



občanské
sdružení

Výroční zpráva
2010

alma femina

OBSAH

Naše poslání	2
Naše cílová skupina.....	3
Naše služby.....	3
Prostory Centra ALMA.....	4
Úspěchy a výzvy roku 2010.....	5
Organizační struktura ALMA FEMINA o.s.....	6
Tým Centra ALMA.....	7
Centrum ALMA očima klientek.....	8
Finanční zpráva za rok 2010.....	9
Výhled na rok 2011.....	10
Poděkování.....	11
Annual report 2010.....	12
Kontakty.....	13

NAŠE POSLÁNÍ

Posláním nestátní neziskové organizace ALMA FEMINA o.s. je:

- ❖ Poradenská a informační činnost a poskytování služeb ženám, které mají problém se zneužíváním alkoholu.
- ❖ Podpora začleňování žen závislých na alkoholu zpět do společnosti.
- ❖ Podpora vlastních aktivit závislých žen.

V roce 2010 občanské sdružení ALMA FEMINA o.s. provozovalo druhým rokem **Centrum služeb následné péče pro ženy ALMA (dále „Centrum ALMA“)**, které se nachází v Praze 7. Vytvoření a provoz centra byl financován v rámci projektu OPPA Posláním tohoto centra je:

- ❖ Poskytovat komplexní ambulantní služby následné péče (doléčování) .
- ❖ Pořádat osvětové semináře pro skupiny ohrožené závislostí na alkoholu a pomáhající pracovníky, kteří se ve své praxi s touto klientelou setkávají.

Novinkou roku 2010 byl projekt **ALKOPOINT – Motivační poradenství a podpora závislým na alkoholu a jejich rodinám**. Také tento projekt byl realizován v prostorách Centra ALMA v Praze 7 a byl financován MČ Praha 7.

Evropský sociální fond Praha & EU: Investujeme do Vaší budoucnosti



NAŠE CÍLOVÉ SKUPINY

V roce 2010 byly cílovou skupinou především ženy s bydlištěm na území hl. m. Prahy ve věku nad 18 let , které mají problém se zneužíváním alkoholu, při vstupu do služby **abstinují**, a které:

- ❖ **absolvovaly léčbu závislosti** – přednost mají klientky s dokončenou ústavní , popř. ambulantní léčbou (neplatí pro projekt ALKOPOINT), nebo
- ❖ **jsou matkami** nezletilých dětí , nebo
- ❖ **zneužívaly alkohol v kombinaci s jinou látkou** , např. s návykovými léky,
- ❖ **mají duální diagnózu**, např. závislost v kombinaci s úzkostí, depresí či poruchami příjmu potravy, nebo
- ❖ jsou **osamělé**.

Další cílové skupiny byly blízké osoby žen, které mají a veřejnost, která se z odborného či laického hlediska zajímá o problematiku závislosti na alkoholu.

NAŠE SLUŽBY

- ❖ **Individuální poradenství** - včetně párových a rodinných konzultací.
- ❖ **Skupiny** - otevřené skupiny pro max. 10 osob, probíhají v podvečerních hodinách.
- ❖ **Tvořivé a vzdělávací dílny** - v roce 2010 opět se zaměřením na rukodělné a výtvarné činnosti, práce s počítačem a relaxační techniky.
- ❖ **Sociálně právní a pracovní poradenství** - širokospektrální poradenství zaměřené na praktickou pomoc klientkám při řešení záležitostí týkajících se rodiny, zaměstnání, finanční situace apod.
- ❖ **Terénní práce** - doprovody klientek například k úředním jednáním, asistence v krizových situacích.
- ❖ **Telefonické a internetové poradenství** - pro klientky i osoby blízké, pro všechny, kdo se na nás obrátí „zvenčí“, prostřednictvím internetové poradny na www.almafemina.cz.
- ❖ **Osvětová činnost** - pořádání vzdělávacích seminářů zaměřených na předcházení a řešení problémů s alkoholem.
- ❖ **Vydávání informačních materiálů** - pro klientky i veřejnost (v roce 2010 jsme vydali další motivační kalendář s fotografiemi přírody M. Stanovského)

PROSTORY CENTRA ALMA

Centrum ALMA se nacházelo v roce 2010 nadále na adrese **Dělnická 20, Praha 7 – Holešovice**. Prostory centra jsou součástí nebytového komplexu, je do nich samostatný vchod z ulice. Klientky i ostatní návštěvníci oceňují výbornou dopravní dostupnost centra a také účelnost i útulnost prostor, jejichž zařízení dotváří celkovou přátelskou a podporující atmosféru služby.

