



Výroční zpráva 2023
Alfa Human Service, z. s.



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 případech dlouhodobé nemoci, ale i o profesionály, tedy učitele a sociální pracovníky.



Pomáháme těm, kteří pečují o druhé.

SEZNAMTE SE S NÁMI! www.alfahs.cz, www.alfabet.cz

Alfa Human Service, z. s. už 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, dlouhodobě pečujícím o nemocné blízké

CÍLE ALFA HUMAN SERVICE

- 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

Tématem, které spojuje všechny služby Alfa Human Service je **podpora dlouhodobě pečujících osob.**

ALFA HUMAN SERVICE PROVOZUJE

- ambulantní Alfa centrum a poradnu pro pečující
- informační portál www.alfabet.cz
- dětskou skupinu Alfík



ČINNOST ALFA HUMAN SERVICE 2023

AMBULANTNÍ ALFA CENTRUM A BETA PORADNA PRO PEČUJÍCÍ

Psychoterapeutickou pomoc pro pečující v roce 2023 poskytovala Alfa Human Service následujícími způsoby:

- **Poradenství a terapie v ambulancím Alfa centru a Beta poradně** – individuální konzultace poskytují psychoterapeuti s odbornou kvalifikací
- **Ergoterapie** – přímá práce s dětmi se zdravotním handicapem a jejich rodiči, dle individuálních potřeb dítěte a celé rodiny – služby Beta poradny
- **Edukace a skupinové práce** – pravidelná setkávání pečujících vždy ve čtvrtek v podvečerních hodinách s psychoterapeutkou – služby Alfa centra a Beta poradny
- **Sociálně aktivizační služba pro děti a mládež se zdravotním postižením** – pravidelná setkávání v klubovně se sociální pedagožkou v rámci Beta poradny, nácvik sociálních dovedností, nácvik samostatnosti a soběstačnosti, finanční gramotnosti, komunikačních dovedností, setkávání mladých dospělých se zdravotním postižením, apod...
- **Pobyt rodin s mladistvými osobami se ZP**

23. – 28.10.2023 se konal další psychorehabilitační pobyt pro rodiny s dětmi se zdravotním postižením ve Střelských Hošticích, který byl realizován v rámci Beta poradny. Pobytu se zúčastnilo 10 rodin. Celkem bylo podpořeno v rámci projektu 14 pečujících rodičů z řad cílové skupiny osob a 14 dětí se zdravotním postižením. Pobytu se zúčastnili také zdraví sourozenci dětí se ZP. Hlavními tématy práce rodičovské skupiny bylo zaměření na získávání vnitřní stability rodiče, výchovné přístupy u dětí se ZP, separace dítěte se ZP, nácvik soběstačnosti a principy sdílené péče o dítě se ZP. V rámci odborného programu děti absolvovaly skupinovou léčebnou tělesnou výchovu, program s prvky arteterapie, trénink a nácvik soběstačnosti - zejména separaci od rodičů, přijímání asistentké péče, nácvik oblékání, příjmu potravy, základní orientace v plánu dne, zvládání sociálních situací, posílení komunikačních schopností v kolektivu apod.



- Informační portál pro pečující Alfabet je prvním projektem Alfa Human Service, z.s., organizace, která vznikla v roce 2000.
- Portál se zaměřuje na podporu pečujících, ať již je opečovávanou osobou dítě či dospělý se ZP, dlouhodobě nemocný, člověk po úraze či senior.
- Informace zveřejněné na portálu Alfabet jsou psány a garantovány odborníky z daných oblastí.



The screenshot shows the website interface with a navigation menu at the top: Dítě se zdravotním postižením, Pečuji o seniora, Vážně nemocní partner, Péče o sebe, Legislativa, Slovník, and Kontakt. The main content area features a banner 'Jak na péči? Příručka pro pečující je na světě!...' and a section titled 'CO JE NOVÉHO?' with two featured articles: 'Desatero Alfa Human Service pro zlepšení psychické pohody' and 'Dlouhodobá péče o děti se zdravotním postižením a podpora pečujících rodičů'. A right-hand sidebar lists several other articles with their dates and categories.

DĚTSKÁ SKUPINA ALFÍK

Již od 1.9. 2016 provozuje Alfa Human Service Dětskou skupinu Alfík - přijímány jsou děti od 2 do 3 let. DS Alfík se zaměřuje na individuální výchovnou péči a na rozvoj schopností dítěte, jeho kulturních a hygienických návyků přiměřených věku. Děti jsou pomocí her, čtení a venkovních aktivit připravovány na plynulé zapojení do systému předškolního vzdělávání (velké školky) a stejně tak si postupně zvykají na dětský kolektiv. Péči a výchovný program zajišťují kvalifikovaní pracovníci DS (pečující osoby).

