SPOĽACH

Výročná správa SPOĽACH, o.z. za rok 2016

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

SPOĽACH

OBSAH:

1. Vznik OZ
2. Členovia OZ
3. Plán činnosti na rok 2016
4. Podporné skupiny a prednášky pre rodiny
5. Zvyšovanie informovanosti verejnosti o problematike Alzheimerovej choroby
6. Distribúcia informačných materiálov
7. Individuálne poradenstvo
8. Požičiavanie odbornej literatúry
9. Dobrovoľníctvo v SPOĽACH, o.z.
10. Účtovná závierka 2016
11. Poďakovanie partnerom, sponzorom a dobrovoľníkom

SPOĽACH

01. Vznik OZ

SPOĽACH, o.z. vzniklo v roku 2012 registráciou na Ministerstve vnútra SR dňa 20.12.2012.

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 príbuzných a pomáhajúcich profesionálov

02. Členovia OZ

SPOĽACH, o.z. malo v roku 2016 16 členov:

• Mgr. Ľubica Golianová	predsedníčka, členka Rady
• Mgr. Jana Renčová	podpredsedníčka, členka Rady
• PhDr. Miroslava Tokovská, PhD.	členka Rady
• Mgr. Júlia Kniezová	revízor
• Koloman Bornemisza	člen
• Terézia Cabanová	členka
• Viera Hazuchová	členka
• Bc. Juliana Holosová	členka
• JUDr. Darina Komorová	členka
• Juraj Ondráš	člen
• Bibiana Palušková	členka
• Mgr. Adriana Palušová	členka
• Veronika Pištová	členka
• Zoja Potkanová	členka
• Alena Sušilová	členka
• Alžbeta Šipulová	členka

SPOĽACH

03. Plán činnosti SPOĽACH, o.z. na rok 2016

Rada ako výkonný orgán SPOĽACH, o.z. odsúhlasila dňa 23.3.2016 na rok 2016 nasledovný plán činnosti:

1. Organizovanie a realizácia stretnutí podpornej skupiny príbuzných a opatrovateľov ľudí s Alzheimerovou chorobou (10 stretnutí, 1 x mesačne) – s prestávkou na mesiace júl a august
2. Vzdelávanie členov a nečlenov SPOĽACH, o.z. v problematike starostlivosti o ľudí s Alzheimerovou chorobou formálnym a neformálnym spôsobom
3. Nadviazanie spolupráce s odborníkmi – pozvanie na stretnutia podpornej skupiny (psychiater, neurológ, psychologička, liečebná pedagogička, právnik a iní odborníci)
4. Realizácia tréningov pamäti a kognitívnych tréningov pre ľudí s Alzheimerovou chorobou
5. Získanie a udržanie dobrovoľníkov a dobrovoľníčok pre prácu v SPOĽACH, o.z.
6. Rozvoj telefonického a e-mailového poradenstva pre príbuzných a opatrovateľov ľudí s Alzheimerovou chorobou
7. Ďalšie odborné vzdelávanie zakladateliek a členiek Rady SPOĽACH o.z.
8. Zvyšovanie informovanosti verejnosti prostredníctvom uverejnenia odborného článku o problematike Alzheimerovej choroby a o podporných skupinách
9. Doplnenie publikácií na požičiavanie o dostupné tituly s problematikou demencie

SPOĽACH

04. Podporné skupiny a prednášky pre rodiny

SPOĽACH, o.z. pravidelne raz mesačne organizuje podporné skupiny a prednášky pre rodiny. Podpornej skupiny sa môže zúčastniť 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.

