

# VÝROČNÍ ZPRÁVA 2020



**Centrum Seňorina**

péče o seniory



# Obsah

Úvodní slovo	2
O nás	3
Předsednictvo	4
Montessori přístup	5
Co se u nás dělo v roce 2020	6
Co jsme klientům dopřáli díky darům, grantům a dotacím	7
Reference rodinných příslušníků	9
Registrovaná odlehčovací služba	10
Kdo pomohl realizovat náš záměr	11
Hospodaření v roce 2020	12
Výkaz zisku a ztráty za rok 2020	13
Fotogalerie	14

---

“

**Pomáháme lidem s  
Alzheimerovou  
nemocí a jejich  
rodinám prožít ještě  
radostný čas.**

”

Mgr. Jarka Švarcbachová

# Úvodní slovo

Rok 2020 nebyl pro nikoho snadný. My jsme se snažili stejně, jako mnozí jiní, přetavit nelehkou situaci v příležitost zlepšit se a posunout dál.

Pandemie měla velký dopad na stávající i potenciální klienty ambulanti služby, blízcí se báli, každý den s nimi cestovat. Centrum Seňorina bylo z důvodu nedostatku klientů dokonce tři týdny zavřené. Tento čas jsme vedle generálního úklidu a drobných stavebních úprav využili k natáčení aktivizačních videí, která usnadňují domácí péči o seniory s demencí a přináší inspiraci, jak společně trávit čas.

Dělali jsme maximum, abychom klienty před covidem ochránili. Od března jsme bedlivě sledovali epidemiologickou situaci, aktuálně platná usnesení Vlády ČR, mimořádná opatření Ministerstva zdravotnictví a pokyny pro zařízení sociálních služeb.

V důsledku lockdownu zájem o odlehčovací služby poklesl, což se projevilo i v příjmech centra.



Aktivity, kterých se v předchozím roce účastnili i zájemci z řad širší veřejnosti, především středeční Kavárna s tréninkem mozku, jsme museli omezit jen pro interní klienty.

Bylo to náročné, ale dodržování hygienických opatření a opatrnost se vyplatily. Nikdo z klientů, ani personálu se covidem nenakazil.

Rok 2020 bychom nezvládli bez státních dotací, grantů, dárců a podporovatelů. Státní dotace jsme čerpali poprvé po pěti letech, kdy jsme museli odlehčovací sociální služby financovat bez nich. Všem, kteří nás finančně nebo jinak podpořili, srdečně děkuji.

Přeji vám příjemné čtení o tom, co vše se nám povedlo realizovat.

Mgr. Jarka Švarcbachová,  
Předsedkyně předsednictva,  
Centrum Seňorina, z.s.

# O nás

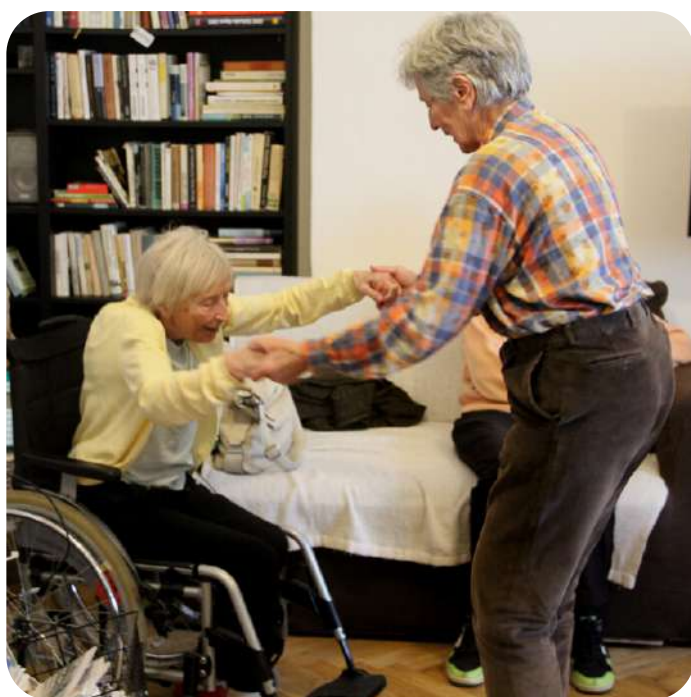
Centrum Seňorina, z.s. poskytuje péči v duchu Montessori principů klientům s kognitivním hendikepem, Alzheimerovou nemocí nebo jiným typem demence.

Chceme, aby stáří bylo důstojné a radostné navzdory diagnóze.

Pomáháme i rodinám, které se o nemocné starají. Dáváme jim možnost odlehčení v náročné domácí péči. Učíme je, jak lépe zvládat komunikaci a předáváme jim důležité informace.

Nabízíme ambulantní a pobytovou odlehčovací službu v centru Prahy.

Registrovanou sociální odlehčovací službu jsme spustili v březnu 2015.



Centrum Seňorina realizovalo odlehčovací sociální služby v domácí atmosféře v roce 2020 už pátým rokem.

Klientům se u nás líbí, pohled na ně a reference od jejich rodin svědčí o tom, že odvádíme dobrou práci a jdeme správným směrem.

