



Výroční zpráva 2017  
**Alfa Human Service**



*„Pomáháme těm, kteří pečují o druhé.“*

**Alfa Human Service, z. s.** od roku 2000 poskytuje psychoterapeutickou podporu a vzdělávání formou konzultací, poradenství a koučinku v ambulantním Alfa centru:

- pečujícím rodičům s dětmi se zdravotním postižením
- osobám, pečujícím o dlouhodobě nemocné blízké

Provozuje také informační portál [www.alfabet.cz](http://www.alfabet.cz) pro rodiče s dětmi se zdravotním postižením.

## CÍLE ALFA HUMAN SERVICE

Tématem, které spojuje všechny služby Alfa Human Service je **podpora pečujících osob**, cílem potom:

- posílení psychické stability pečujících osob,
- předcházení syndromu vyhoření,
- zefektivnění komunikace s okolím (partneři, pečující odborníci),
- pomoc při zpracování emočně náročných situací v životě,
- pomoc při skloubení pracovního života s péčí o (dlouhodobě) nemocnou blízkou osobu
- posílení výchovných přístupů k handicapovaným dětem.



NEZISKOVÁ ORGANIZACE Alfa Human Service v ČR funguje již 15 let (Praha, Plzeň, Pardubice) a zaměřuje se na „PÉČI O PEČUJÍCÍ“. Jedná se o ty, kteří dlouhodobě pečují o někoho blízkého – o rodiče postižených dětí nebo rodinné příslušníky v případě dlouhodobé nemoci, ale i o profesionály, tedy učitele a sociální pracovníky.



Pomáháme těm, kteří pečují o druhé.

SEZNAMTE SE S NÁMI! [www.alfahs.cz](http://www.alfahs.cz), [www.alfabet.cz](http://www.alfabet.cz)

# ČINNOST ALFA HUMAN SERVICE 2017

## Alfa Human Service provozuje:

1. ambulantní poradenské Alfa centrum
2. komunitní centrum Alfa
3. dětskou skupinu Alfík
4. informační portál Alfabet
5. koučink pro ženy

## 1. Ambulantní poradenské ALFA centrum pro pečující

V roce 2017 poskytoval tým Alfa Human Service v **ambulantním centru psychoterapeutickou pomoc dlouhodobě pečujícím** především formou individuálních konzultací. Pro uzavřenou skupinu z Dobříše byl uspořádán jednodenní kurz s nácvikem relaxačních technik Den pro sebe a psychorehabilitační pobyt pro rodiny s dětmi se zdravotním postižením.

Ambulantní poradna pro pečující také začala spolupracovat se Sociální klinikou, jejímž posláním je poskytovat kvalitní terapeutické služby lidem, kteří se nacházejí v náročné životní situaci a nemohou si služby z finančních důvodů dovolit. V případě, že se na kliniku obrátí pečující, přebírá ho jako klienta ambulantní poradenské centrum Alfa.



NADACE  
AGROFERT

## 2. Komunitní centrum Alfa

V komunitním centru Alfa se setkávají děti v dětské skupině Alfík i senioři v kurzech centra, rodiče dětí z Alfíku i rodiče dětí se zdravotním postižením.

### **Alfa Human Service tak spojuje všechny generace.**

Alfa centrum nabízí vzdělávací a volnočasové aktivity pro rodiny s dětmi v nepříznivé sociální situaci na spolupracujících základních školách a pro seniory, kteří se nemají možnost zapojit do služeb, které nabízí Praha 3.

Pro velký zájem probíhaly v roce 2017 kurzy **Trénink paměti pro seniory** hned v několika skupinách, ačkoli se jednalo o první podobnou aktivitu pro seniory v Alfa centru.

Na ZŠ Jeseniova se starší děti mohly zapojit do **kroužku** Poznej svou sílu, kterým pomáhal zvládat jejich emoce, umožnil jim poznat a ovládat vlastní sílu a byl propojen se základními prvky sebeobrany. Výtvarné tvoření hrou, kde děti rozvíjí svoje výtvarné tvoření, kreativitu, formou kreslení, her, tvoření, modelování a dalších technik, bylo další variantou trávení volného času na stejné základní škole pod vedením zkušené lektorky Alfa Human Service.

Během školního roku pokračoval také projekt Doučování na ZŠ Jeseniova a ZŠ Chmelnice pro děti, které potřebují individuální přístup k učení a upevňování probírané látky.

Kurzy komunitního centra Alfa jsou pro zájemce zdarma díky podpoře Operačního programu Praha – pól růstu ČR a Městské části Praha 3.



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Praha – pól růstu ČR



### 3. Dětská skupina Alfík

Poskytování služeb v oblasti pomoci pečujícím zahrnuje v Alfa Human Service i **podporu matek zdravých dětí v rámci jejich začlenění do pracovního života**.

Po celý rok 2017 byla v provozu **dětská skupina Alfík** pro děti již od dvou let věku. Děti i rodiče jsou velmi spokojeni, zájem o tuto službu je veliký a kapacita dětské skupiny je stále plně obsazena.

Na konci školního roku 2016/17 opustily dětskou skupiny první „školáčci“, tedy děti, které po letních prázdninách přestoupily do „velké“ školky již adaptovány a bez problémů.

Projekt dětské skupiny Alfík je podpořen **z Evropského sociálního fondu** prostřednictvím Operačního programu Zaměstnanost.



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



## 4. Informační portál Alfabet

Alfa Human Service, z. s. provozuje v rámci své činnosti také **informační portál Alfabet** pro rodiny s dětmi se zdravotním postižením a ostatní pečující osoby bez ohledu na diagnózu: [www.alfabet.cz](http://www.alfabet.cz).



