

POMÁHÁME:



předávat
kontakty



propojovat
správné lidi



hledat
spolupráce



sdílet
zkušenosti

Komunita funguje i mezi akcemi:

WhatsApp
skupina

Facebook
komunita

Vzájemná
doporučení

Sdílení
příležitostí



„Když se propojí správní lidé, začnou vznikat nové věci.“

Komunita MALi není jen příjemcem podpory.

**ČERPÁME Z
VLASTNÍCH
ZDROJŮ**



Naši účastníci jsou:

- **Lektoři a odborníci**
- **Mentoři a průvodci**
- **Organizátoři komunitních a kulturních aktivit i v okolních obcích**
- **Podnikatelé a tvůrci nových služeb**
- **Propojovatelé lidí a projektů**
- **Partneři pro obce, školy a organizace**
- **Nositelé inspirativních příběhů**
- **Aktivní hybatelé života ve Středním Polabí**

Co je největší úspěch:

KOMUNITA

- lidé se vracejí
- propojují se napříč obcemi
- doporučují se navzájem
- vytvářejí vlastní spolupráce
- pomáhají si



Program MALi

2023 - 2025

2026 - 2028

1. BĚH

- hledali jsme místní akční lidi
- nabídli jim rozvojové aktivity
- pomohli jim uvést k život jejich nápady
- propojili jsme je

+ vznik nové komunity lidí

2. BĚH

- hledali jsme místní akční lidi
- nabídli jim rozvojové aktivity
- pomohli jim uvést k život jejich nápady
- propojili jsme je

+ propojení s komunitou 1. běhu

3. BĚH

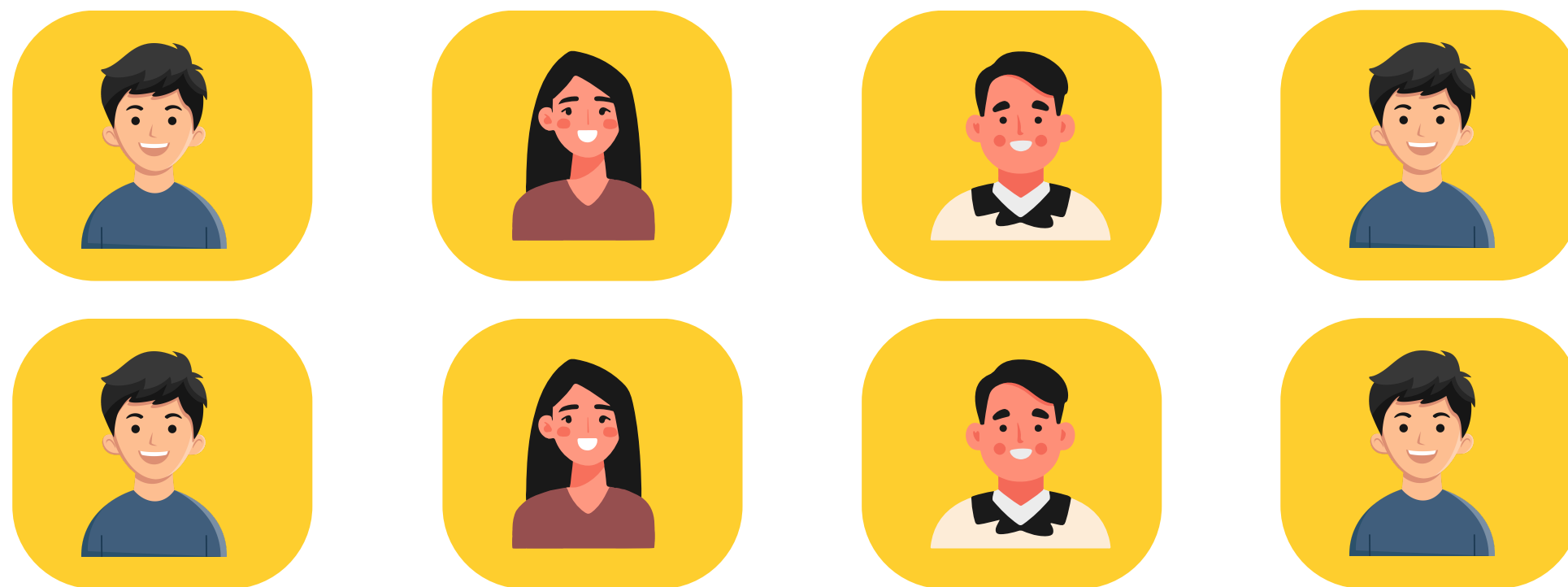
- hledáme místní akční lidi
- připravujeme rozvojové aktivity
- propojujeme lidi
- nabízíme prostor ke sdílení, inspiraci a spolupráci

