



občanské
sdružení

Výroční zpráva
2011

alma femina

OBSAH

Naše poslání	2
Naše cílová skupina.....	3
Naše služby.....	3
Prostory Centra ALMA.....	4
Úspěchy a výzvy roku 2011.....	5
Statistická studie 2009-2011.....	7
Organizační struktura ALMA FEMINA o.s.....	10
Tým Centra ALMA.....	11
ALMA očima klientek.....	12
Finanční zpráva za rok 2011.....	14
Výhled na rok 2012.....	15
Poděkování.....	16
Annual report 2010.....	17
Kontakty.....	18

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 2011 občanské sdružení ALMA FEMINA o.s. provozovalo třetím 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 (do července 2011) a dotace Magistrátu hlavního města Prahy a MPSV ČR.

V roce 2011 také probíhal 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 spolu-financován MČ Praha 6, MČ Praha 7, MČ Praha 8, MČ Praha 11 a MČ Praha 13.



NAŠE CÍLOVÉ SKUPINY

V roce 2011 byly cílovou skupinou především ženy 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
- ❖ **neabsolvovaly léčbu závislosti** – nicméně vykazují problematické pití alkoholu (projekt ALKOPOINT)
- ❖ **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. 12 osob, probíhají v podvečerních hodinách.
- ❖ **Tvořivé a vzdělávací dílny** - v roce 2011 se zaměřením na rukodělné a výtvarné činnosti, práce s počítačem a relaxační techniky.
- ❖ **Sociálně právní a pracovní poradenství** - poradenství zaměřené na praktickou pomoc klientkám při řešení záležitostí týkajících se rodiny, zaměstnání, finanční poradenství, dluhové poradenství 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 (laickou i odbornou)

PROSTORY CENTRA ALMA

Centrum ALMA se nacházelo do července 2011 nadále na adrese Dělnická 20, Praha 7 – Holešovice. V červenci 2011 se centrum ALMA přestěhovalo do nových prostor na adresu **V Háji 35, Praha 7 – Holešovice**.

Do centra je 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 konzultační místnost včetně místnosti pro skupinové aktivity a semináře, kuchyňka a sociální zařízení se sprchou.



ÚSPĚCHY A VÝZVY ROKU 2011

Rok 2011 byl ve znamení změn a stabilizací ALMA FEMINA o.s.

- V červenci 2011 se centrum přestěhovalo díky MČ Praha 7 na novou adresu **V Háji 35, Praha 7 – Holešovice**. Centrum se nyní nachází v dobře dostupné lokalitě.
- V srpnu 2011 převzala centrum ALMA **nová ředitelka** Mgr. Kateřina Halfarová. V rámci fungování centra navázala na odcházející ředitelku Mgr. Zuzanu Skálovou.
- **Služby následné péče, poradenství a podporu** v udržení využilo 66 klientek ve dvou poradenských programech. Většina využívala náš program následné péče dlouhodobě. 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.
- V roce 2011 dále probíhal pilotní inovativní projekt **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.

ÚSPĚCHY A VÝZVY ROKU 2011

- V roce 2011 jsme se také věnovali **osvětě a prevenci**. 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 školách na území Prahy 7 v závěru roku.
- V roce 2011 jsme také realizovali **mezioborové semináře**, které jsou určeny pro odbornou veřejnost a základním pilířem je důraz na praktickou část. Těchto seminářů se účastní odborníci, kteří jsou ve svém oboru profesionály.