# Předsednictvo

## Mgr. Jarka Švarcbachová

- předsedkyně předsednictva
- zakladatelka Centra Seňorina
- metodička Montessori principů v péči o seniory



## Bc. Veronika Matysová

- členka předsednictva
- vedoucí sociální služby Centra Seňorina



## Mgr. Kateřina Pinkasová

- členka předsednictva
- lektorka akreditovaného kurzu Montessori principy v péči o seniory



Všechny členky předsednictva spolku mají osobní zkušenost, vzdělání a motivaci v oblasti služeb pro seniory s demencí a jde jim především o kvalitu poskytovaných služeb.

# Montessori přístup

Montessori péče o seniory s demencí se řídí nevyčerpanou výzvou „Pomoz mi, abych to dokázal sám“. Takový přístup klientům pomáhá udržet si co nejdéle samostatnost a schopnost sebeobsluhy, což je pro ně nesmírně důležité.

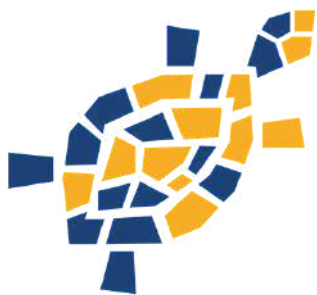
Lidé s demencí jsou často konfrontováni tím, co už nezvládnou a jakých chyb se dopustili. Péče postavená na Montessori principech naopak vyzdvihuje a rozvíjí to, co člověk ještě dokáže a zvládne, snaží se plně využít jeho potenciál.

Klienty zapojujeme do života v rámci Centra Seňorina, to jim velmi pomáhá zachovat, v některých případech dokonce zlepšit či obnovit, vlastní schopnosti.



Důraz klademe na smysl aktivity, která vychází ze zájmů, možností a schopností klienta. Díky tomu dochází ke zklidnění, ústupu nervozity, deprese a vzestupu sebevědomí.

# Co se u nás dělo v roce 2020



## Vše co jde, už děláme online

Pro veřejnost a klienty, kteří nemohli využívat ambulantní odlehčovací službu, jsme natáčeli videa s online aktivizací, jako je Arteterapie, Kognitivní trénink, Cvičení na židlích pro seniory nebo Kavárna Seňorina v izolaci.

Videa vznikla v režii Nadačního fondu Seňorina. Na přípravě a realizaci videí se podílel kameraman Jan Hrdý a naše aktivizační pracovnice, zejména PhDr. Marta Ivanovičová CSc. a Michaela Berkovičová. Všechna videa jsou dostupná na našem Youtube kanálu.

Místo osobních jsme zavedli online porady, pro které jsme vybrali MS Teams a všichni se je naučili používat. S rodinami klientů jsme komunikovali přes Skype.

Zavedli jsme elektronickou evidenci sociální služby eQuip. Všechny záznamy a vyúčtování nyní vedeme pouze online.

## Pandemie znesnadnila život klientům i zaměstnancům

Vzhledem k tomu, že naši klienti trpí poruchou kognitivních funkcí a jejich stav neumožňuje používání pomůcek na ochranu dýchacích cest po delší dobu, nemuseli mít při pobytu ve vnitřních prostorách centra zakrytá ústa a nos.

Strádali ale jinak, chyběl jim sociální kontakt. Zákaz návštěv měl vliv na psychický stav, někdy vedl až k apatii či depresi. Snažili jsme se s rodinami navázat spojení aspoň přes Skype.

Všichni zaměstnanci museli nosit roušky nepřetržitě a péče byla náročnější kvůli horší psychické kondici klientů. V kritické době přespávali v prostorách centra, aby minimalizovali riziko, že by se od nich klienti mohli nakazit.

Pomáhala nám také dobrovolnice Adéla, která nakupovala jídlo a vše, co bylo třeba, aby se zaměstnanci nemuseli v obchodech vystavovat riziku nákazy.





# Co jsme klientům dopřáli díky darům, grantům a dotacím



## Pravidelný kognitivní trénink

Kognitivní trénink pomáhá co nejdéle zachovat soběstačnost klientů. Probíhá s tužkou a papírem, karetními či stolními hrami, křížovkami, kvízy, hlavolamy, skládačkami i běžnými předměty. Používáme také speciální pracovní listy a sady pomůcek.

Kognitivní trénink vedeme jako dialog, s klienty si povídáme u společného pití kávy nebo prohlížení fotografií.

## Dramaterapie

Dramaterapie funguje jako skupinová psychoterapie. U klientů vede ke stimulaci řeči a kognitivních funkcí, jako je myšlení, paměť nebo vnímání. Dramaterapie navíc podporuje schopnost soustředění a kooperace. Klientům umožňuje prožívat pozitivní a radostné emoce.



## Arteterapie

Díky arteterapii mohou klienti tvořit, projevit se a vyjádřit to, co slovy nejde. Arteterapie jim pomáhá zbavit se napětí a cítit se uvolněně. Tvořivá činnost jim dělá radost a přináší uspokojení.

