



SPOĽACH

Výročná správa SPOĽACH, o.z.
za rok 2013

SPOĽACH, o.z.

Kapitulská 21

974 01 Banská Bystrica

www.spolach.sk

spolach.oz@gmail.com

IČO: 42304300

ČSOB 4017418890/7500

Tel.: 0905 765 231

OBSAH:

1. Základné informácie o organizácii
2. Poslanie, ciele, aktivity OZ
3. Plán činnosti na rok 2013
4. Podporné skupiny a prednášky pre rodiny
5. Tréningy pamäti
6. Osvetová činnosť
7. Distribúcia informačných materiálov
8. Individuálne poradenstvo
9. Požičiavanie odbornej literatúry
10. Vzdelávanie pomáhajúcich profesionálov
11. Účtovná závierka 2013
12. Podakovanie partnerom, sponzorom a dobrovoľníkom

Základné informácie o organizácii

Názov organizácie:	SPOĽACH, o.z.
Sídlo:	Kapitulská 21, 974 01 Banská Bystrica
Web:	www.spolach.sk
E-mail:	spolach.oz@gmail.com
Tel.:	0905 765 231
IČO:	42304300
Bankové spojenie:	ČSOB 4017418890/7500

Orgány občianskeho združenia:

Členská schôdza

Členská schôdza mala v roku 2013 13 členov:

Ľubica Golianová, Júlia Kniezová, Jana Renčová, Miroslava Tokovská, Eva Pivodová, Adriana Kmotříková, Darina Komorová, Tatiana Sujová, Pavel Čabák, Terézia Majlingová, Alžbeta Šipulová, Veronika Pištová, Alena Sušilová

Rada OZ

Členkami rady OZ boli Mgr. Ľubica Golianová (Holosová), Mgr. Jana Renčová a PhDr. Miroslava Tokovská, PhD.

Predseda a podpredseda

Rada spomedzi svojich členov zvolila predsedníčku OZ Mgr. Ľubicu Golianovú, a podpredsedníčku OZ PhDr. Miroslavu Tokovskú, PhD.

Revízor

Revízorom OZ je Mgr. Adriana Kmotříková.

Poslanie, ciele, aktivity OZ

Poslaním občianskeho združenia SPOĽACH je zlepšovať kvalitu života ľudí s ochorením Alzheimerovej choroby a demencie rôznej etiológie prostredníctvom pomoci, podpory, vzdelávania a poskytovania služieb týmto osobám, ich príbuzným, dobrovoľníkom, pomáhajúcim profesionálom a ďalším zainteresovaným osobám.

Ciele SPOĽACH, o.z.:

- zvyšovať informovanosť verejnosti o problematike Alzheimerovej choroby a iných demenciách, o ich možnostiach prevencie, diagnostike a o formách pomoci
- podporovať poskytovanie vzájomnej pomoci všetkým, ktorí sa o človeka s Alzheimerovou chorobou starajú (príbuzní, opatrovatelia, pomáhajúci profesionáli)
- zvyšovať kvalitu života ľudí s Alzheimerovou chorobou alebo iným typom demencie
- predchádzať poruchám pamäti u ľudí v produktívnom veku a u aktívnych seniorov
- podporovať vzdelávanie pomáhajúcich profesionálov, rodín a dobrovoľníkov, ktorí poskytujú starostlivosť o ľudí s Alzheimerovou chorobou a demencie rôznej etiológie

Aktivity OZ:

podporné skupiny a prednášky pre rodiny

tréningy pamäti

osvetová činnosť

distribúcia informačných materiálov

individuálne poradenstvo

požičiavanie odbornej literatúry

vzdelávanie pomáhajúcich profesionálov

Plán činnosti SPOĽACH, o.z. na rok 2013

Rada ako výkonný orgán SPOĽACH, o.z. odsúhlasila dňa 16.1.2013 na rok 2013 nasledovný plán činnosti:

1. Organizovanie a realizácia stretnutí podpornej skupiny príbuzných a opatrovatel'ov ľuďí s Alzheimerovou chorobou (12 stretnutí, 1 x mesačne)
2. Vzdelávanie členov SPOĽACH, o.z. v problematike starostlivosti o ľuďí s Alzheimerovou chorobou
3. Nadviazanie spolupráce s odborníkmi – pozvanie na stretnutia podpornej skupiny (lekár, psychológ, zdravotná sestra, ...)
4. Mapovanie potreby poradenstva ohľadom starostlivosti o ľuďí s Alzheimerovou chorobou a jeho poskytovanie v okrese Banská Bystrica
5. Realizácia tréningov pamäti a kognitívnych tréningov pre ľuďí s Alzheimerovou chorobou v domácom prostredí i v zariadeniach sociálnych služieb
6. Rozvoj telefonického a e-mailového poradenstva pre príbuzných a opatrovatel'ov ľuďí s Alzheimerovou chorobou
7. Rozvoj terénnej sociálnej práce (aktivizácia a kognitívne tréningy pre ľuďí s Alzheimerovou chorobou v ich domácom prostredí) v okrese Banská Bystrica – mapovanie potreby, príprava terénnych pracovníkov

