

Výroční zpráva za rok 2015

Navšečnočas z.s.

Adresa sídla spolku: Hloubětínská 18, 198 00 Praha 14

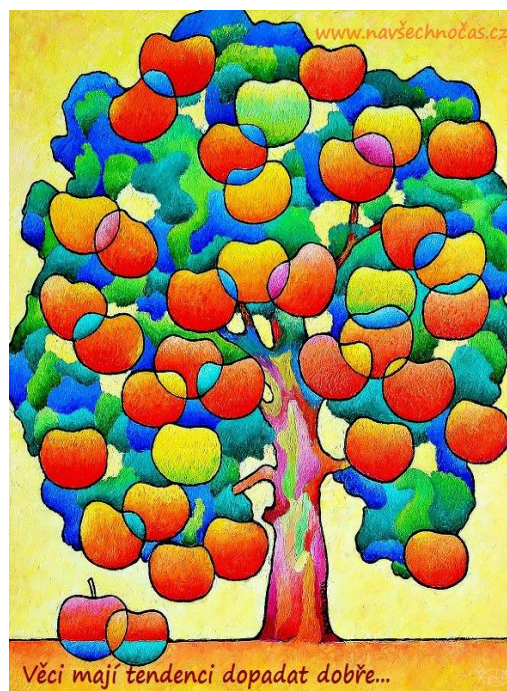
Adresa provozovny: U Zásobní zahrady 8/2445, 130 00 Praha 3

Tel.: 607 959 849

www.navsechnocas.cz

E-mail: navsechnocas@email.cz

IČ: 266 46 340



- **O nás**

Navšečnočas je nezisková organizace, která se v letošním roce přetransformovala. Změnila název a rozšířila svou působnost na podporu rodin s handicapovaným členem. Z již asi přes 10 let fungující neziskové organizace jménem **Instep o. s.**, která měla předmětem svého zájmu především prohlubování a šíření informací v oblasti skupinové psychoterapie a poradenství.

Nyní tedy Navšechnočas z. s. rozšířil své aktivity na pomoc a podporu rodin, jež dlouhodobě pečují o postižené dítě a bývají tím vystaveny velké psychické a fyzické zátěži.

- **Cíle a poslání**

Jedním ze dvou předmětů zájmu a cílů spolku je podpora rodin, které dlouhodobě pečují o dítě s postižením.

Spolek poskytuje nejen podporu, ale i služby.

- **Odlehčovací služby**, které umožní rodičům odpočinek a zapojení do společenských aktivit. Mohou tedy pečovat o svou vlastní osobu.
- **Organizuje krátkodobé pobyty** dětí mimo rodinu – tábory, výlety.
- **Vyhledává a proškoluje dobrovolníky**, jež by mohli rodinám pomoci.
- **Pořádá přednáškovou činnost** související s touto problematikou.

Druhým, rovnocenným předmětem zájmu spolku, je výměna, prohlubování a šíření informací v oblasti skupinové psychoterapie a poradenství mezi odbornou i laickou veřejností.

Spolek poskytuje také konzultační služby.

Posláním spolku je podpora duševního a duchovního růstu člověka v kontextu jeho profesionálního i osobního zaměření.

Spolek organizuje a realizuje vzdělávací a výcvikové projekty pro odbornou veřejnost.

Naše aktivity v roce 2015

- **Podpůrná, terapeutická skupina**

Již třetím rokem probíhala pravidelně jednou měsíčně podpůrná terapeutická skupina pro rodiče a rodinné příslušníky, kteří dlouhodobě pečují o osobu s postižením.

Rodiče zde mají možnost sdílet své příběhy, radosti i starosti. Pod vedením dvou terapeutů je ve skupině prostor a čas pro mnohé.

V roce 2015 proběhlo 10 setkání, jehož se opakovaně či jednorázově zúčastnili členové z 8 rodin. Tato služba je pro jejich uživatele zdarma.

- **Respitní péče**

„**Respitní péči** lze definovat jako péči poskytovanou lidem, kteří dlouhodobě pečují o postižené. Pojem respitní vznikl v 60. letech v USA a označuje úlevovou, odlehčovací, zástupnou péči. Vychází z předpokladu, že člověk, který pečuje o své dítě, případně jinou

osobu s postižením, potřebuje realizovat svoje potřeby a věnovat se svým vlastním zájmům, zkrátka potřebuje odpočinek a volný čas věnovaný sám sobě.“

Náš spolek se snaží tuto péči nabízet rodinám, které pečují o těžce, kombinovaně postižené dítě. Forma, kterou jsme zvolili a o jejíž podporu chceme požádat, je dvojitá. Jednak jde o 1 denní - 24 hodinovou pomoc tak zvaný „**Krátký respit**“ kdy za rodiče nemusí v pátek odpoledne vyzvednout děti z denního stacionáře a mohou strávit volný večer. Naši asistenti se postarají o jejich děti, které si v sobotu po obědě vyzvednou. Druhá forma je tak zvaný „**Vícedenní respit**“, kdy naši asistenti s dětmi odjíždí mimo město, jak už název napovídá na více dnů.

