

CESTA KE ZDRAVÍ KLDNO

VÝROČNÍ ZPRÁVA ZA ROK

2015



Obsah výroční zprávy

Úvod – poděkování všem...

O nás

Poslání a cíle

Formy činnosti

Cílová skupina

Personální obsazení

Bilance 2015

Závěr

Finanční ukazatele roku 2015

ÚVOD - Poděkování všem, kdo naši činnost v roce 2015 podpořili

Hlavní podporovatel naší činnosti:



NADAČNÍ FOND AVAST

Dále naši činnost podpořily tyto organizace:



Děkujeme našim partnerům za spolupráci na projektech:



Děkujeme organizacím a jednotlivcům za podporu a spolupráci:

MUDr. Marie Tomečková, CSc.
MUDr. Josef Štolfa
Ing. Hana Čepová
Mgr. Ivana Medková
Petra Ondrušková
Mgr. Libor Pokorný
Ivan Kozák, majitel objektu Park Hotel Orlík nad Vltavou
Ivana Hrdličková
Blanka Zikmundová
Markéta Muzikářová
Ivana Dragounová
Martina Rosenbaumová
MUDr. Ladislav Hnídek
Dětské centrum Kladno
Středisko komplexní sociální péče, o.p.s. – Fontána (Kladno)

Děkujeme všem lektorům, dobrovolníkům a rodičům, kteří se ve svém volném čase podíleli na přípravě a realizaci jednotlivých akcí.

O nás

Jsme humanitární organizace, která sdružuje a pravidelně pracuje s handicapovanými, zdravotně oslabenými a chronicky nemocnými dětmi, s jejich rodiči a dalšími rodinnými příslušníky, s dospělými a seniory s důrazem na sociálně slabé skupiny. Spolupracujeme s osobami z široké veřejnosti, které problematika prevence, obnovy a upevňování zdraví, zachování soběstačnosti, jistoty, sebevědomí a s tím související rozvoj a udržení kvality života zajímá. Rozšiřujeme spolupráci s osobami a organizacemi, které cítí potřebu naší myšlenku a vlastní činnost organizace podpořit.

Náš oficiální název je

Cesta ke zdraví Kladno

Od 2.2.2016 byla Městským soudem v Praze potvrzena změna zápisu ve spolkovém rejstříku vedeném u Městského soudu v Praze v oddílu L, vložce číslo 25583 takto:

Název Cesta ke zdraví Kladno se vymazává a zapisuje se název Cestou zdraví z.s.

Organizace je registrována pod IČ: 01560051, číslo registrace u MV: VS/1-1/92737/13-R od 1.1.2014 spolkový rejstřík vedený u Městského soudu v Praze, oddíl L, vložka 25583
Bankovní spojení: 2500402099/2010, účet je veden u Fio banky, a.s.
Sídlíme na adrese: Vrchlického 1984, 27201 Kladno
Centrální kancelář je na adrese: Vodárenská 502, 27361 Velká Dobrá
Adresa webových stránek: www.zdravepobyty.cz
Zde naleznete nejdůležitější informace o organizaci, informace o činnosti, kalendář akcí, fotogalerii, důležité a aktualizované úřední listiny, výroční zprávy apod.

Poslání a cíle

Humanitární spolek, který si klade za cíl pracovat s handicapovanými, zdravotně oslabenými a chronicky nemocnými dětmi, dospělými a seniory, a to za účelem odstraňování nepříznivých zdravotních a sociálních důsledků handicapu, zkvalitnění života a integrace do společnosti. Především si klade za cíl pracovat ve prospěch sociálně slabých skupin.

V rámci činnosti usilujeme o naplnění cílů v těchto oblastech:

1. zdraví
2. výchova a vzdělávání
3. integrace
4. tolerance, solidarita a soudržnost
5. zájmová činnost
6. aktivní využití volného času
7. sport a alternativní sportovní vyžití
8. relaxace, odpočinek
9. odolnost vůči stresu
10. sociální (společenská) adaptabilita

Jednotlivé oblasti se snažíme propojit tak, aby bylo dosaženo optimálních výsledků ve prospěch jedince s přihlédnutím na jeho konkrétní sociální zařazení a aby bylo docíleno dlouhodobého zlepšení kvality jeho života. Pro dosažení cílů shromažďujeme poznatky z oblastí medicíny, pedagogiky a psychologie, rehabilitace, práva, etiky a ostatních oborů, které souvisí s problematikou handicapovaných, zdravotně oslabených, chronicky nemocných, sociálně slabých, osob 50+ a seniorů. Získané poznatky dále propagujeme a publikujeme.