Dětská skupina Alfík je registrovanou dětskou skupinou v evidenci dětských skupin na portálu EDS, od 1. 3. 2022 je financována s využitím státního příspěvku na provoz dětských skupin ze státního rozpočtu Ministerstva práce a sociálních věcí ČR.

ROK 2023 V ALFA HUMAN SERVICE

16. 4. 2023 - ČESKÁ TELEVIZE 90

O psychických dopadech péče nejen o seniory promluvila v pořadu ČT 90 v neděli 16. 4. 2023 naše terapeutka Martina Chmelová. Záznam je na webu České televize.



16. 5. 2023 jsme se zúčastnili Pracovní snídani projektu **Neviditelní** na téma: Sociální pracovníci jako stabilizátoři společnosti.



V polovině května vyšla kniha *Slasti a strasti pečujících* v nakladatelství Pasparta, jejíž autorský kolektiv zastřešila Martina Chmelová. Publikace je určena jak samotným pečujícím, tak i odborníkům, kteří se neformální péči věnují na profesní bázi.



V červnu jsme se zúčastnili 35. celostátní konference České asociace ergoterapeutů, abychom načerpali nové poznatky a informovali se o aktuálních trendech v oboru.



Bez naší účasti se neobešla ani – jako již tradičně – **Veletrojka, Den sociálních služeb Praha 3**, kde jsme prezentovali služby našeho Alfa centra a Beta poradny.

8. 6. 2023 14–18 h



Veletrojka

péče — prevence — poradenství

náměstí Jiřího z Poděbrad

Praha /|/

V září jsme si nenechali ujít **Den zdraví a služeb na Praze 8** – prezentace služeb našeho Alfa centra a Beta poradny.

Městská část Praha 8

mládežnická Vědomá Ludková a odbor sociálních věcí a zdravotnictví

vás zve na

Den zdraví a sociálních služeb



12. září 2023

prostranství před KD Krakov

14:00 – 18:00 hod

- Vyšetření znamének „MELANOM“
- Testování HIV (anonymní, bezplatné)
- Prodej výrobků chráněných dílen a mnoho dalšího

více na www.praha8.cz

Foto: Město Praha, Alfa centrum, Beta poradna



2. 10. jsme oslavili **Den pečujících v České republice** společně s dalšími organizacemi a institucemi, které si Den pečujících připomínají s námi v rámci kampaně **CHRPA**.

Zároveň jsme se zapojili do evropské kampaně **BALANCE MATTERS: NA VYVÁŽENOSTI ZÁLEŽÍ**, kterou u příležitosti **Evropského dne pečujících 6. 10.** pořádá asociace Eurocarers.



„Pečující jsou pilířem naší společnosti. Je načase ocenit jejich přínos a podpořit je v dosažení zdravé rovnováhy mezi pracovním a soukromým životem a péčí!“

#CarersDay_EU

#BalanceMatters

#WorkLifeCare

#chrpapecujicim

#dekujemepecujicim



5.10.2023 v rámci projektu **Beta poradna** byla uspořádána konference na téma **Práce s ohroženými rodinami v kontextu neformální péče** – konference se uskutečnila online.



Neformální péče jako téma byla letos poprvé na programu evropské onkologické konference **ESMO 2023** v Madridu. Naše kolegyně Petra Adámková se zde setkala s výkonným ředitelem Eurocarers, který o dlouhodobé péči přednášel. Dlouhodobá péče je zahrnuta v Evropské strategii péče v článku 18.



Listopad se nesl ve znamení tématu „**Sólorodičovství**“. Zúčastnili jsme se konference Prahy 3 pod záštitou Evy Pavlové, manželky prezidenta ČR.



20. – 26.11.2023 jsme podpořili **Týden pro Neviditelné!** Cílem bylo připomenout skupiny osob, které jsou zranitelné a citlivé a potřebují pomoc.



A takto jsme popřáli všem **krásný nový rok**



AKTIVITY ALFA HUMAN SERVICE 2023

- Publikování tématu neformální péče ve člancích a videích na webu www.alfabet.cz a prezentace našich služeb prostřednictvím článků v novinách a na sociálních sítích (Youtube kanál, Facebook, Instagram), spolupráce s Prahou 3, spolupráce s projektem Neviditelní.
- Členství v Eurocarers; v říjnu 2023 se Alfa stala přidruženým členem Evropské asociace organizací podporující dlouhodobě pečující. www.eurocarers.org
- Kampaň CHRPA 2023 proběhla již tradičně ve dvou fázích; kampaň byla zahájena u příležitosti Dne rodiny 15. 5. 2023 a přes léto k nám do Alfy chodilo mnoho fotografií chrp, z kterých jsme na podzim udělali koláž a virtuálně ji předali pečujícím 2. 10. na Den pečujících.