### Motto portálu Alfabet

*„Rodič potřebuje být dostatečně a srozumitelně informován o speciální péči svého dítěte se zdravotním postižením, a to z hlediska věku dítěte, druhu postižení a vlastní péče o dítě. Rodič potřebuje i další informace a pomoc.“*

Naším cílem je, aby se z rodiče “laika” stal rodič “profesionál”, který dostatečně rozumí sdělovaným informacím a chápe jejich souvislosti.“

## 5. Koučink pro ženy

Alfa Human Service nabízí také službu životního i profesního **koučinku pro ženy před, během i po mateřské a rodičovské dovolené**, přičemž veškerý zisk z této služby jde na hlavní činnost organizace na pomoc pečujícím rodičům. Tuto službu poskytují koučové **certifikovaní v ČAKO**, kteří takto podporují Alfa Human Service.



# STŘÍPKY Z ROKU 2017 v Alfa Human Service, z. s.

Od ledna 2017 se Alfa Human Service s ostatními neziskovými organizacemi, z Prahy 3, které se věnují mimoškolnímu vzdělávání, zapojila do pracovní skupiny projektu **Místní akční plán (MAP) rozvoje vzdělávání Městské části Praha 3**. V rámci projektu se Alfa zúčastnila SWOT analýzy, konference a dalších aktivit projektu, který je zaměřen na tvorbu strategického dokumentu v oblasti vzdělávání pro Prahu 3 a spolupráci mezi základními a mateřskými školami a neziskovými organizacemi.

V květnu Alfa načerpala nové informace na téma pečujících rodin na konferenci INFOR-MAL!!! v Ostravě, kterou pořádala Fakulta sociálních studií Ostravské univerzity. Tyto poznatky pak tým Alfa Human Service využil ve své další činnosti.

## Workshopy k problematice pečujících na půdě Senátu Parlamentu ČR



Alfa Human Service uspořádala 18. 5. 2017 pod záštitou 1. místopředsedkyně Senátu Parlamentu ČR Mgr. Miluše Horské první odborný workshop na senátní půdě. Téma **„Podpora dlouhodobě pečujících a její vliv na rodinu“** rezonovalo v příspěvcích všech hostů.

Druhý workshop, který navazoval již rozpracováním konkrétních kroků na květnový, se konal 31. 10. 2017 pod názvem: **Pečujme o své pečující tady a teď**.





Pro další spolupráci byla vytvořena pracovní skupina k této problematice a vznikla tak nezávislá platforma Podpora pečujících. V rámci této platformy spolupracuje v současné době aktivně šest organizací z celé ČR, další organizace zabývající se touto problematikou se připojily pasivně.

Shrnutí a tiskové zprávy z obou událostí je možné nalézt na webových stránkách [www.alfahs.cz](http://www.alfahs.cz) a/nebo na webu Senátu Parlamentu ČR [www.senat.cz](http://www.senat.cz)

Červen se opět nesl ve znamení veletrhu sociálních služeb **Veletrhojka** na Náměstí Jiřího z Poděbrad, který již každoročně pořádá Městská část Praha 3.



Téma podpory pečujících zaujalo i **TV Barrandov – 9. 10. 2017** od 18.30 h. byl odvysílán v pořadu Naše zprávy příběh, který natočili reportéři této televize v Přezleticích s maminkou malé Elenky a s psychoterapeutkou Alfa Human Service Martinou Chmelovou. Reportáž je v on line archivu této televizní stanice.



Rok 2017 již tradičně zakončila Vánoční dílna v Alfa centru – PF 2018!





## Zpráva o hospodaření za rok 2017

Stav pokladny k 31. 12. 2017: ..... 13 589 Kč  
Stav na bankovním účtu k 31. 12. 2017: ..... 698 488,69 Kč

**Výnosy celkem: ..... 1.972.935,42 Kč**  
Dotace: ..... 1 311 599,30 Kč  
Výnosy v rámci hlavní a hospodářské činnosti: ..... 456 370 Kč  
Dary: ..... 199 880 Kč  
Ostatní výnosy: ..... 5 086,12 Kč

**Náklady celkem: ..... 1 917 103,83 Kč**  
Energie a materiál: ..... 83 151,30 Kč  
Daně a poplatky: ..... 0 Kč  
Mzdová evidence: ..... 1 315 419 Kč  
Ostatní náklady: ..... 518 533,53 Kč

Všechny účetní doklady a podrobná účetní uzávěrka jsou zájemcům k dispozici v kanceláři Alfa Human Service, z. s. na vyžádání.

Uvedenou činnost mohla Alfa Human Service v roce 2017 realizovat díky podpoře následujících subjektů:



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Praha – pól růstu ČR



Evropská unie  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



NADACE  
AGROFERT

- MIKOPA spol. s r.o.,
- Martin Skurla – hmotné dary

**Děkujeme všem našim partnerům a dárcům v roce 2017!**



**ALFA  
HUMAN  
SERVICE**

Chcete s námi zůstat v kontaktu a dozvědět se o nás všechno?  
Náš newsletter je tu pro Vás! Zadejte svůj e-mail na: [www.alfahs.cz](http://www.alfahs.cz)  
a budete dostávat svoji pravidelnou dávku informací.

**Alfa Human Service, z. s.**

Na Vrcholu 25/ 2595

130 00 Praha 3

IČO: 70863059

Bankovní spojení: 140 07369/0800

Tel: 242 441 486

E-mail: [info@alfabet.cz](mailto:info@alfabet.cz)

[www.alfabet.cz](http://www.alfabet.cz), [www.alfahs.cz](http://www.alfahs.cz)