Formy činnosti

1. poskytujeme odborné konzultace
2. za účelem lepšího poznání dané problematiky a optimalizace péče pořádáme vzdělávací akce pro nejširší veřejnost (přednášky, semináře, kurzy)
3. pořádáme setkání s odborníky, zajišťujeme výměnu získaných informací a zkušeností
4. poskytujeme informace a návrhy na zlepšení zdravotního stavu, na vybavení léčebnými a diagnostickými pomůckami
5. pořádáme pravidelné lekce a kurzy zaměřené na rehabilitaci, obnovu i upevnění kondice a zdraví, zlepšení kognitivních funkcí
6. pořádáme regenerační a rekondační pobyty, za tímto účelem spolupracujeme se státními i nestátními zdravotnickými zařízeními a dalšími vhodnými objekty v tuzemsku i v zahraničí
7. pořádáme integrované tábory pro děti i dospělé
8. pomáháme při jednáních se zaměstnavateli, pracovními úřady, školami a středisky sociální péče za účelem vyhledání pracovních a vzdělávacích příležitostí
9. vyhledáváme, zajišťujeme a organizujeme společenské příležitosti
10. navazujeme kontakty s obdobně zaměřenými právními subjekty v České republice a v zahraničí
11. vydáváme vlastní informační periodika, bulletin, metodické či zdravotně výchovné materiály, odborné publikace, knihy...

Cílová skupina

Veškeré služby jsou poskytovány handicapovaným, zdravotně oslabeným a chronicky nemocným dětem, jejich rodičům a rodinným příslušníkům, dospělým, osobám 50+ a seniorům. Prioritou je integrace a mezigenerační solidarita.

1. Děti a mladiství postižení některým typem chronického onemocnění (alergie, astma, opakující se katary HCD, poruchy příjmu potravy, posturální vady). Cílem je pozitivní ovlivnění vlastního zdravotního stavu, hlubší informovanost o chorobě a možnostech její léčby, vylepšení domácího prostředí, zvyšování sebedůvěry, integrace.
2. Významnou skupinu tvoří nejširší veřejnost, která se o danou problematiku zajímá, nebo hledá pomoc a potřebné informace, rodinní příslušníci i nejbližší okolí dotčených osob. Pořádáme jednodenní akce, kurzy, přednášky, besedy apod. s edukačním programem. Poptávka po těchto akcích stoupá, což je z hlediska lékařů a psychologů chápáno jako velice pozitivní moment.
3. U osob 50+ se zaměřujeme na problematiku podpory aktivního stárnutí, uvědomění si sama sebe, svého potenciálu (KDO JSEM), zvyšování sebedůvěry a dlouhodobého uplatnění na trhu práce.
4. U seniorů podporujeme co nejdelší mentální a fyzickou soběstačnost. V programu „Trénuj hlavu, trénuj tělo, aby zdraví vydrželo“ využíváme synergického efektu propojením fyzické a mentální stimulace s cílem docílit co nejdelší udržení psychické a fyzické kondice, soběstačnosti a sebeobsluhy. Aktivizujeme a využíváme potenciál zdatných seniorů k neformální pomoci méně zdatným či nemohoucím seniorům.

Personální zajištění

Provoz organizace bezúplatně zajišťují: PaedDr. Mgr. Hana Čechová, Jolana Ryplová, Bc. Nina Čechová a řada dalších dobrovolníků.