V roce 2015 proběhlo několik pobytů, které jsme spolupořádali s Integračním centrem Zahrada.

Jednalo se o 5 „Krátkých respitů“, které využilo 10 rodin.

Dále 2 jarní „Vícedenní respity“ (5-ti denní), které využilo 9 rodin a 2 prázdninové (6-ti denní), které využilo 12 rodin.

Zajištění respitních pobytů

V roce 2015, všechny naše aktivity probíhaly formou bezplatné pomoci díky zaměstnancům IC zahrada.

Vnímali jsme tento rok jako přelomový.

- **Vzdělávací akce**

V roce 2015 jsme spolu s Integračním centrem Zahrada vybudovali prostor – zázemí pro tyto aktivity. Jde o projekt „JURTA“:

V Jurtě najdou zázemí jak skupinky odborné veřejnosti, tak i naše cílová skupina. Rodiny dětí s handicapem. Zázemí jurty nabízí prostor pro setkávání, odpočinek, cvičení, přednáškové aktivity, terapeutické dílny, programy pro děti i dospělé, jako kavárna a čítárna.

Místo kde je na všechno čas a prostor pro mnohé.

Vize na další období:

- **Rehabilitační chodník**



Soustředíme se na shromáždění finanční podpory k pořízení rehabilitačního chodníku - speciálního tělocvičného a rehabilitačního nářadí pro klienty s těžkým kombinovaným postižením. Chodník chceme využívat pro handicapované děti během krátkých „respitů“ a také pro jejich pečovatele v době, kdy jim „umožníme“ pracovat na svém zdraví.

Využití Rehabilitačního chodníku:

- nácvik správného stereotypu chůze
- rozvoj rovnováhy, koordinace a obratnosti
- zlepšení celkové kondice
- posílení posturálních svalů
- podpora správného, vzpřímeného držení těla
- redukce hmotnosti

Pečlivě vybraný typ chodníku, vyhovuje z hlediska funkcí, zajišťuje bezpečné podmínky pro terapii a umožňuje naplnit záměr terapie vzhledem k diagnózám klientů. Tělocvična, kde by byl chodník umístěn, se nachází v objektu denního stacionáře pro děti s kombinovaným postižením. Využívají ji klienti stacionáře, ambulantní klienti (děti s handicapem, jejichž rodiny jsou klienty naší neziskové organizace – Navšechnočas z.s.)

- Rádi bychom také pokračovali v našich tradičních aktivitách a rozšířili jejich objem.

• **Finance**

Letošní rok probíhal celý formou bezplatné pomoci, především z řad zaměstnanců IC Zahrada, taktéž prostor pro naši činnost nám byl zdarma touto organizací propůjčen.

Navšechnočas z. s. disponuje transparentním účtem. č. ú. **855337501/5500**

- **Poděkování**

Naše velké poděkování patří Integračnímu centru Zahrada, které nám bezplatně poskytlo prostory pro naše služby.

V neposlední řadě velký dík patří všem lidem, kteří nám v tomto roce pomohli překlenout pomyslný mezník naší historie.

- **Lidé v Navšechnočas z.s.**

Kateřina Drahotová - předseda, člen rady představenstva

Karel Fišer – člen rady představenstva

Jiří Drahot – člen rady představenstva

Pavλίna Pospíšilová – člen rady, administrátor projektů

Příloha fotodokumentace - Dokončené projekty v roce 2015

- **Jurta**

Jedna slunečná neděle v Zahradě. A jurta rostla před očima . A je na světě. Je

krásná. Hned jak ji vybavíme a zabydlíme, bude možno vejít., posedět, poležet, koukat do nebe....

Poděkování Liborovi Mackovi a jeho kolegům za stavbu.

www.jurtaprozivot.cz



- **„Vícedenní respity“ - Respitní pobyty**

Duben 2015

Bělá pod Bezdězem

Jeden krásný výlet,

na vodě, na suchu, v lese i na loukách, prima to bylo.





Květen 2015

Letošní květnový výlet ve spolupráci s rehabilitačním týmem IC Zahrada byl ve znamení psů a všelijaké zvěře.

Na samotě uprostřed lesů a luk v osadě Hojava.

Prý bylo nejlépe v Jihlavské ZOO.

Slunce, dobré zdravé jídlo.

Užili si všichni - bohatě.



Červenec 2015

Tábory o prázdninách

Společně s Integračním centrem Zahrada probíhají odlehčovací respitní pobyty pro děti s kombinovaným postižením.

Někdo byl o prázdninách v Českém ráji, někdo v Rožnově pod Radhoštěm.

Oba pobyty byly pětidenní. Zúčastnilo se dvanáct dětí.

Děti si to užily a rodiče snad trošku odpočinuli.