V roku 2016 OZ uskutočnilo 10 podporných skupín spojených s prednáškou pre rodiny:

- **20.1.2016**, téma Človek s Alzheimerovou chorobou v starostlivosti domácej ošetrovateľskej agentúry (hosť Mgr. J. Vajcíková, ošetrovateľka), počet účastníkov: 15
- **17.2.2016**, téma Ako efektívne komunikovať s osobou s Alzheimerovou chorobou (hosť Mgr. Mária Wirth, PhD., liečebná pedagogička), počet účastníkov: 20
- **23.3.2016**, téma Inšpirácie a vízie v starostlivosti o osoby s demenciou (viedla PhDr. Miroslava Tokovská, PhD., SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 17
- **20.4.2016**, téma Ako zvládnuť bežný deň s človekom s Alzheimerovou chorobou (viedla Mgr. Ľubica Golianová, SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 8
- **18.5.2016**, téma Ako efektívne komunikovať s osobou s Alzheimerovou chorobou II. (hosť Mgr. Mária Wirth, PhD., liečebná pedagogička), počet účastníkov: 11
- **22.6.2016**, téma Kvalita života osôb s demenciou Alzheimerovho typu (viedla PhDr. Miroslava Tokovská, PhD., SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 15
- **28.9.2016**, téma Novinky v starostlivosti o osoby s demenciou (viedla Bc. Juliana Holosová, SPOĽACH, o.z.), počet účastníkov: 13
- **19.10.2016** téma Život človeka s demenciou v zariadení sociálnych služieb (hosť PhDr. Erika Sučanská, riaditeľka Dominik, n.o.), počet účastníkov: 12
- **16.11.2016**, téma Sieťovanie sociálnych služieb pre seniorov s demenciou (hosť: doc. PhDr. Irena Kamanová, PhD., MHA, sociálna pracovníčka), počet účastníkov: 12
- **14.12.2016**, téma Denný režim človeka s Alzheimerovou chorobou v domácom prostredí (hosť PaedDr. Mária Čunderlíková, liečebná pedagogička), počet účastníkov: 21

Celkovo sa za rok 2016 podporných skupín zúčastnilo 144 osôb.

SPOĽACH

05. Zvyšovanie informovanosti verejnosti o problematike Alzheimerovej choroby

V rámci zvyšovania informovanosti verejnosti o problematike Alzheimerovej choroby boli zrealizované nasledovné aktivity:

- odborný článok *Problematika podporných skupín príbuzných osôb so syndrómom demencie v medzinárodnom kontexte* uverejnený v internetovom časopise PROHUMAN, autorka PhDr. Miroslava Tokovská, PhD.: http://prohuman.sk/socialne-sluzby/problematika-podpornych-skupin-pribuznych-osob-so-syndromom-demencie-v-medzinarodnom-kontexte

- odborný článok *Podporné skupiny pre príbuzných pacientov s Alzheimerovou chorobou* uverejnený v lekárskom časopise SOLEN, autorka PhDr. Miroslava Tokovská, PhD.: http://www.solen.sk/pdf/dd9fe87845470c56d150adb707ae99bd.pdf

- prezentácia výsledkov výskumu o SPOĽACH na konferencii v Nórsku v meste Stavanger dňa 8. a 9.6.2016 pod názvom *Pårørende med personer med demens sine opplevelser av deltakelse i en samtalegruppe*, autorka PhDr. Miroslava Tokovská, PhD.

- prezentácia podpornej skupiny na 6. ročníku medzinárodnej konferencie „Rodina v zdraví a chorobe" v Českej republike v Zlíne dňa 13.10.2016 na pôde Fakulty humanitných štúdií UTB (Univerzita Tomáše Bati) príspevkom na tému Význam osobnej účasti blízkej osoby v podpornej skupine príbuzných osôb s ochorením Alzheimerovej choroby, autorka PhDr. Miroslava Tokovská, PhD.

SPOĽACH

06. Distribúcia informačných materiálov

SPOĽACH, o.z. ako kontaktný bod Slovenskej Alzheimerovej spoločnosti spolupracoval na distribúcii informačných materiálov do rodín dotknutých Alzheimerovou chorobou.
V roku 2016 OZ distribuovalo letáky a brožúry vydané Slovenskou Alzheimerovou spoločnosťou.