Organizační struktura

Statutární orgán – výbor

Předsedkyně: PaedDr. & Mgr. Hana Čechová

Místopředsedkyně: Bc. Nina Čechová

Členka výboru: Jolana Ryplová

**PaedDr. Mgr. Hana Čechová, výkonná předsedkyně**

Od roku 1990 spolupracuje s organizacemi sdružující tělesně postižené sportovce, pracuje se zdravotně oslabenými dětmi a dospělými. Několik let pracovala ve výboru ČSZPS (Český svaz zrakově postižených sportovců), Sportovního klubu tělesně postižených a vozíčkářů České republiky, TJ Elán Kladno. Vede Klub poruchy příjmu potravy, který funguje jako centrum pro děti s nadváhou a obezitou. Jako trenérka paměti a lektorka spolupracuje s Českou společností pro trénování paměti a mozkový jogging, s Centrem celoživotního vzdělávání a Univerzitou volného času pro Prahu 8, se Střediskem komplexní sociální péče, o.p.s. Fontána v Kladně, s Centrem pro volný čas Na Fialce v Říčanech u Prahy, s Dětským centrem Kladno, p.o. Je autorkou řady publikací a odborných článků z oblasti zdravého životního stylu (např. Jak trvale zhubnout a nehladovět, Jak trvale zhubnout a dosyta se najíst), podílela se na přípravě relací Českého rozhlasu a relací pro děti České televize Pomáhejme si, Tykadlo, vydala řadu metodických materiálů např. Metodika cvičení při metabolických poruchách obezita, diabetes melitus, Nové pohybové formy v hodinách tělesné výchovy, Strečink aneb jak správně protahovat, Výživa a pohyb zdravotně oslabených dětí, Únavový syndrom a výživa aj. V současné době se specializuje na aktivační cvičení Spirals.

Bc. Nina Čechová, místopředsedkyně

Fyzioterapeutka, pracuje jako zástupkyně úsekového vedoucího Rehabilitační kliniky Malvazinky. Školitelka konceptu Škola chůze pro lidi po amputacích dolních končetin.

Jolana Ryplová

Odborná masérka a cvičitelka, specializuje se na harmonizaci fyzických a psychických faktorů.

Další spolupracovníci a dobrovolníci, kteří se v roce 2015 podíleli na organizování a realizaci naší činnosti:

MUDr. Marie Tomečková, CSc., MUDr. Magda Svobodová, MUDr. Jana Hnídková, MUDr. Josef Štolfa, Doc. MUDr. Jan Sedmík, Ing. Lenka Šťastná, Ing. Vít Janovský, Mgr. Marie Kailová, Mgr. Ida Kršková, Mgr. Libor Pokorný, Bc. Kateřina Luková, Bc. Eva Kubenková, Bc. Iveta Luxová, Radka Pleskačová, Petra Ondrušková, Tereza Rosenmaumová, Tereza Hrdličková, Jiří Flajzar, Jiří Bažant, Hana Charvátová, Ing. Pavlína Boučková, Martina Hlaváčková a dobrovolníci

Bilance roku 2015

V roce 2015 jsme se zaměřili na realizaci projektu „Trénuj hlavu, trénuj tělo, aby zdraví vydrželo“, který byl **podpořen Nadačním fondem AVAST**. Partnerství s dalšími neziskovými organizacemi „**Právě teď! o.p.s.**“ a „**Senior Help s.r.o.**“ nám umožnilo rozšířit působení především v oblasti práce pro a se seniory.

**1/ PARTNERSTVÍ****Právě teď! o.p.s a Senior Help s.r.o.**

Jako partnerská organizace, jsme se podíleli na akcích v Praze (Záříme, lekce Nordic Walking, trénování paměti, přednášky – viz níže).

Společně s organizací Právě teď! o.p.s. realizujeme **projekt „Trénuj hlavu, trénuj tělo, aby zdraví vydrželo“**, jehož koncept je založen na propojení mentální a fyzické stimulace. Podrobnější informace níže.

Bc. Iveta Luxová, ředitelka, zakladatelka Právě teď! o.p.s.

2/ PŘEDNÁŠKY, VZDĚLÁVACÍ AKCE

Od ledna do prosince roku 2015 proběhly v Kladně, Praze, Orlíku nad Vltavou a v Mariánských Lázních níže uvedené přednášky pro nejširší veřejnost. Vysoká účast (ø 53 posluchačů na každé přednášce) i kladný ohlas svědčí o tom, že problematika zdravého životního stylu nám není lhostejná. Přednáškový cyklus spojený s praktickými ukázkami je pokračováním cyklu z roku 2014.