+ zaměření na práci s komunitou, integraci, sdílení a propojení

Podpořené projekty 2023 - 2025



**Za každým projektem
je konkrétní člověk,
který našel odvahu
udělat první krok.**



Klára Hrdá “Semínkovna”



Klára se věnuje osvětě semenaření. Její projekt Semínkovna se snaží rozvíjet znalosti o semínkách, biodiverzitě a udržitelném pěstování – pro školy, knihovny, veřejnost i jednotlivce.

Semínkovna, nebo také semínková knihovna, představuje hlavně iniciativu ze strany lidí. Proto je pro Kláru velkou pomocí být se svým projektem v programu MALi. Více se takto rozvíjet v komunitní spolupráci. Podařilo se ji pro svůj projekt navázat zajímavé nové kontakty, a vytvořit další zajímavé služby / programy pro veřejnost.

Tereza Bortlová se jako pečující maminka postavila na vlastní nohy. Uvedla v život svůj skvělý projekt Hudební Ateliér.

Zveřejnila své nové webové stránky a našla krásné prostory pro poskytování svých služeb.

Začala spolupráci s “MALi kolegy” a rozšířila tak svou nabídku služeb.

Tereza Bortlová “Hudební ateliér”

[ÚVOD](#)[AKTUALITY](#)[O MNĚ](#)[KURZY PRO DĚTI](#)[LEKCE PRO DOSPĚLÉ](#)[PRONÁJEM](#)[REFERENCE](#)[KONTAKT](#)

Mgr. Tereza Bortlová

Hudba je mou cestou – a zároveň mým povoláním už přes dvacet let.

Jsem lektorka sólového zpěvu, divadelní zpěvačka a nadšená průvodkyně dětí světem hudby.

Začátky

Pocházím z Kroměříže, kde jsem vystudovala sólový zpěv na konzervatoři. Ve studiu jsem pokračovala na Pedagogické fakultě v Hradci Králové, která mi umožnila absolvovat studijní pobyt na Georgia College and State University v USA. Tenhle zahraniční semestr mi otevřel nové obzory – nejen hudební, ale i lidské.

Kde působím

Po studiích jsem zakotvila v okolí Prahy. Dnes mě najdete mezi Čelákovickými a Brandýsem nad Labem–Starou Boleslaví.

Adéla Nacke “Hlídaní mazlíčků”

Hlídaní mazlíčků na gauči

Domů O mně Kontakt Fotogalerie Ceník



CO DĚLÁ MOJÍ PÉČI VÝJMEČNOU

- › Individuální přístup ke každému mazlíčkovi podle jeho povahy a potřeb.
- › Domácí prostředí, kde se zvířata cítí bezpečně a jako doma.
- › Soukromá zahrada pro volný pohyb a odpočinek.
- › Procházky v lese a u jezera, ideální pro aktivní i klidnější mazlíčky.

JAK TO U MĚ PROBÍHÁ?

1. Kontaktujete mě
– společně si domluvíme nezplatněnou zkoušku u mě doma zdarma.
2. Seznámení
– poznáme se osobně, předem si projdeme si jeho potřeby.
3. Krátká zkouška



Adéla Nacke se začala plně věnovat svému projektu – službě hlídání mazlíčků. Aby získala nové zákazníky pomohlo ji získání znalostí z programu MALi: jak si správně spočítat cenu své nabízené služby, jak si vytvořit propagační materiály, jak najít svou cílovou skupinu, jak správně své zákazníky oslovit, kam svou reklamu umístit atd.

Monika Slifková “Syndrom vyhoření”

Monika se snaží pomáhat lidem a šířit osvětu skrze sdílení svých zkušeností se syndromem vyhoření. Pořádá různé besedy a osvětové přednášky. K setkávání využívá zejména komunitních prostor. Dále se věnuje sociální pomoci, kdy mimo jiné dlouhodobě spolupracuje s dětským domovem a pomáhá jim zlepšit a obohatit péči o děti.

Její hlavním tématem je pomáhat lidem v sociálním, neziskovém sektoru.