Priamo v Banskej Bystrici realizovalo OZ predaj kníh:

- *Rozhovory s ľuďmi chorými na Alzheimerovou chorobu* vydané Slovenskou Alzheimerovou spoločnosťou
- *Validácia – Cesta, ako porozumieť dezorientovaným starým ľuďom* vydané OZ Terapeutika (preklad knihy od Naomi Feil a Vicki de Klerk-Rubin do slovenského jazyka).

SPOĽACH

07. Individuálne poradenstvo

Bezplatné poradenstvo v oblasti problematiky starostlivosti o človeka s Alzheimerovou chorobou bolo poskytnuté nasledovne:

- osobné poradenstvo - 7 osôb (rodinných príslušníkov)
- telefonické poradenstvo – telefonické dopyty na poradenstvo smerujeme na osobné stretnutie
- e-mailové poradenstvo – smerujeme na osobné stretnutia, v prípade doplňujúcich otázok po osobnom stretnutí zostávame pri e-mailovom poradenstve.

Najčastejšie sa poradenstvo pre rodinných príslušníkov ľudí s Alzheimerovou chorobou zameriavalo na tieto okruhy:

- dôležitosť dodržiavania farmakologickej terapie
- informácie o priebehu ochorenia (štádia ochorenia, zmeny v správaní)
- vhodný spôsob komunikácie s človekom s Alzheimerovou chorobou
- hľadanie možností pomoci a starostlivosti prostredníctvom sociálnej služby
- každému rodinnému príslušníkovi bola ponúknutá možnosť zúčastňovať sa podpornej skupiny.

SPOĽACH

08. Požičiavanie odbornej literatúry

SPOĽACH, o.z. na požiadanie bezplatne požičiava odbornú literatúru z oblasti problematiky demencie, aby aj takouto formou pomohlo príbuzným a opatrovateľom ľudí s Alzheimerovou chorobou zorientovať sa v novej situácii.
V roku 2016 bolo vypožičaných prevažne dobrovoľníčkami OZ 12 titulov.

V súčasnosti má SPOĽACH, o.z. k dispozícií na požičiavanie tieto odborné tituly:

P.č.	Názov publikácie	Autor	Rok vydania
1.	Nekognitívna symptomatika pri demenciách vo vyššom veku	Mária Ondriášová	2015
2.	Životní cyklus rozšířený a dokončený (Devět věků člověka)	Erik H. Eriksom	2015
3.	Motivační tříminutovky (Přes 100 jednoduchých cvičení k aktivizaci skupiny	Kathy Paterson	2015
4.	Zábavné kvízy pro každý věk	Jitka Suchá	2015
5.	Testy a dotazníky provyšetřování kognitivních funkcí, nálady a soběstačnosti	Aleš Bartoš, Miloslava Raisová	2015
6.	Když se pamět vytrácí		2015
7.	Šedesátka není hřích	Neville Smith	2012
8.	Mami, kdy už konečně umřeš?	Martina Rosenberg	2016

SPOĽACH

P.č.	Názov publikácie	Autor	Rok vydania
9.	Lentilka pre dedka Edka	Ivona Březinová	2015
10.	Kvalita života seniorů v domovech pro seniory	Dagmar Dvořáčková	2012
11.	Zvládaní problémových situací se seniory (Nejen v pečovatelských službách)	Marcela Hauke	2014
12.	Průvodce vyšším věkem (Manuál pro seniory a jejich pečovatele)		2014
13.	Knížka pro vzpomínání a procvičování paměti	Klára Cingrošová, Klára Dvořáková	2014
14.	Demencia	Lívia Vavrušová a kolektív	2012
15.	Alzheimerova choroba (Průvodce pro blízké nemocných)	Mathilde Regnault	2011
16.	Volnočasové aktivity pro seniory	Vladimíra Holczerová, Dagmar Dvořáčková	2013
17.	Jak člověk v duchu uvažuje, takový opravdu je (Svědectví o péči o nevyléčitelně nemocné)	Maria Anne Hirschmannová	2015

09. Dobrovoľníctvo v SPOĽACH, o.z.

SPOĽACH, o.z. vykonáva svoju činnosť vďaka dobrovoľníckej práci členov a dobrovoľníkov OZ. Je držiteľom značky kvality **"S dobrovoľníkmi a dobrovoľníčkami to vieme!".**

Členovia SPOĽACH, o.z. vykonávajú svoju činnosť dobrovoľnícky bez nároku na finančnú odmenu.