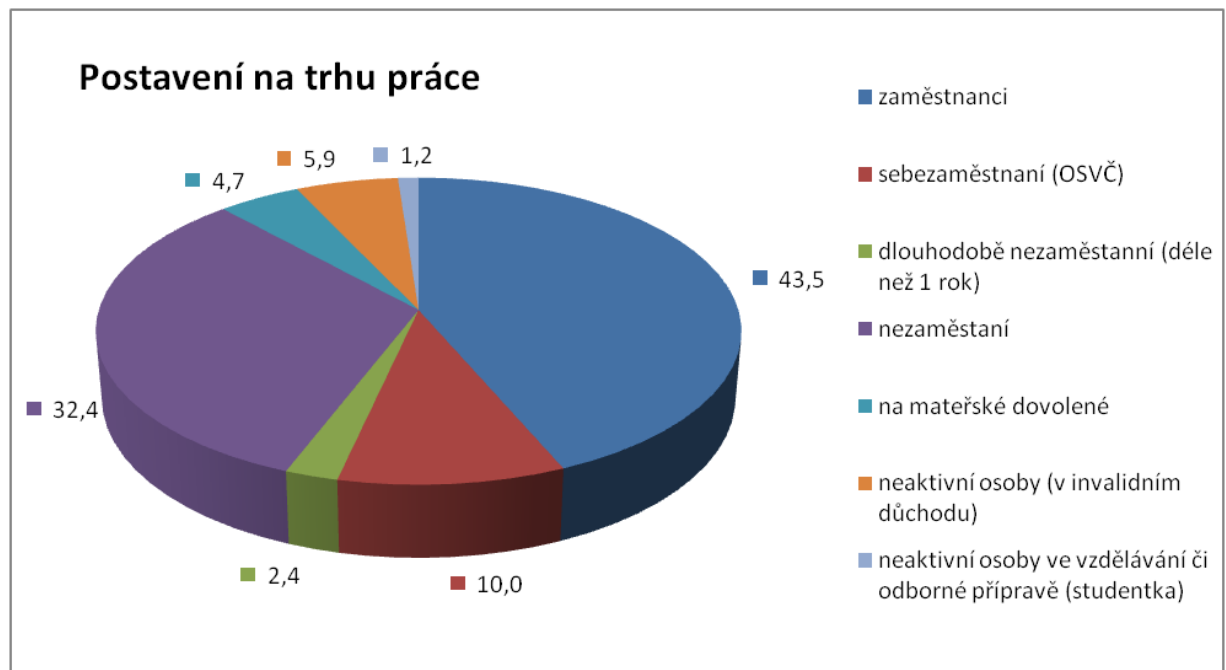
POMÁHÁME ŽENÁM K ABSTINENCI!

Mgr. Kateřina Halfarová
předsedkyně ALMA FEMINA o.s.

STATISTICKÁ STUDIE 2009 - 2011

Statistická studie klientek CENTRA ALMA FEMINA o.s. vychází z údajů o klientkách od března 2009. z daného souboru dat vyplývají tyto údaje:

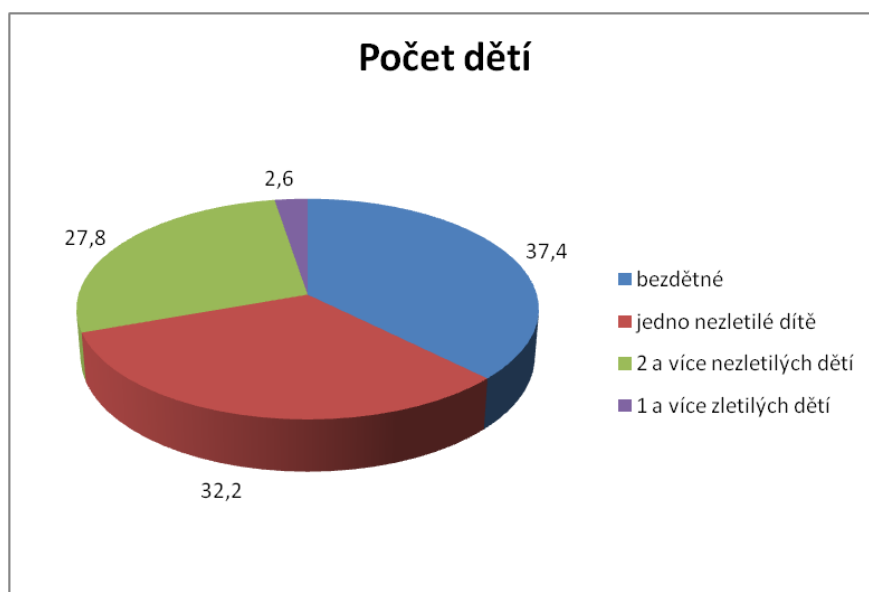
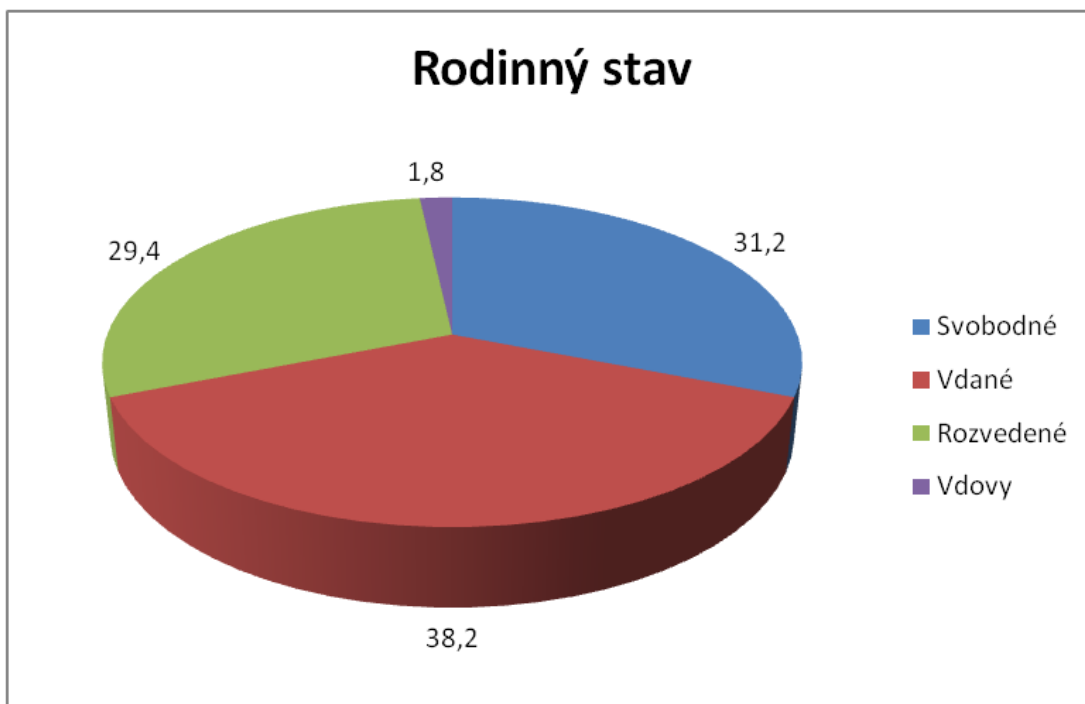
Nejčastějšími klientkami centra jsou ženy zaměstnané, vdané, s jedním a více dětmi a se středoškolským vzděláním ve věku 25 – 54 let.