Moje jméno je **Monika Slifková**. Před pár lety jsem si prošla syndromem vyhoření. V tu dobu jsem si řekla, že až přijde ten správný čas, budu podporovat ženy na cestě za jejich **udržením si své vlastní energie**.

Moc ráda se s Vámi potkám osobně.

Přednáška na téma

JAK ZVLÁDNOUT SYNDROM VYHOŘENÍ

v úterý 25. června od 17 hod.

KVC Kopidlno, Hilmarova 86

- můj vlastní příběh spojený s vyhořením
- pocity spojené s vyhořením
- jak se preventivně ochránit před vyhořením

Aneta Dvořáková “Regionální produkt”



MAKOVÁ LOUKA, MLHA, ŠATY, VĚNEČKY A VÍLÍ MAGIE.

VÍLÍ PRO HOLČIČKY FOCENÍ

✨ **Co holčičky zažijí:**

- ✿ promění se ve vílu ve scéně plné máků
- 💧 obléknou si vílí šaty a květinový věneček, namalujeme je třpytkami
- 🔗 vyrobí si vlastní šperk
- 📸 nafotíme je v kouzelné mlze
- 🌟 jako bonus dostanou prstýnek od velké víly

30.-31. 5. 2025

Fotíme v tělocvičně Studia Motýlek.

Od 1500 Kč /os
(dle velikosti skupinky)

Skřítkové vítání! Máme i obleček pro brášku.

Přijít mohou samy, s kamarádkami nebo sestřičkou.

Napiš nám pro více informací:

- IG: @zuzanaminx
- 605 287 695 (WA)
- ahoj@zuzanaminx.cz





krystalové pryskyřice.
květ.





- Číslo certifikátu
POLABÍ regionální produkt®
2112
- VÝROBCE
Aneta Dvořáková
- Obec
Brandýs nad Labem
- Region
Polabí

Aneta neuvěřitelným tempem rozšiřuje svůj velký projekt zaměřený na turistický ruch. Anetě se podařilo získat značku „Regionální produkt“ svých přírodních ručně vyráběných šperků, rozšířit a dále nabízet své služby zážitkového vílího focení a navázat i úzkou spoluprací s městem ohledně jejího rozsáhlého projektu „město skřítků“. Jsme moc rádi že Anetě, navíc čerstvé duhoroďičce můžeme dát skrze program MALi podporu a pomoci, aby její projekt vzkvétal.

Vlasta Hladká a Marie Kukalová



“Čtenáš”

Sestry Vlasta a Marie společně kooperují na svých projektech. Vlasta uvedla k životu svůj dlouholetý nápad – projekt na rozvoj čtenářské gramotnosti nejmenších „čtenáše Čtendu“. Marie zase vdechla život svému nápadu vytvořit pro nejmenší „Interaktivní divadélko“. Protože jsou oba projekty zaměřeny na stejnou cílovou skupinu, kterou jsou malé děti, bylo nasnadě oba projekty propojit a vzájemně je tak oživit. Díky jejich velké motivaci, usilovné práci i pomoci, které se jim dostalo od programu MALi se Vlastě i Marii podařilo zrealizovat jejich sen.