- 1/ Co je důležité vědět o výživě
- 2/ Jak nám příznaky potíží odhalují, co nám chybí
- 3/ Jak se co nejdéle udržet v dobré kondici
- 4/ Diabetes
- 5/ Jak odstranit blokády páteře a bolesti hlavy
- 6/ Aerobní aktivity pro zdravé srdce
- 7/ Kondiční aktivity pro znovuobnovení síly
- 8/ Pitný režim
- 9/ Vhodné a nevhodné nápoje
- 10/ Nadváha a obezita, věčné téma
- 11/ Proč nefungují diety celebrit a jiné redukční zázraky
- 12/ Nadváha a obezita u dětí
- 13/ Podvýživa, hrozba moderní doby
- 14/ Záchvatovité přejídání, bulimie, anorexie
- 15/ Jíme pro zdraví aneb „božská lékárna“
- 16/ Jíme pro krásu
- 17/ Triky pro hezký vzhled a dlouhý život
- 18/ Vaříme zdravě, chutně, hospodárně
- 19/ Co bychom se mohli naučit aneb luštěniny, obiloviny v naší kuchyni
- 20/ Co bychom mohli vědět o vaření
- 21/ Umění odpočívat, wellness nebo lázeňská péče
- 22/ Záhadné E na obalech našich potravin a nápojů
- 23/ Finanční gramotnost aneb jak „vyjít“
- 24/ Podprahová reklama, mediální manipulace

Pro rok 2016 připravujeme nový přednáškový cyklus na téma: **STEREOTYP NAŠEMU MOZKU NESVĚDČÍ**

3/ PRAVIDELNÁ CVIČENÍ PO CELÝ ROK



Cvičení pro nejširší veřejnost jsou zaměřena na obnovu a udržení kondice, prevenci civilizačních chorob, korekci posturálních vad a vyrovnávací cvičení. Lekce jsou určeny seniorům, produktivní populaci, dětem a mládeži.

Probíhají v Praze, Kladně, Kamenných Žehrovicích, Tuchlovicích, Doksích. Rozpis lekcí, časový harmonogram i jména lektorů byla uvedena na www.zdravepobyty.cz

Hodiny však nejsou jen a jen o cvičení. Jsou i milým setkáním, při kterých všichni užijí spousty legrace. V rámci našich setkání najdeme čas i na oslavy narozenin, svátků či jiných významných rodinných událostí.

Lektoři: PaedDr. Mgr. Hana Čechová, Jolana Ryplová, Bc. Kateřina Luková, Bc. Nina Čechová, Jiří Flajzar.

4/ AKCE PRO DĚTI

Letní sportovní integrovaný tábor pro zdravotně znevýhodněné děti Orlík nad Vltavou 1.8. – 8.8.2015



Tábor proběhl v lokalitě Orlík nad Vltavou v objektu Park Hotel Orlík nad Vltavou. Jedná se o bývalé rekreační zařízení stavební společnosti Průmstav, dnešním majitelem je pan Ivan Kozák. Objekt plně vyhovuje všem předpisům, které se vztahují k provozování dětských ozdravných pobytů.

Tábory koncipujeme od roku 1999. Jedná se o integrované tábory pro děti jak zdravotně znevýhodněné, tak děti zdravé. Cílem je integrace, tj. plnohodnotného začlenění dětí se zdravotním znevýhodněním do kolektivu stejně starých vrstevníků.



V roce 2015 se tábora zúčastnilo 57 dětí ve věku 6 – 15 let. Skupinu tvořily děti trpící astmatem, opakovanými katary horních cest dýchacích, polyvalentními (smíšenými) alergiemi, a děti s nadváhou. Prostřednictvím spolupráce s Dětským centrem Kladno, které poskytuje zdravotní služby a sociálně právní ochranu dětí, se tábora zúčastnily i děti z pěstounských rodin. Vedle dětského domova pro děti do 3 let funguje toto středisko jako zařízení pro děti, které vyžadují okamžitou pomoc, poskytuje odborné poradenství pro péči o děti, provozuje poradnu pro rodinu (psychoterapie, fyzioterapie, diagnostika dětí, proces adopce a pěstounské péče).