- Při zahájení kampaně Chrpa, byla také založena sbírka Chrpa pečujícím ve spolupráci s organizací Znesnáze 21, která skončila 31.10. 2023.

Děkujeme za podporu všem, kteří přispěli!

Při letošním objevování chrp jsme našli chráněnou dílnu Chrupa Krnov (chrpakrnov.cz), kde vyrábějí krásné dekorace s chrpami, kterými jsme si udělali radost do kanceláře.



REALIZOVANÉ PROJEKTY ALFA HUMAN SERVICE V ROCE 2023

Projekt: CZ.03.02.02/00/22_017/0000628

Beta poradna

– služby pro rodiny s dětmi a mladistvými se zdravotním postižením

Projekt Jeden den nestačí

– podpora dlouhodobě pečujících rodin
– MPSV – dotační program Rodina

Projekt Alfa poradna

– psychosociální služby pro dlouhodobě pečující rodiny (Alfa centrum)
– MPSV – dotační program Rodina

Aktivity projektu Jeden den nestačí a Alfa poradna byly podpořeny z dotačního programu Rodina.

Projekt: Alfa poradna – MHMP

Projekt: Beta poradna – MHMP

Aktivity projektu Alfa poradna a Beta poradna byly podpořeny z dotačního programu Magistrátu hlavního města Prahy.

Dotace od městské části Praha 10 a Praha 7

Podpora městské části Praha 3 (zvýhodněné nájemné pro dětskou skupinu)

ZPRÁVA O HOSPODAŘENÍ ZA ROK 2023

Položky jsou uvedeny v Kč

Výsledovka

Firma: Alfa Human Service, z.s.

Dne: 27.05.2024

Tisk všech záznamů

Strana 1

Za období: 01.01.2023 - 31.12.2023

SU	AU	Název účtu	Počáteční stav	Obrat za období	Konečný stav	
Náklady						
501		Spotřeba materiálu	0,00	114 734,20	114 734,20	
502		Spotřeba energie	0,00	40 246,50	40 246,50	
518		Ostatní služby	0,00	946 189,50	946 189,50	
521		Mzdové náklady	0,00	2 815 471,00	2 815 471,00	
524		Zákonné sociální a zdravotní pojištění	0,00	823 579,00	823 579,00	
527		Zákonné sociální náklady	0,00	8 142,00	8 142,00	
545		Kursově ztráty	0,00	197,75	197,75	
549		Jiné ostatní náklady	0,00	14 576,30	14 576,30	
Náklady celkem			0,00	4 763 136,25	4 763 136,25	
Výnosy						
602		Tržby z prodeje služeb	0,00	597 390,00	597 390,00	
682		Přijaté příspěvky, dary	0,00	127 336,00	127 336,00	
691		Provozní dotace	0,00	4 139 766,78	4 139 766,78	
Výnosy celkem			0,00	4 864 492,78	4 864 492,78	
Počet záznamů: 46				Náklady:	4 763 136,25	4 763 136,25
				Výnosy:	4 864 492,78	4 864 492,78
				ZISK (-ztráta):	101 356,53	101 356,53
				RENTABILITA (zisk/náklady):	2,13 %	2,13 %

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

Uvedenou činnost mohla Alfa Human Service v roce 2023 realizovat díky podpoře následujících subjektů:



**Financováno
Evropskou unií**

Individuální dárci:

PolCare, s. r.o.

Ing. Olga Marholová

Petr Hochmal

**DĚKUJEME VŠEM NAŠIM PARTNERŮM A DÁRCŮM
V ROCE 2023!**



Alfa Human Service, z. s.

Na Vrcholu 2595/25

130 00 Praha 3

IČ: 70863059

bankovní spojení:

140 07369/0800

tel: 722 913 207

e-mail: info@alfabet.cz

www.alfabet.cz • www.alfahs.cz



facebook.com/alfa.human.service



instagram.com/alfahumanservice



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
a budete dostávat svoji pravidelnou dávku informací.

Alfa Human Service, z. s.

Na Vrcholu 2595/25

130 00 Praha 3

Tel: 722 913 207

E-mail: info@alfabet.cz

IČO: 70863059

Bankovní spojení: 14007369/0800

www.alfabet.cz

www.alfahs.cz