V centru jsou klientele k dispozici 4 konzultační místnosti včetně místnosti pro skupinové aktivity a semináře, čekárna, šatna a sociální zařízení se sprchou.



ÚSPĚCHY A VÝZVY ROKU 2010

Rok 2010 byl ve znamení stabilizace ALMA FEMINA o.s.

❖ **Služby následné péče**, poradenství a podporu v udržení abstinence využilo **106 klientek ve dvou poradenských programech**. Většina využívala dlouhodoběji náš program následné péče pro absolventky ústavního protialkoholního léčení (převážně v PL Bohnice). Klientkám služby bylo průměrně 40 let, tedy byly to ženy v produktivním věku, a podstatná část z nich pečovala o nezletilé děti. Úspěšné zvládnutí návratu do plnohodnotného života z bludného kruhu závislosti bylo tudíž zásadní pro celé rodinné systémy. Na straně č. 8 této zprávy citujeme několik zpětných vazeb, vypovídajících o tom, co užívání našich služeb klientkám přineslo.

❖ Od 2. pololetí 2010 jsme přišli s pilotním inovativním projektem **ALKOPOINT**, modifikovaným programem služeb následné péče zaměřeným na pomoc ženám usilujícím o abstinenci v domácím prostředí, bez předchozí ústavní léčby. Projekt byl zahájen za finanční podpory **Městské části Praha 7** a jeho služeb využilo 14 osob. Ve většině případů, vzhledem k časté komplikované sociální situaci těchto žen, poradenství probíhalo ve **spolupráci se sociálními pracovníci OSPOD**. Pro tuto spolupráci bylo mimo jiné nutno vytvořit zcela novou metodiku.

❖ V roce 2010 jsme se věnovali - rozsáhleji, než v předchozích obdobích - **osvětě**. Kromě seminářů pro dospělou laickou a odbornou veřejnost, realizovaných bezplatně v rámci projektu OPPA, jsme na základě poptávky školních metodiků prevence v Praze 7 vytvořili osvětový program pro žáky základních a středních škol. Tento program, obsahující teoretické informace o závislosti na alkoholu, a také zážitkovou část, jsme realizovali na 6 školách na území Prahy 7 v závěru roku.

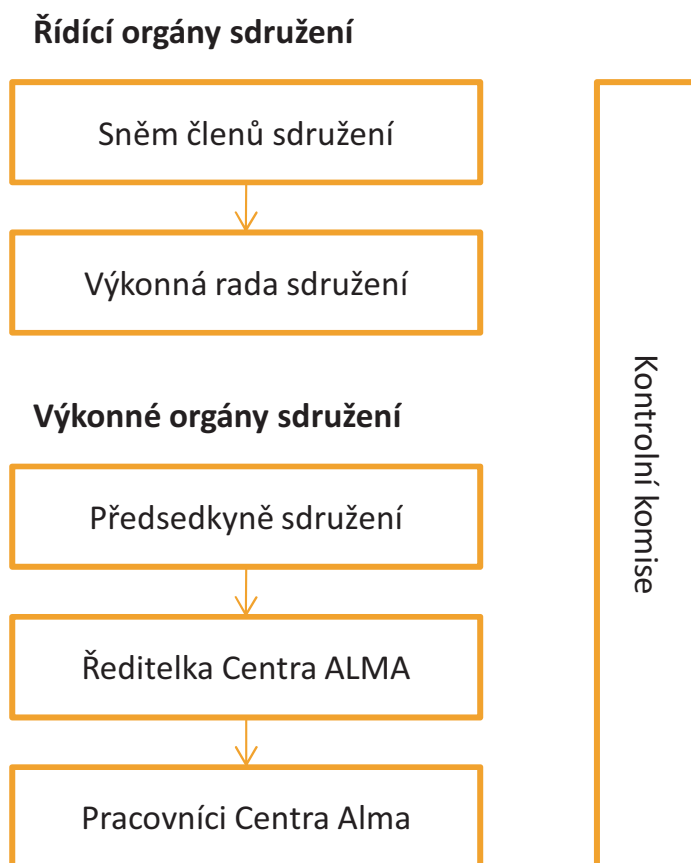
❖ Uprostřed roku 2010 organizace dospěla k vytvoření vlastního. **strategického plánu na období 2010 – 2013**. Tento proces byl poměrně nesnadný, ale velmi cenný. Odstartoval totiž komplexní interní diskuzi o vizi a poslání organizace a o budoucnosti služeb realizovaných v Centru ALMA. Následkem toho došlo v období červen – září 2010 k odchodu několika klíčových pracovníků, aby se v říjnu zformoval nový a s aktuální vizí a posláním organizace plně souznící tým. Velmi mne těší, že díky tomu dále, s vysokým profesionálním nasazením, společně

POMÁHÁME ŽENÁM K ABSTINENCI!

