

**Volný čas je vzácný – jak ho využít naplno? YMCA inspiruje už 175 let**

**Jít si zaběhat, přečíst knížku nebo udělat něco pro druhé. Volný čas se dá využít různě. Jak přitom ale současně rozvíjet tělo, intelekt i morální hodnoty? Inspiraci nabízí YMCA, největší organizace pro mládež na světě. V červnu oslaví i v Česku své 175. výročí a veřejnosti přichystá ochutnávku svých volnočasových aktivit.**

Lezecká stěna, relaxační zóna, deskové hry nebo „sloup hodnot“. Co všechno nabízí YMCA pro děti, teenagery i dospělé, si pražská veřejnost může vyzkoušet například **6. června v Centrálním parku v Praze na Opatově od 14 do 18 hodin**, v den 175. narozenin YMCA. Pro školní děti a studenty tu v rámci odpoledne nazvaného „Prostor pro tebe“ budou připraveny aktivity ze tří oblastí rozvoje osobnosti: těla, ducha a duše.

Pražské odpoledne je součástí celorepublikové kampaně „**Nechybí ti něco?**“, ve které YMCA upozorňuje na důležitost vyvážení všech tří složek lidské osobnosti. Symbolem této rovnováhy je pak již od 19. století logo YMCA – ymkařský rovnostranný trojúhelník. Součástí kampaně bude i jednoduchý test, který ukáže, jestli některý ze tří směrů rozvoje nezanedbáváme.

YMCA se prostřednictvím zajímavých programů snaží předávat dětem i dospělým hodnoty, které rozvíjí celou jejich osobnost a vedou k samostatnosti, pevnému charakteru a schopnosti vzájemně spolupracovat. Více o YMCA na [www.ymca.cz](http://www.ymca.cz/).

YMCA (Young Men´s Christian Association) je nejstarší, největší a nejrozšířenější mládežnická organizace na světě. YMCA vznikla v roce 1844 v Londýně jako podpora pro mladé muže přicházející z venkova do průmyslového Londýnda, na našem území se rozšířila masově především díky vydatné pomoci z USA a za přispění elit národa: T. G. Masaryka, Ing. V. Havla, E. Rádla a dalších. Svoji činnost nuceně ukončila v roce 1951 a přes neúspěšné pokusy okolo roku 1968 o znovuzaložení, začala znovu fungovat až v roce 1990.

Dnes YMCA pracuje ve 120 zemích světa a má přes 58 milionů členů. V České republice nabízí své programy prostřednictvím 28 poboček po celé republice. Zabývá se pestrou škálou aktivit: pořádá tábory, provozuje mateřská centra, hudební aktivity pro mladé, sportovní kluby, výtvarné kroužky, skautské oddíly, nízkoprahové služby, ad.

**Kontakt:**

Julie Bergerová, koordinátor PR a komunikace

[julie.bergerova@ymca.cz](mailto:julie.bergerova@ymca.cz)

tel. 775 718 447

*YMCA – Cesta k hodnotám*

www.ymca.cz