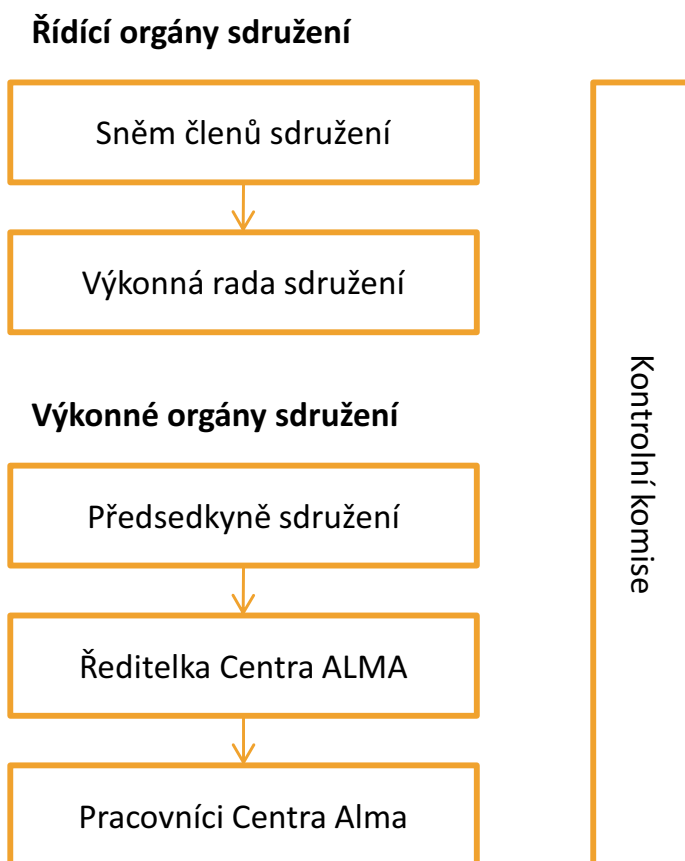
STATISTICKÁ STUDIE 2009 - 2011



STATISTICKÁ STUDIE 2009 - 2011



ORGANIZAČNÍ STRUKTURA ALMA FEMINA o.s.