Mgr. Zuzana Skálová

předsedkyně ALMA FEMINA o.s.

ORGANIZAČNÍ STRUKTURA ALMA FEMINA o.s.



Obsazení orgánů občanského sdružení ke 31. 12. 2010:

Předsedkyně sdružení: Mgr. Zuzana Skálová

Místopředsedkyně: Ing. Jitka Jandáková

Výkonná rada: Mgr. Zuzana Skálová, Ing. Jitka Jandáková, Zdeněk Skála

Kontrolní komise: Bc. Pavel Plaček, Ing. Michael Stanovský



TÝM ALMA FEMINA o.s.

Pracovníci projektů:

Ředitelka Centra ALMA, adiktolog: Mgr. Zuzana Skálová

Finanční manažerka, účetní: Ing. Jitka Jandáková

Terapeutka, psycholog: M. Plocová, od 10/2010 Mgr. Kateřina Halfarová

Terapeutka, lektorka osvětových seminářů: Bc. Simona Ježková

Sociální pracovnice: L. Machátová, DiS., od 10/2010 Alena Špaková, DiS.

Asistentka projektů: Blanka Vaněčková, DiS.

Asistentka - koordinátorka vzdělávání: Hana Slezáková Kadlecová, DiS.

Webmaster a správce IT: Ing. Michael Stanovský

Úklid centra: klientky doléčovacího programu.

Supervizoři projektů:

Odborná supervize: Mgr. Danuše Struková

Supervize řízení: Bc. Pavel Plaček



ODBORNÝ TÝM CENTRA ALMA , prosinec 2010

Zleva: A. Špaková, K. Halfarová, Z. Skálová, B. Vaněčková, S. Ježková

CETRUM ALMA OČIMA KLIENTEK

3 nejčastější zisky, které vidí klientky našich služeb:

1. Udržení abstinence
2. Zlepšení duševní pohody
3. Zvýšení sebedůvěry

Odpovědi na otázku „Co pro mě znamená Alma?“:

❖ *Alma pro mě znamená záchytný bod v těžkých situacích, dokáže mě pochopit a pomoci ve chvílích, které bych sama nezvládla. Chtěla bych, aby mě Alma dál vedla v těžkých životních situacích, které by někdy mohly nastat. Jsem ráda, že takového zařízení pro ženy existuje. Důvěřuji Almě, že všechny problémy, se kterými se svěřím, zůstanou nezveřejněny, proto jsem ráda, že se můžu ze svých problémů plně vypovídat. (Klientka S., 50 let)*

❖ *Alma už je pro mě taková přítelkyně, která je tu v každé chvíli - ve chvíli radosti i ve chvíli ohrožení. (Klientka B., 38 let)*

❖ *Mohu se vypovídat z mých emocí, zároveň najít řešení problémů a uvolnit se. Víím, že kdykoliv bych se ocitla v nesnázích, mohu pak přijít a všichni mi tady pomůžou, jak psychicky, radou, ta i sociálně. (Klientka M., 42 let)*

❖ *Je to kamarádka, která mě celý dospělý život chyběla - díky za ni. (Klientka S., 58 let)*

❖ *Klidnou mysl, mateřskou, ženskou sílu a důvěru, že vše dobře dopadne. (Klientka D., 49 let)*

❖ *Pocit zodpovědnosti za svůj život, zdraví, radost ze sebe sama a z ostatních, že se máme dobře a rádi, příjemný pocit z prostředí, pohodu a klid. (Klientka C., 47 let)*

❖ *S pomocí Almy žiji radostný život bez alkoholu, plný energie, a mohu se věnovat svým cílům a věcem, co mi přinášejí radost. (Klientka J., 40 let)*

❖ *Alma mě naučila, že každá situace má své řešení, když se něco nedaří, vždy mohu najít cestu, po které se mohu vydat - jinou cestu, novou cestu. (Klientka R., 39 let)*