Podporné skupiny a prednášky pre rodiny

SPOĽACH, O.Z. pravidelne raz mesačne organizuje podporné skupiny a prednášky pre rodiny. Členom podpornej skupiny sa môže stať ktokoľvek, koho sa nejakým spôsobom dotkla Alzheimerova choroba (trpí ňou jeho príbuzný, opatruje človeka s Alzheimerovou chorobou), cíti, že potrebuje stretnutia s ľuďmi, ktorí majú podobný problém a chce sa dozvedieť viac o problematike starostlivosti o takto chorého.

Cieľom podpornej skupiny je okrem získania užitočných informácií aj poskytovanie emocionálnej podpory príbuzným a opatrovateľom, vzájomná výmena skúseností a nachádzanie nových riešení problémov pri starostlivosti o človeka s Alzheimerovou chorobou. Stretnutia sa tematicky zamerané, na niektoré témy sú pozvaní odborníci z danej oblasti. Po skončení témy sa odborníčky a odborníci venujú poradenstvu, počúvaniu problémov a emocionálnej záťaže spojenej so starostlivosťou o človeka s ochorením Alzheimerovej demencie, pozitívne motivujú prítomných na zvládanie každodenných starostí a zapožičiavajú odbornú literatúru.

SPOĽACH, o.z. ponúka aj možnosť prísť s chorým, o ktorého sa počas poradenstva postarajú dobrovoľníčky a dobrovoľníci pripravení na prácu so seniormi s Alzheimerovou chorobou.

V roku 2013 OZ uskutočnilo 12 podporných skupín spojených s prednáškou pre rodiny:

23.1.2013, téma *Poruchy prijímania potravy a tekutín pri Alzheimerovej chorobe* (host': zdravotná sestra Bc. Monika Fialová), počet účastníkov: 13

20.2.2013, téma *Práca so spomienkami a ich využitie v domácom prostredí* (viedla Mgr. Ľubica Holosová, SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 8

20.3.2013, téma *Slovenská Alzheimerova spoločnosť* (host': zástupkyňa Slovenskej Alzheimerovej spoločnosti Ing. Alžbeta Veselá), počet účastníkov: 11

24.4.2013, téma *Zvládanie emocionálnej záťaže pri starostlivosti o človeka s Alzheimerovou chorobou* (host': klinická psychologička PhDr. Mária Sopková), počet účastníkov: 14

22.5.2013, téma *Ako efektívne komunikovať s človekom s Alzheimerovou chorobou* (viedla Mgr. Ľubica Holosová, SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 7

19.6.2013, téma *Tréningy pamäti z pohľadu prevencie Alzheimerovej choroby* (viedla Mgr. Jana Renčová, trénerka pamäti, SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 8

17.7.2013, téma *Pomoc ľuďom s Alzheimerovou chorobou* (viedla PhDr. Miroslava Tokovská, PhD., SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 8

14.8.2013, téma *Aktivizácia zmyslov u ľudí s Alzheimerovou chorobou* (viedla PhDr. Miroslava Tokovská, PhD., SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 7

18.9.2013, téma *Možnosti dobrovoľníctva pri starostlivosti o ľudí s Alzheimerovou chorobou* (viedla Mgr. Júlia Kniezová, SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 7

16.10.2013, téma *Relaxácia pre opatrovateľov ľudí s Alzheimerovou chorobou* (host': klinická psychologička PhDr. Mária Homolová, PhD.), počet účastníkov: 9

27.11.2013, téma *Terminálne štádium ľudí s Alzheimerovou chorobou* (host': zdravotná sestra Mgr. Anna Babel'ová, ADOS), počet účastníkov: 12

11.12.2013, téma *Možnosti psychiatra v liečbe Alzheimerovej demencie* (host': lekár psychiater MUDr. Michal Patarák), počet účastníkov: 14

11.12.2013, téma *Možnosti psychiatra v liečbe Alzheimerovej demencie* (host': lekár psychiater MUDr. Michal Patarák), počet účastníkov: 14



Tréningy pamäti

V priebehu mesiacov október – december 2013 sa uskutočnilo spolu 8 tréningov pamäti, každý v trvaní cca 90 minút. Tréningov pamäti sa zúčastnilo spolu 6 účastníkov vo veku 50+. Tréningy boli zamerané na prevenciu, posilňovanie krátkodobej a dlhodobej pamäti, overenie si schopností a vedomostí ako aj zlepšenie vitality a kognitívnych schopností. Účastníci si osvojili techniky a stratégie trénovania pamäti a ich využitie v každodennom živote. Zároveň posilnili svoje schopnosti v oblasti koncentrácie, pozornosti, tvorivosti a samostatnosti.