Sportovně laděný program je zaměřen na rozvoj pohybových schopností dětí. Cílem je ukázat dětem řadu pohybových aktivit, které jsou nejen zábavné, ale i dostupné. Snažíme se v dětech probudit, udržet a rozvíjet přirozený zájem o pohyb a sport tak, aby se stal jejich celoživotním koníčkem. Vedle zvýšení fyzické zdatnosti sport rozvíjí zdravou sebedůvěru, schopnost pracovat v kolektivu, umět se rozhodnout za sebe i jiné. K tomu využíváme řadu herních a vědomostních činností.

Sportovní aktivity jsou doplněny celotáborovou hrou, činnostmi na rozvoj kreativity, vědomostními hrami, výletem, setkáním se zajímavými profesemi a podobně. **TÁBOR JAK MÁ BÝT.**

Děkujeme všem vedoucím, dobrovolníkům a donátorům, kteří se zasloužili o to, aby tento báječný tábor proběhl.

Vedoucí: Bc. Nina Čechová, MUDr. Jana Hnídková, Mgr. Marie Keilová, Mgr. Dita Šajnová, Jiří Flajzar, Ing. Vít Janovský, Tereza Hrdličková, Tereza Rosenbaumová

Odborný garant: MUDr. Magda Svobodová, MUDr. René Marinov

5/ SENIOR CAMP a INDIÁNSKÉ LÉTO

Zúčastnilo se 75 osob ve věkovém rozpětí od statných padesátníků až po téměř devadesátileté.



Ve spolupráci s partnerskou organizací **Právě teď! o.p.s.** jsme v lokalitě Orlík nad Vltavou a následně v Mariánských Lázních zrealizovali týdenní edukační pobytové programy pro osoby (50) 55+. Program jsme zaměřili na podporu zdravého stárnutí a aktivního stáří, na rozvoj komunitního života a společných aktivit. Cílem je motivovat a podchytit aktivní seniory, kteří se sami postupně zapojují do přípravy a organizování nejrůznějších aktivit pro jiné seniory. Méně aktivním seniorům ukázat způsob, jak řešit „problémy“ současné doby, pečovat o své zdraví a jaké jsou možnosti aktivního využití volného času.

Senior Camp 55+ Orlík nad Vltavou 8.8. – 15.8.2015, 23.8. – 30.8.2015



cvičení



cvičení ve vodě



rehabilitace, automasáže



trénování paměti



kreativní činnost



výtvarná činnost



Nordic Walking



kondiční cvičení



výlet

Program probíhal v pěti rovinách (preventivní, rehabilitační, kondiční, anticipační a vzdělávací), které se vzájemně prolínaly. Vedle pravidelného zdravotního cvičení, cvičení Spirals, cvičení ve vodě, lekcí Nordic Walking a trénování paměti se účastníci učili relaxovat, seznámili se s technikami automasáží, seznámili se s výhodami i nebezpečím sociálních sítí, internetového bankovníctví, absolvovali přednášky lékaře, zapojili se

do výtvarné činnosti. Mnozí nevynechali žádný bod programu. Pečlivě si vše zapisovali, kreslili, otázkám mnohdy nebyl konec, neboť jak nás informovali, tyto informace a především praktický výcvik jim chyběly.

Společným zážitkem byly týmové hry, vycházky po okolí, plavba výlet na zámek Blatná, návštěva nedaleké cukrárny, grilování kance a závěrečný večírek či návštěva středověké krčmy.

Vedle přímého pozitivního ohlasu nás potěšilo, že se mnozí zbavili ostychu před novými technologiemi, doslova ožili a odložili berle, domů odjížděli s nadšením a myšlenkou pokračovat dál. Což činí. S mnohými mimopražskými seniory jsme v písemném či telefonickém kontaktu, s jinými se setkáváme na dalších dílčích akcích (cvičení, trénování paměti, kulturní akce...) a někteří se aktivně zapojili do naší další činnosti.