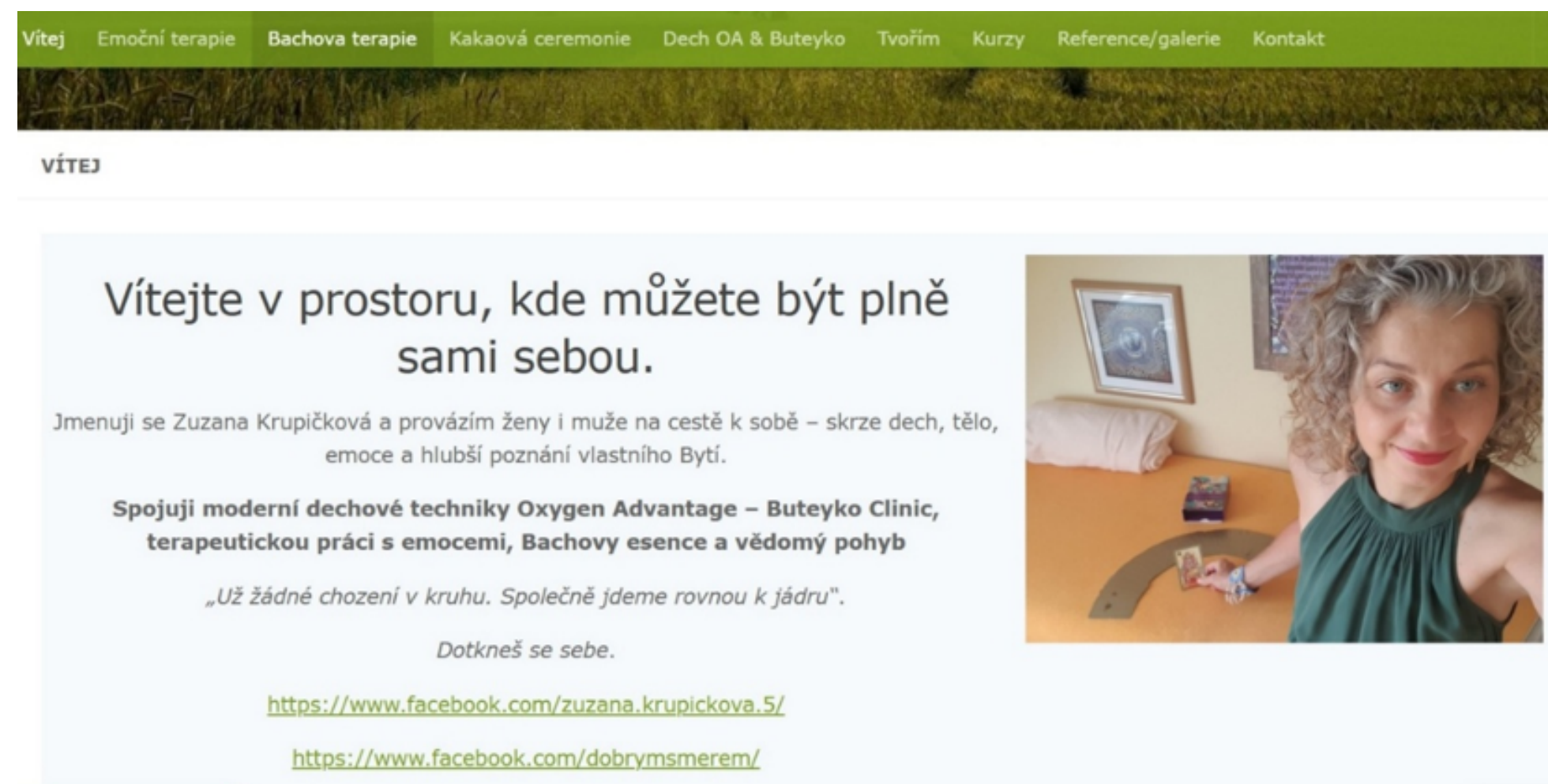
Hana Černá “Ženské kruhy”



Hana se věnuje sebeberozvoji a sebepéči primárně pro ženy. Jejím hlavním zaměřením je práce s ženskými kruhy. Jejím záměrem je ženám vytvořit bezpečné a podpůrné prostory, kde se ženy scházejí, aby se bez posuzování podporovaly a propojovaly. Zabývá se tématy spojenými s tělem, partnerstvím, rodičovstvím nebo seberozvojem. Při setkáních využívá technik meditace, tance, rituálů a dalších způsobů, aby společně prozkoumaly a zpracovaly ženská témata.

Zuzana se snaží ve svém projektu provázet ženy, muže, ale i mladistvé na cestě k sobě – skrze dech, tělo a emoce. Při své práci využívá znalostí dechové techniky Oxygen Advantage, terapeutické práce s emocemi, Bachových esencí a vědomého pohybu. Její hlavním zaměřením je učit lidi zdravému dýchání a pomoci jim předcházet, či eliminovat zdravotní potíže pomocí rehabilitačního cvičení. Své kurzy nabízí skupinám, jednotlivcům jako individuální sezení i školám a dalším institucím.

Zuzana Krupičková “Dechová koučka”



The screenshot shows the homepage of Zuzana Krupičková's website. At the top is a green navigation bar with links: Vítej, Emoční terapie, Bachova terapie, Kakaová ceremonie, Dech OA & Buteyko, Tvořím, Kurzy, Reference/galerie, and Kontakt. Below the navigation bar is a large banner with a grassy field background. The main content area has a light blue background and contains the following text:

Vítejte v prostoru, kde můžete být plně sami sebou.