Obsazení orgánů občanského sdružení ke 31. 12. 2011:

Předsedkyně sdružení: Mgr. Zuzana Skálová

Místopředsedkyně: Mgr. Kateřina Halfarová

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 (do 7/11)

Ředitelka Centra ALMA: Mgr. Kateřina Halfarová (od 8/11)

Finanční manažerka, účetní: Ing. Jitka Jandáková

Terapeutka, psycholog: Mgr. Kateřina Halfarová; Mgr. Michaela Tomanová

Terapeutka, lektorka osvětových seminářů, vedoucí primární prevence:

Bc. Simona Ježková, Ludmila Matuchová

Sociální pracovnice: Blanka Vaněčková, DiS. (do 11/11)

Asistentka projektů: Blanka Vaněčková, DiS. (do 11/11), Ludmila Matuchová

Asistentka - koordinátorka vzdělávání: Hana Slezáková Kadlecová, DiS. (do 7/11)

Webmaster a správce IT: Ing. Michael Stanovský

Úklid centra: klientky doléčovacího programu.

Supervizoři projektů:

Odborná supervize: Mgr. Danuše Struková

Supervize řízení: Bc. Pavel Plaček



ALMA OČIMA KLIENTEK

- důvěru a psychickou podporu
- důvěru a podporu
- 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.
- včera se stala zvláštní věc. Byla jsem v situaci, kdy mi lidé nabízeli alkohol. Tvářilo se to celé nenápadně a „ve jménu zdraví“, výstavka nejlepších výrobků a pěstitelů. To víno se jmenovalo tak čistě a krásně lákavě. Na chvíli jsme zaváhala... ale odolala. A dnes dopoledne –nevidáno- telefonát z Almy, prý měli ode mě zmeškaný hovor/i když si ho vůbec neuvědomuju/. Náhody ale existují. Alma už je pro mě taková přítelkyně, která je tu v každé chvíli-ve chvíli radosti i ve chvíli ohrožení.
- 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.
- hodně, oporu, jistotu, zázemí. Jsem ráda, že jsem ji našla.
- je to kamarádka, která mě celý dospělý život chyběla-díky za ni.
- přináším si s sebou radost z každého dne, kdy si může říct: „Jsem v pohodě, nemusím mít výčitky ze selhání“. Skládám mozaiku z dobrých pocitů. Z dobrých pocitů ze sebe sama. Učíte mě mít se ráda a to mi dělá dobře. Přídavné jméno, které předchází příslovce dobře, je dobrý. A tak se s Vaší pomocí učím být dobrá v dobrých věcech. Myslím, že se můžu pochválit, že mi to jde dobře. A přeju všem, aby zažili to, co já a aby se s Vaší pomocí našli.
- díky Almě „jsem našla sama sebe“ a opět získala své nejbližší. Děkuji tímto celému kolektivu. Chodila jsem sem moc ráda, bavila mne pestrost programu a možnost poznat jiné pacientky blíže. Na vše jmenované se těším v Almě.
- příliv energie i po náročných pracovních dnech. Pocit sounáležitosti pozitivní náladu, přátelskou atmosféru, důvěru, úsměvy
- klidnou mysl, mateřskou, ženskou sílu a důvěru, že vše dobře dopadne
- do Almy chodím ráda, protože zde cítím zájem a snahu o porozumění ze strany terapeutů, přátelské a chápavé vztahy se spoluklientkami.

ALMA OČIMA KLIENTEK

- Přeji si, aby tam vládla taká stá pohoda, pochopení mezi děvčaty. Krásný přístup terapeutů a soc. sestřičky.
- Porozumění, dobrou náladu, oporu v druhém člověku, nové zkušenosti, úsměv
- psychoterapeutickou podporu, která e mi pomocníkem v obtížných situacích
- vstřícnost ze strany všech pracovníc Almy kdykoli, at' osobně nebo při telefonickém kontaktu
- krásné vzpomínky na útulné zázemí prostředí, kde jsem zažila velmi mnoho krásných chvil, za které vděčím všem, s nimiž jsem se tam setkala a mohla sdílet s nimi co sem kdo přinesl a svěřil se ostatním
- 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
- když Vám sdělím svoje trable, poté zdají se poloviční, když Vám sdělím svoje štěstí, pak to je dvojnásobné
- soucítění, rady ze zkušeností, ponaučení se
- získaný pocit sebedůvěry
- mám se ráda taková jaká jsem
- bez alkoholu žiji radostný život plný energie a mohu se věnovat svým cílům a věcem, co mi přinášejí radost
- každá situace má své řešení, když se něco nedaří, vždy mohu najít cestu, po které se mohu vydat-jinou cestu, novou cestu
- naučila jsem se, že každá situace má svůj čas. Ve správný čas vše přijde-je důležité věřit a pozitivně myslet
- mám světlo a lásku v sobě. Já jsem důležitá!
- radost ze života
- vážím si lidí a darů v životě, které se mi dostaly
- vážím si toho, že mohu žít
- pochopení, pohoda, výzva, smysl, uspokojení, dobrá nálada, život, úcta, tolerance, ušít se, učit se, učit se, radost, naplnění, uznání, vytrvalost