FINANČNÍ ZPRÁVA ZA ROK 2010

Běžná činnost ALMA FEMINA	2009	2010	Podíl v roce 2010
Tržby z prodeje služeb	0	21 380	1%
Úroky z finančního majetku	22	60	0%
Ostatní výnosy z finančního majetku	8 135		0%
Ostatní výnosy		9	0%
Přijaté příspěvky - dary	36 000	50 000	2%
Přijaté dotace – MČ Praha 7		54 568	2%
Přijaté dotace – ESF OPPA	2 935 257	2 796 178	96%
VÝNOSY CELKEM	2 979 414	2 922 195	100%
Spotřeba materiálu	153 947	134 949	5%
Spotřeba energie	63 780	68 058	2%
Cestovné	16 368	11 494	0%
Služby	660 015	631 146	22%
z toho - nájemné	252 500	307 466	11%
služby spojů	56 462	76 344	3%
ostatní služby	351 053	247 336	9%
Osobní náklady	1 985 642	2 000 344	69%
Ostatní provozní náklady	107 790	56 290	2%
NÁKLADY CELKEM	2 987 542	2 902 281	100%
HOSPODÁŘSKÝ VÝSLEDEK	-8 127	19 914	

Hospodářský výsledek za ALMA FEMINA, o.s. 2010

19 914

VÝHLED NA ROK 2011

ALMA FEMINA o.s. se v roce 2010 prokázala jako životaschopná, rozvíjející se organizace v oblasti sociálních služeb. V roce 2011 se společně zaměříme na **zkvalitňování existujících programů**, realizovaných v Centru ALMA. Budeme přitom vycházet z platných odborných předpisů a standardů, a především ze zpětných vazeb a doporučení, která průběžně získáváme od klientek programů, ostatních návštěvníků a od kolegů ze spolupracujících organizací. Každý člen týmu v přímé péči bude procházet dalším odborným vzděláváním. Ambulantní doléčovací program podstoupí v roce 2011 certifikaci odborné způsobilosti drogové služby – tento proces byl z naší strany pozastaven z důvodu restrukturalizace týmu Centra ALMA, o které byla řeč výše.

Úkolem příštího roku bude také **intenzivní osvětová činnost** – chystáme se proškolit nejméně 300 žen ohrožených závislostí na alkoholu a odborníků z pomáhajících profesí. Cílovou skupinu bezplatných seminářů budeme kontaktovat prostřednictvím mateřských a rodinných center, úřadů práce, úřadů městských částí a v zařízeních sociálních a zdravotních služeb. Cílem seminářů je **poskytnout základní informace o závislosti na alkoholu u žen a možnostech pomoci** a prosazovat otevřený přístup k této problematice.

V roce 2011 bychom také rádi rozšířili naše služby na cílovou skupinu ve Středočeském kraji, kde máme již oprávnění k realizaci naší sociální služby. Dalším nelehkým úkolem a základní podmínkou pro existenci služeb je **zajištění dalšího financování**. Zejména pro 2. pololetí roku 2011 je nutno zajistit finanční zdroje, které nahradí podporu končícího projektu OPPA. Úkolem managementu ALMA FEMINA o.s. je oslovit potenciální donátory ve veřejném i soukromém sektoru a předložit jim kvalitní projekty, které zaujmou a vzbudí chuť k vzájemné spolupráci. Pokud jste při čtení této výroční zprávy začali uvažovat, jak podpořit naši činnost, můžete se pro další informace obrátit na management sdružení, nebo přímo poukázat finanční dar na náš bankovní účet. S velkou pravděpodobností také **budeme stěhovat Centrum ALMA na novou adresu**, neboť v jednání je poskytnutí obecních prostor ze strany MČ Praha 7. O veškerých změnách Vás, příznivce a spolupracovníky ALMA FEMINA o.s., budeme, stejně jako dosud, včas informovat.

Věříme, že rok 2011 bude opět příznivý pro rozvoj ALMA FEMINA o.s. a těšíme se na spolupráci s každým, komu není lhostejný osud závislých žen.

Mgr. Zuzana Skálová
předsedkyně ALMA FEMINA o.s.