Jmenuji se Zuzana Krupičková a provázím ženy i muže na cestě k sobě – skrze dech, tělo, emoce a hlubší poznání vlastního Bytí.

Spojuji moderní dechové techniky Oxygen Advantage – Buteyko Clinic, terapeutickou práci s emocemi, Bachovy esence a vědomý pohyb

„Už žádné chození v kruhu. Společně jdeme rovnou k jádru“.

Dotkneš se sebe.

<https://www.facebook.com/zuzana.krupickova.5/>

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

On the right side of the main content area is a photograph of Zuzana Krupičková, a woman with curly hair, wearing a green halter top, sitting at a table and holding a small object.

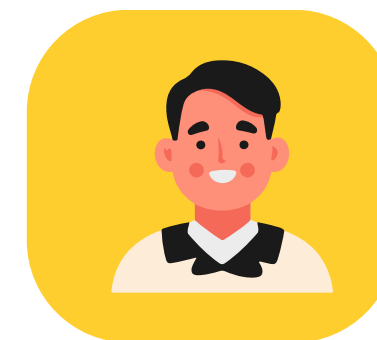
Projekty pro 3. běh 2026 -2028



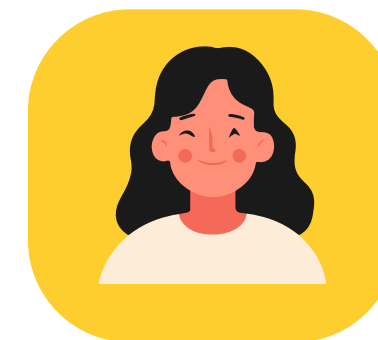
**Recyklační
dílna**



**terapeutický
projekt
“Lesní mysl”**



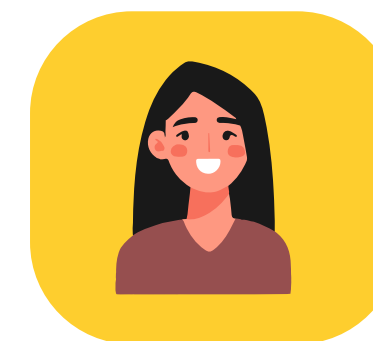
**Konverzační
setkávání