Tréningy pamäti viedla Mgr. Jana Renčová, trénerka pamäti s certifikátom z Centra MEMORY v Bratislave.



Osvetová činnosť

Vzhľadom na potrebu informovania širokej verejnosti o problematike Alzheimerovej choroby a iných demenciách, o ich možnostiach prevencie, diagnostike a o formách pomoci boli odvysielané dva príspevky:

dňa 12.4.2013 v relácii FOKUS v RTVS – téma venovaná Alzheimerovej chorobe, hostia: PhDr. Miroslava Tokovská, PhD. a Mgr. Ľubica Holosová, zakladajúce členky SPOĽACH, o.z.

dňa 7.10.2013 v Rádiu Regina – krátky príspevok o tréningoch pamäti realizovaných SPOĽACH, o.z. (Mgr. Ľubica Golianová, Mgr. Jana Renčová, PhDr. Miroslava Tokovská, PhD., členky SPOĽACH, o.z.)

Okrem médií OZ využilo na osvetovú činnosť a propagáciu vlastnej činnosti aj vianočné trhy v Banskej Bystrici, kde dobrovoľníci rozdávali letáky a informovali o možnostiach pomoci pre ľudí s Alzheimerovou chorobou a ich príbuzných a opatrovateľov.



Distribúcia informačných materiálov

SPOĽACH, o.z. ako kontaktný bod Slovenskej Alzheimerovej spoločnosti spolupracuje na distribúcii informačných materiálov do rodín dotknutých Alzheimerovou chorobou.

V roku 2013 OZ distribuovalo:

- letáky a brožúry vydané Slovenskou Alzheimerovou spoločnosťou
- vzdelávací film o Alzheimerovej chorobe vydaný farmaceutickou spoločnosťou Vipfarm

a zároveň realizovalo v Banskej Bystrici predaj kníh Rozhovory s ľuďmi chorými na Alzheimerovu chorobu vydanými Slovenskou Alzheimerovou spoločnosťou.

Individuálne poradenstvo

SPOĽACH, o.z. poskytlo v roku 2013 bezplatné individuálne poradenstvo v oblasti problematiky Alzheimerovej choroby:

- osobne
- telefonicky
- e-mailom.



Požičiavanie odbornej literatúry

SPOĽACH, o.z. na požiadanie bezplatne požičiava odbornú literatúru z oblasti problematiky demencie. V roku 2013 bolo vypožičaných rodinnými príslušníkmi ľudí s Alzheimerovou chorobou 6 titulov.

Vzdelávanie pomáhajúcich profesionálov

Dňa 17.10.2013 realizoval SPOĽACH, o.z. 8-hodinové vzdelávanie na tému Komunikácia s ľuďmi s Alzheimerovou chorobou pre 12 účastníkov – zamestnancov Domu Dobrého Pastiera v Sučanoch. Zariadenie poskytuje sociálne služby občanom odkázaným na pomoc inej fyzickej osoby, medzi ktorými sú aj ľudia trpiaci Alzheimerovou chorobou. Vzdelávanie lektorovala Mgr. Ľubica Golianová.



Účtovná zvierka

PRÍJMY A VÝDAVKY		
PRÍJMY	Zdaňovaná činnosť	Nezdaňovaná činnosť
členské	0,00 €	40,00 €
Z darov a príspevkov	0,00 €	622,42 €
Grant	0,00 €	200,00 €
Z poskytovania služieb	0,00 €	439,00 €
Príjmy spolu	0,00 €	1 301,42 €
VÝDAVKY		
Zásoby	0,00 €	0,00 €
Služby	0,00 €	527,00 €
Mzdy, poistné, príspevky	0,00 €	0,00 €
Výdavky spolu	0,00 €	527,00 €
Rozdiel príjmov a výdavkov		774,42 €

MAJETOK A ZÁVAZKY	
Majetok	Stav k 31.12.2013
Pohľadávky	0,00 €
Peniaze ceniny	14,98 €
Priebežné položky	0,00 €
Bankové účty	744,73 €
Majetok spolu	759,71 €
Závazky	
Závazky	20,00 €
Závazky spolu	20,00 €
Rozdiel Majetku a Závazkov	739,71 €

Pod'akovanie partnerom, sponzorom a dobrovoľníkom

SPOĽACH, o.z. ďakuje za spoluprácu a vecnú a finančnú podporu svojim partnerom a sponzorom:

- Slovenská Alzheimerova spoločnosť, o.z.
- Centrum MEMORY, n.o.
- Gee&Stone, s.r.o.
- Radix, s.r.o.
- Pedagogická fakulta Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici

Všetkým nemenovaným dobrovoľníkom ďakuje za akúkoľvek pomoc a čas venovaný v prospech občianskeho združenia.