PODĚKOVÁNÍ

Srdečně **děkujeme všem pracovníkům, kolegům, spolupracujícím institucím, firmám, jednotlivcům a přátelům za podporu naší činnosti.** Hluboce si vážíme veškeré poskytnuté materiální i morální pomoci. Nadále **věříme, že důvěra, která byla do našich projektů vložena, se vyplácí** a navrací naději desítkám nešťastných žen a jejich blízkých. Poděkování patří především:

Instituce a společnosti

Elpro Energo a.s.

Henry group

Magistrát hlavního města Prahy

Městské část Praha 7

Římskokatolická farnost – děkanství Jablonné v Podještědí

Spolupracující odborné instituce a organizace

Psychiatrická léčebna Bohnice

Psychiatrická léčebna Horní Beřkovice

o. s. Prev-Centrum

Proxima Sociale, o. s.

Semiramis o. s. / Laxus o.s.

o. s. SANANIM

Lidé, kteří nám pomáhají

MUDr. Pavel Bém, primátor hl. m. Prahy

Ing. Eva Cepáková

Ing. Vojtěch Dittrich

JUDr. Jiří Hroněk

Jiří Janeček, radní hl. m. Prahy

Mgr. Marcela Justová, radní MČ Praha 7

Mgr. Nina Janyšková, protidrogová koordinátorka hl. m. Prahy

Ing. Ivo Kačaba

Doc. MUDr. PhDr. Kamil Kalina, CSc.

Jaroslav Kopecký, radní MČ Praha 7

Dipl.psych. Martin Kriekhaus

Ing. Pavel Patera

MUDr. Dušan Randák

Zdeněk Skála

Mgr. Danuše Struková

Bc. Petra Šundová, koordinátor prevence kriminality a protidrog. prevence MČ Praha 7

PhDr. Helena Volechová, vedoucí Oddělení sociální prevence ÚMČ Praha 5

ANNUAL REPORT 2010

This annual report abstracts activities of non-governmental non-for-profit organisation ALMA FEMINA o.s. in the year 2010.

The mission of ALMA FEMINA o. s. is to help women who are addicted to alcohol and to prevent problems with **drinking within the women** in the population of Prague a Central Bohemia Region. The name of our organization can be translated as „**Woman s Soul**“ and it was fouded in 2007.

In the year 2010 we were running **The Center of Aftercare for Women ALMA**, opened in the year 2009. The center is situated in Prague 7 – Holešovice. Our services - individual counselling, group therapy, social counselling, creative and educational workshops a others - have used **106 different clients this year**. Approximate age of our clients keeps around 42 years and they are mostly mothers, caring for their children. They usually don t have a work and their economic situation is not good – that is why we offer all services in the Center ALMA for free. By the end of the year 2010 worked in ALMA FEMINA o.s. 7 employees, on total work load of 4,5 . **Total expenses of the organization in 2010 were 2,928,709 CZK.**

After the second year of existence of Center ALMA we can say, our work is running succesfully. The Center of Aftercare for Women ALMA is still a **very rare and welcomed oportunity for women from Prague, who are looking for a professional support in the process of reintegration to the society after the treatment** in a medical institution and who, in face of their problem with reliance on alcohol, hopes to have full-valued life.

We would also like to thank al employees, friends, financial providers (especially to the European Union Social Fund, to the City of Prague and to the City part Prague 7) and regional politicians – they all made our work possible and it means a lot for us and our dear clients, who are trying very hard to live a full life with their addiction to *alcohol*.

Let´s help the women to be sober!

Mgr. Zuzana Skálová
the chairman of ALMA FEMINA o.s.

KONTAKTY

Centrum služeb následné péče pro ženy ALMA:

Adresa: Dělnická 20, Praha 7 - Holešovice

E-mail: info@almafemina.cz

Web: www.almafemina.cz

Tel/fax: 266 317 404

Mobil: 774 490 789 (tým), 777 347 497 (ředitelka)

Otevírací doba:

Po – Čt 9³⁰ – 18³⁰

Pá 9³⁰ – 15⁰⁰

Údaje o organizaci:

ALMA FEMINA o. s.

Sídlo: Karoliny Světlé 1035/17, 110 00 Praha 1

IČ: 22665005

Reg. č. MV ČR: VS/1-1/68 232/07-R

Identif. soc. služby: 4851969

Číslo bankovního účtu: 217302480/0300 (Poštovní spořitelna)

Údaje pro zasílání finančního daru:

Variabilní symbol: 682

Konstantní symbol: 558

Pro identifikaci daru a dárce žádáme o uvedení jména, adresy nebo názvu a sídla firmy do informace pro příjemce.