v angličtině**



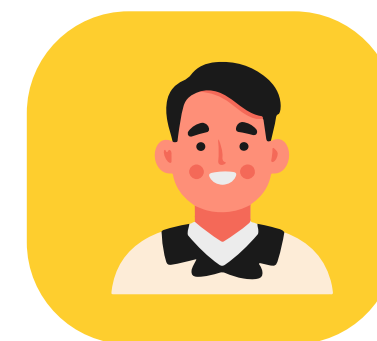
**Přírodní
kosmetika**



**SaaS
produkt
pro
firemní klima**



**Tradiční
čínské
masáže**



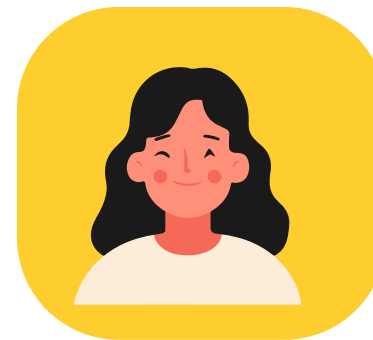
Hypnoterapie



**Studio
work - life
balance**



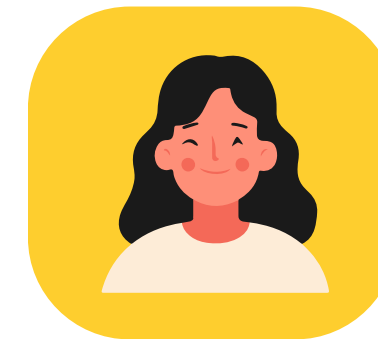
**Historické
naučné
programy**



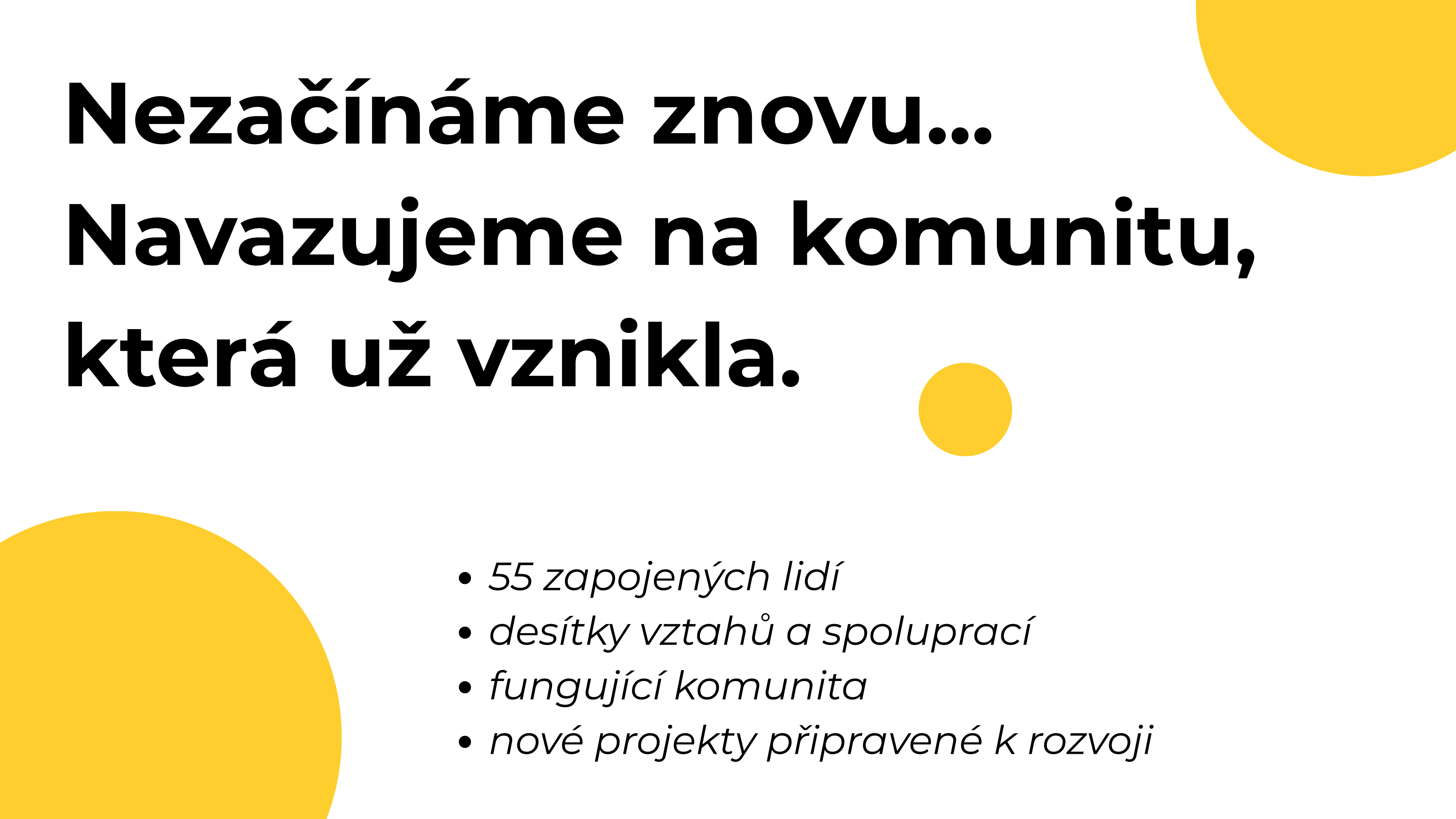
Kaligrafie



**Umělecké
plastiky
do zahrad**



**Květinové
dílny
pro děti**

A large yellow circle is in the top right corner, a smaller yellow circle is in the middle right, and a large yellow circle is in the bottom left corner.

Nezačínáme znovu...

Navazujeme na komunitu,

která už vznikla.

- *55 zapojených lidí*
- *desítky vztahů a spoluprací*
- *fungující komunita*
- *nové projekty připravené k rozvoji*

Jaká je naše další filozofie?

01

Nadále **zvětšovat** již vzniklou komunitu “místních akčních lidí”.