V roku 2015 odpracovali členovia SPOĽACH, o.z. nasledovný počet dobrovoľníckych hodín:

- Mgr. Jana Renčová 67 hodín
- Mgr. Júlia Kniezova 52 hodín
- PhDr. Miroslava Tokovská, PhD. 45 hodín
- Bc. Juliana Holosová 31,5 hodín
- Mgr. Ľubica Golianová 21 hodín

Spolu: 216,5 hodín

Dobrovoľníci SPOĽACH, o.z. odpracovali nasledovný počet dobrovoľníckych hodín:

- Ondrej Kniez 9 hodín
- Magdaléna Škubníková 25 hodín
- Mgr. Veronika Schmidtová 17,5 hodín
- Anna Kniezová 25 hodín

Spolu: 48 hodín

10. Účtovná závierka

Príjmy 2016

1.	dary	1 820,00 €
2.	vlastný vklad	0,00 €
3.	úroky	0,48 €
4.	2% dane	2 677,75 €
5.	tréningy pamäte	0,00 €
6.	školenia	0,00 €
7.	členské	95,00 €
spolu		4 593,23 €

Výdaje 2016

1.	účt. Služby	135,30 €
2.	doména,hosting	36,53 €
3.	poplatky banke	93,80 €
4.	2% dane	4 178,59 €
5.	vrátenie vkladu	0,00 €
6.	občerstvenie	18,26 €
spolu		4 462,48 €

Použitie 2% dane z roku 2015 (ostalo 2 765,53 Eur)

1.	kancel.potreby	12,00 €
2.	účasť na školení	751,81 €
3.	DKP	1 356,02€
4.	odb. materiály	275,83 €
5.	Poštovné, popl.	16,20 €
6.	nájomné	361,20 €
spolu		**2 773,06 €**

Použitie 2% dane z roku 2016 (2 677,75 Eur)

1.	kancel.potreby	108,86 €
2.	účasť na školení	93,02 €
3.	drobný majetok	
4.	odb. materiály	210,44 €
5.	poštovné, popl	71,76 €
6.	nájomné	145,00 €
7.	odb. pomôcky	15,98 €
8.	tel. poplatky, int.	21,27 €
9.	rekl. Predmety, inzercia	739,20 €
spolu		**1 405,53 €**

presun do roku 2017 1 272,22 €

11. Poďakovanie partnerom, sponzorom a dobrovoľníkom

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

- **Slovenskej Alzheimerovej spoločnosti, o.z.**
- **Centru MEMORY, n.o.**
- **OZ Terapeutika**
- **Radix-u, s.r.o.**
- **Slovensko-nemeckej únii so sídlom v Reutlingen, Nemecko**
- **Pedagogickej fakulte Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici**
- **všetkým nemenovaným dobrovoľníkom**
- **všetkým jednotlivcom a firmám, ktoré nám poukázali 2% z dane z príjmu**

Ilustračné fotky: Vladimír Tokovský, st.

SPOĽACH, o.z.
Kapitulská 21,
974 01 Banská Bystrica

Web: www.spolach.sk
Email: spolach.oz@gmail.com

Tel: 0905 765 231
IČO: 42304300
DIČ: 2023726188
Bankové spojenie: ČSOB 4017418890/7500
IBAN: SK91 7500 0000 0040 1741 8890
BIC (SWIFT): CEKOSKBX

Registrácia: Ministerstvo vnútra SR,
č. spisu VVS/ 1-900/90 - 40604 z 20.12.2012