Indiánské léto 50+ Mariánské Lázně 5.10. – 9.10.2015

Ve spolupráci s nestáním zdravotnickým zařízením hotelu Krakonoš jsme uskutečnili druhý pobytový „camp“. Vedle běžných pohybových aktivit (Nordic Walking, REHA cvičení, cvičení v bazénu a plavání), trénování paměti a přednášek se více zaměřujeme na regenerační a relaxační techniky. Neboť umět odpočívat, koncentrovat se na činnost či zvládat stres jsou prvními kroky k úspěšnému a spokojenému životu.



jak na mozek



prohlídka Mariánských Lázní



cvičení v bazénu

Lektoři

PaedDr. Mgr. Hana Čechová, Bc. Iveta Luxová, Ing. Pavlína Boučková, Jolana Ryplová, Bc. Nina Čechová, MUDr. Marie Tomečková, Mgr. Libor Pokorný, Martina Hlaváčková, Anna Kotounová

Vytváříme užší koncept Senior Campů pro specializované organizace seniorů, např. diabetiky.

6/ KURZY

Kurzy pro členy i nejširší veřejnost, na které pravidelně zveme lékaře a další odborníky z oblasti zdravého životního stylu, jsou zaměřeny na novinky z oblasti rehabilitace a upevnění zdraví. V roce 2015 se tyto akce uskutečnily v Praze a v Kladně. Účastníky jsme seznámili s technikou nordic walking, cvičebním systémem pro zlepšení flexibility a stability Spirals, jógou pro zdravá záda, pasivními pohyby a vyrovnávacím cvičením, zařadili jsme „školu chůze“. Vždy se jedná o ucelený cyklus, který zahrnuje 10 na sebe navazujících lekcí.

7/ PŮLDENNÍ A JEDNODENNÍ AKCE, KONFERENCE

V roce 2015 jsme zorganizovali nebo se organizačně podíleli na několika akcích pro děti, rodiny s dětmi a seniory, naši činnost jsme prezentovali na konferencích a dalších akcích. Jmenujme alespoň některé:



NTTP 2015 (Národní týden trénování paměti)

Ve dnech 16.3.2016 až 22.3.2015, v rámci celosvětové akce "Týden uvědomění si mozků" (Brain Awareness Week), který od roku 1996 pořádá organizace Dana Alliance for the Brain, proběhly tři ukázky v Praze, Doksích a v Kladně.

Šlape to – Nordic Walking

Celodenní či půldenní vycházky a výlety pro seniory, jejich vnučata a ostatní zájemce v Kladně a Praze
Duben až listopad 2015, celkem **16 pochodů** ve spolupráci s Právě teď! o.p.s. a Senior Help s.r.o.

Záříme aneb Akčně Mezigeneračně

dne 12.9.2015 v parku Družba na Praze 4 (známý také jako Pankrácká pláň)
Podíleli jsme se na programu zábavného odpoledne pro všechny generace, které moderovala Jitka Kocurová.
Završením programu bylo vystoupení free style rapperky Sharkass spojené se soutěží v rapování pro každého...

Informační den a konference k oslavám Mezinárodního dne seniorů

v sále Přítomnost, DOS Praha, kde jsme prezentovali aktivační program nejen pro seniory.

Slavnostní koncert Pražského salonního orchestru ve Smetanově síni Obecního domu v Praze

pořádaného KRS hlavního města Prahy k oslavám Mezinárodního dne seniorů.

Rakovina věc veřejná

7.6.2015 Praha, Žluté lázně, přímý vstup s ukázkou aktivačního cvičení.

Setkání pěstounských rodin

3.10.2015 Srby u Kladna, mezigenerační setkání, přímý vstup spojený s ukázkou a výukou aktivačních a regeneračních technik.



Záříme



moderátorka akce Jitka Kocurová



program pro všechny generace

8/ MEZIGENERAČNÍ OZDRAVNÉ REKONDIČNÍ PROGRAMY - Dospělí, SENIOŘI, DĚTI

V jarních a podzimních měsících se nám ve spolupráci se zahraničními partnery a tuzemskými CK podařilo zrealizovat edukační rekondiční programy v maďarských lázních Lenti a chorvatském Umagu. Léčivé účinky termálních vod není třeba zmiňovat. Obdobně je doloženo, že voda Středozemního a Jaderského moře je z hlediska svého složení pro „léčbu mořem“ nejúčinnější. **Pobyť se zúčastnilo 80 osob, z toho 23 dětí ve věku 3 – 16 let.**