FINANČNÍ ZPRÁVA ZA ROK 2011

Běžná činnost ALMA FEMINA	2010	2011	Podíl v roce 2011
Výnosy			
Tržby z prodeje služeb	0	21 080	1%
Úroky z finančního majetku	60	1 190	0%
Ostatní výnosy z finančního majetku	0	0	0%
Ostatní výnosy	9	24 351	0%
Přijaté příspěvky - dary	50 000	24 000	1%
Přijaté dotace – MČ Praha 7	54 568	50 000	2%
– MČ Praha 6	0	13 500	0%
– MČ Praha 8	0	10 000	0%
– MČ Praha 11	0	10 000	0%
– MČ Praha 13	0	10 000	0%
Přijaté dotace – Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR	0	240 000	8%
Přijaté dotace – Magistrát hl. m. Prahy	0	770 000	26%
Přijaté dotace – ESF OPPA	2 796 178	1 736 797	60%
VÝNOSY CELKEM	2 922 195	2 910 919	100%

FINANČNÍ ZPRÁVA ZA ROK 2011

Běžná činnost ALMA FEMINA	2010	2011	Podíl v roce 2011
Náklady			
Spotřeba materiálu (včetně DM do 40tis.)	134 949	142 417	5%
Spotřeba energie	68 058	60 303	2%
Cestovné	11 494	1 332	0%
Služby	631 146	710 759	24%
z toho - nájemné	307 466	182 020	6%
služby spojů	76 344	63 919	2%
ostatní služby	247 336	464 820	16%
Osobní náklady	2 000 344	1 986 475	68%
Ostatní provozní náklady	56 290	15 032	1%
NÁKLADY CELKEM	2 902 281	2 916 318	100%
HOSPODÁŘSKÝ VÝSLEDEK	19 914	-5 400	

Hospodářský výsledek za ALMA FEMINA, o.s. 2011

- 5400

VÝHLED NA ROK 2012

ALMA FEMINA o.s. se v roce 2011 prokázala jako životaschopná, rozvíjející se organizace v oblasti sociálních služeb. V roce 2012 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.

Úkolem příštího roku bude také užší navázání spolupráce s odbornými adiktologickými zařízeními a službami. Cílem je zkvalitnění dosavadních služeb a **odborná spolupráce**, a také větší prostupnost službami.

V roce 2012 bychom také rádi stabilizovali **financování**. Hlavním 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.

Věříme, že rok 2012 bude opět příznivý pro rozvoj ALMA FEMINA o.s. a těšíme se na spolupráci s každým, komu není lhostejný osud závislých žen.

Mgr. Kateřina Halfarová

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.
Magistrát hlavního města Prahy
Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR
Městská část Praha 7
Městská část Praha 6
Městská část Praha 8
Městská část Praha 11
Městská část Praha 13

Spolupracující odborné instituce a organizace

Psychiatrická léčebna Apolinář
Psychiatrická léčebna Horní Beřkovice
o. s. Prev-Centrum
Semiramis o. s. / Laxus o.s.
o. s. SANANIM

Lidé, kteří nám pomáhají

Jaroslav Kopecký, radní MČ Praha 7
Ing. Eva Šultysová
Ing. Vojtěch Dittrich
Mgr. Marcela Justová, radní MČ Praha 7
Mgr. Nina Janyšková, protidrogová koordinátorka hl. m. Prahy
Doc. MUDr. PhDr. Kamil Kalina, CSc.
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 2011

This annual report abstracts activities of non-governmental non-for-profit organisation ALMA FEMINA o.s. in the year 2011.

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 founded in 2007.

In the year 2011 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 **66 different clients this year**. By the end of the year 2011 worked in ALMA FEMINA o.s. 7 employees, on total work load of 4,5 . **Total expenses of the organization in 2011 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. Kateřina Halfarová
the chairman of ALMA FEMINA o.s.

KONTAKTY

Centrum služeb následné péče pro ženy ALMA:

Adresa: V Háji 35, 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.