02

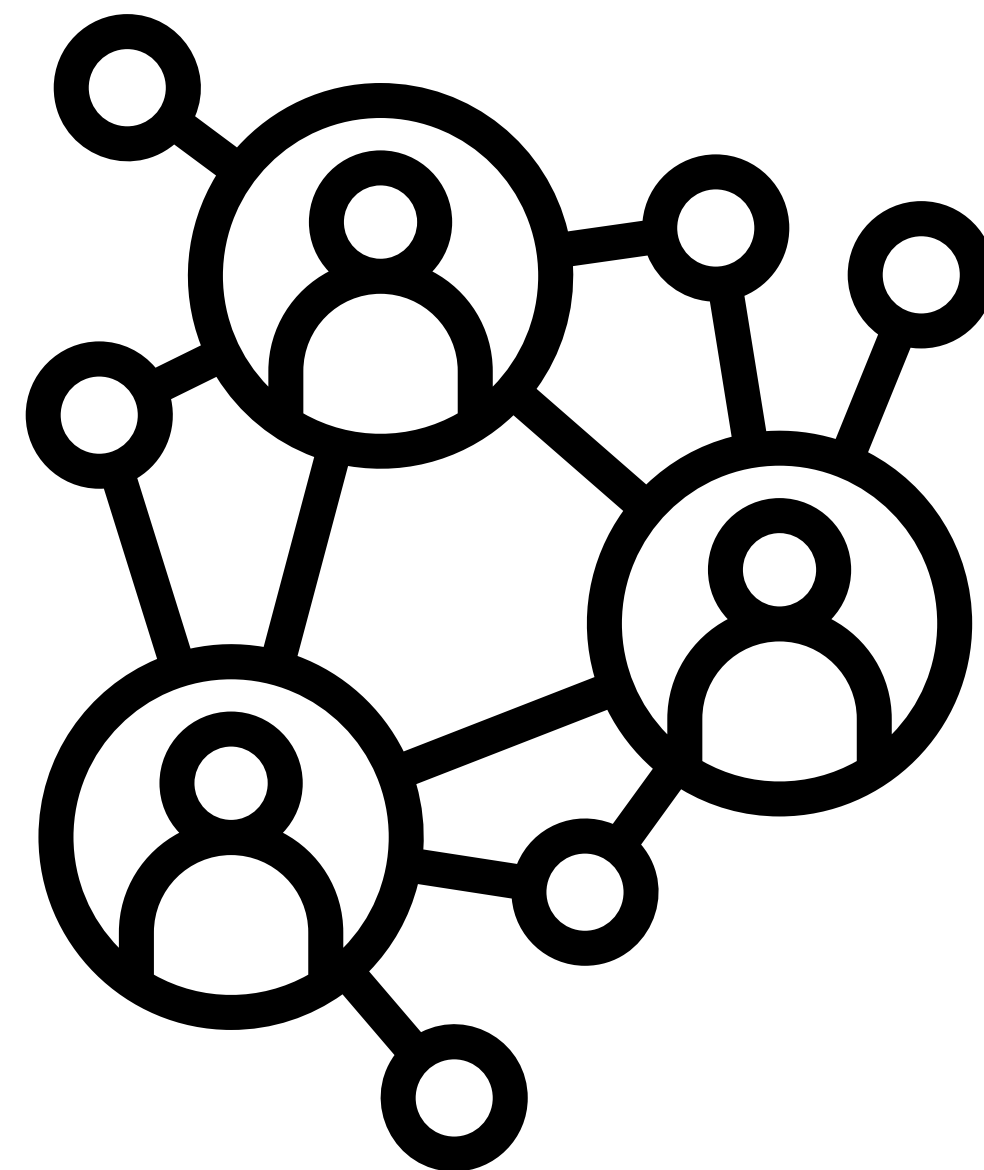
Propojovat lidi napříč celým územím.

03

Integrovat vzniklé projekty do území.

04

Nabízet příležitosti k setkávání / sdílení / inspiraci.



S kým chceme spolupracovat?

**KOMUNITNÍ
CENTRA**

**MÍSTNÍ
PODNIKATELÉ**

**OBCE
STAROSTOVÉ**

PEČUJÍCÍ

**SPOLKOVÉ
ORGANIZACE**

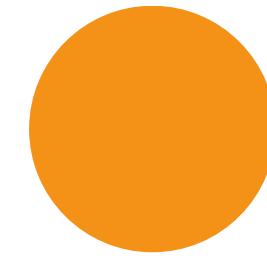
**VZDĚLÁVACÍ
INSTITUCE**

Naše vize:



**Silná komunita lidí, kteří
společně rozvíjejí
Střední Polabí.**

**Program MALi jako
dlouhodobá součást
života v regionu.**



DĚKUJEME za pozornost.

Barbora Kovářova
Lenka Tomsová
Kristýna Paříková