Ať jsme, kde jsme, jsme aktivní, neboť věk není překážkou

9/ TRÉNUJ HLAVU, TRÉNUJ TĚLO, ABY ZDRAVÍ VYDRŽELO – realizace a propagace projektu

Ve spolupráci s partnerskou organizací **Právě teď! o.p.s.** a za podpory **Nadačního fondu AVAST** realizujeme projekt fyzické a mentální aktivace seniorů. Cílem je přivést seniory i k aktivitám, kterým se dlouhodobě a cíleně vyhýbají a názorně jim ukázat, jakým způsobem mohou co nejefektivněji, jednoduše, dlouhodobě a pravidelně na sobě pracovat.

Od dubna do listopadu 2015 projekt proběhl v Praze (Rezidence Rossa, DS Slunečnice, DDM hl. m. Prahy – Dům přírodovědců, Praha 9 – Letní slavnosti pro seniory, MČ Praha 2), 3.6.2015 Skřivany jsme se zúčastnili III. Sportovních her seniorů Královéhradeckého kraje, 23.6.2015 Festival sdílení dobré praxe v Kolíně.

Dne 28.11.2015 jsme vyškolili 16 terénních sociálních pracovníků veřejně prospěšné organizace Spirála pomoci, o.p.s. v Kolíně.



jak vyzrát na mozek



sportovní hry seniorů



jak vyzrát na tělo



Atmosféra v Kolíně byla úžasná (Spirála pomoci, o.p.s.)

Závěr

Vznik organizace logicky vyplynul z několikaleté spolupráce PaedDr. Mgr. Hany Čechové, Jolany Ryplové, Kateřiny Lukové, Mgr. Idy Krškové, Bc. Niny Čechové a Jiřího Flajzara v oblasti prevence, obnovy a upevnování zdraví. Aktivita jsou zaměřeny na nejpotřebnější oblasti zkvalitnění života zdravotně znevýhodněných, slabých, nemohoucích a zestárlých. Veškerá činnost směřuje k tomu, aby k naplnění sociálních a materiálních podmínek, upevnění zdraví a sociálního postavení docházelo především vlastním přičiněním jedinců. Jedině tak je možné dosáhnout všeobecné spokojenosti se životem.

Je několik důležitých hledisek, které určují, zda činnost organizace bude či nebude úspěšná.

1. Prvním jsou nadšení a obětaví lidé, kteří svůj volný čas věnují ve prospěch druhých.
2. Druhým je kvalita zázemí, kde projekty vznikají.
3. Třetím je dostatečné finanční zajištění, bez kterého je činnost organizace nemožná.

V roce 2015 se nám podařilo, zejména v souvislosti s podporou NF AVAST, všechna kritéria zajistit. Přejeme si, abychom úspěšně pokračovali i v letech následujících.

Finanční ukazatele roku 2015

ROZVAHA	
	Aktiva Kč
Samostatné movité věci	0
Materiál na skladě	0
Pokladna	16226
Bankovní účty	78273
Celkem	94499
	Pasiva Kč
Dodavatelé	35773
Zaměstnanci	0
Zúčtování sociálního a zdravotního pojištění	0
Ostatní přímé daně	0
Vlastní jmění	
Hospodářský výsledek ve schvalovacím řízení	65717
Celkem	101490
Rozdíl	-6991

VÝSLEDOVKA	
	Příjmy podle zdrojů Kč
Dotace, dary	300000
Ostatní příjmy	1170281
Celkem	1470281
	Náklady Kč
Spotřeba materiálu	96007
Cestovné	57788
Ostatní služby	1323477
Mzdové náklady (lektoři)	
Zákonné sociální pojištění	
Jiné ostatní náklady	
Celkem	1477272
Rozdíl	-6991

Ztráta sledovaného účetního období byla způsobena realizací nových projektů a byla zcela pokryta z finančních prostředků převedených z předchozích období vzniklých v důsledku vykázaných předchozích zůstatků.

Za správnost vyhotovení PaedDr. Mgr. Hana Čechová, předsedkyně.



Velká Dobrá 31.3.2016