Je to také způsob, jak klienty lépe poznat a pochopit, co je pro ně důležité.

## Canisterapie

Z Canisterapie mají klienti pokaždé velkou radost. Na interakci mezi klientem a psem dohlíží informovaný canisterapeut, který ví, jaký má klient vztah ke psům a jak komunikuje.

Psovi je jedno, jestli jste zdraví, nemocní, staří nebo mladí. S příchodem psů se vždy uvolní atmosféra.

Senioři s demencí komunikují se psem, jak umí. U toho procvičují jemnou i hrubou motoriku a stimulují smysly.



## Mezigenerační setkávání

Pod značkou Mezigeneračně od Mezi námi, o.p.s. nás jednou týdně navštěvují děti z mateřských škol. V roce 2020 to bylo možné jen několikrát.

Malé děti jsou bezprostřední, umí rozdávat úsměvy, energii a radost.

Po přivítání děti většinou přednášejí básničky a zpívají písničky. Pak se všichni společně věnují výtvarné činnosti nebo pečení.



## Reminiscence

Reminiscence citlivě pracuje se vzpomínkami, klienty povzbuzuje a poukazuje na jejich hodnotu. U seniorů s demencí se zaměřujeme zejména na dlouhodobou a motorickou paměť, protože tu mají zachovanou i v pozdějších stádiích nemoci.

Součástí terapie je prohlížení starých fotografií, dobových předmětů nebo pouštění oblíbené hudby.

# Reference rodinných příslušníků

## Dcera klientky nám napsala

“

Maminka byla dříve v jiném zařízení poskytujícím odlehčovací službu, tak mám možnost obě porovnat. Byla jsem velmi mile překvapená kolik aktivit nabízíte svým klientům a jakou péči a pozornost jim věnujete. I to, že mi sociální pracovnice sama volala a informovala o tom, jak se maminka začlenila do kolektivu, pro mě bylo nové a nikdy dřív jsem se s tím nesetkala. Oceňuji to a moc děkuji.  
Markéta H.

“

## Hodnocení střední Kavárny

“

Dobrý den,  
děkujeme moc za dnešní službu, maminka byla spokojená, program si moc pochvalovala a my jsem moc rádi, že se jí u vás líbilo. Bylo to pro ní poučné i veselé a má na co vzpomínat a hlavně má nové zážitky, opravdu velké díky.  
Alena J.

“

## Maminka rozkvetla a cítí se spokojeně

“

Cítím vděčnost, že když je na tom maminka tak, jak je, je podle mne v zařízení kde rozkvetla, cítí se spokojená, je opět socializovaná, nemá potřebu mluvit o návratu domů a podle projevů se v Seňorině cítí jako doma. Odpadla mi spousta starostí a jsem v klidu, že je o maminku moc dobře postaráno. Jsem vděčná, že personál je schopen a ochoten respektovat občasně maminčiny úlety. Co více bych si mohla přát. Nadě K.

“

# Registrovaná odlehčovací služba



Centrum Seňorina, z.s. je registrovaný poskytovatel sociální služby s identifikátorem odlehčovací služby (pobytová a ambulantní forma) č. 5693449.

Službu v roce 2020 zajišťovali pouze pracovníci s odpovídajícím vzděláním, v průběhu roku jim organizace zajistila další akreditované vzdělávání.

## Počty uživatelů a kapacita v roce 2020, odhad na rok 2021

Největší zájem měli klienti a jejich rodiny o pobytovou formu odlehčovací služby.

Ambulantní odlehčovací služba zaznamenala velký propad v důsledku pandemie covid-19.

Centrum Seňorina patří do sítě poskytovatelů sociálních služeb pro Prahu, od které má oficiální pověření k realizaci odlehčovací sociální služby.

### Pobytová služba 2020

Počet uživatelů 52  
Počet lůžek 11

### Pobytová služba plán 2021

Počet uživatelů 65  
Počet lůžek 11

### Ambulantní služba 2020

Počet uživatelů 9  
Kapacita míst 8/den

### Ambulantní služba plán 2021

Počet uživatelů 20  
Kapacita míst 8/den

# Kdo nám v roce 2020 pomohl realizovat náš záměr

## Firemní a jednotliví dárci

ČEPS a.s.	200.000 Kč
Allen & Overy	124.000 Kč
Denisa Hochmannová	55.000 Kč
aqua4you s.r.o.	20.000 Kč
Hájek a Boušková, zákusky v hodnotě	20.000 Kč
ICNET s.r.o.	6.300 Kč
Jarmila Andertová	2.500 Kč

Činnost Centra Seňorina v roce 2020 podpořilo mnoho dalších drobných dárců. Všem moc děkujeme.

## Nadační dary, granty a dotace

Hlavní město Praha	1.550.000 Kč
MPSV - mimořádné dotace Covid	768.991 Kč
Nadace ČEZ	550.000 Kč
Nadace Karel Komárek Family Foundation	100.000 Kč
Městská část Praha 4	40.000 Kč
Městská část Praha 10	36.000 Kč
Městská část Praha 1	30.000 Kč
Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové	3.960 Kč

## Chcete také podpořit naši činnost?

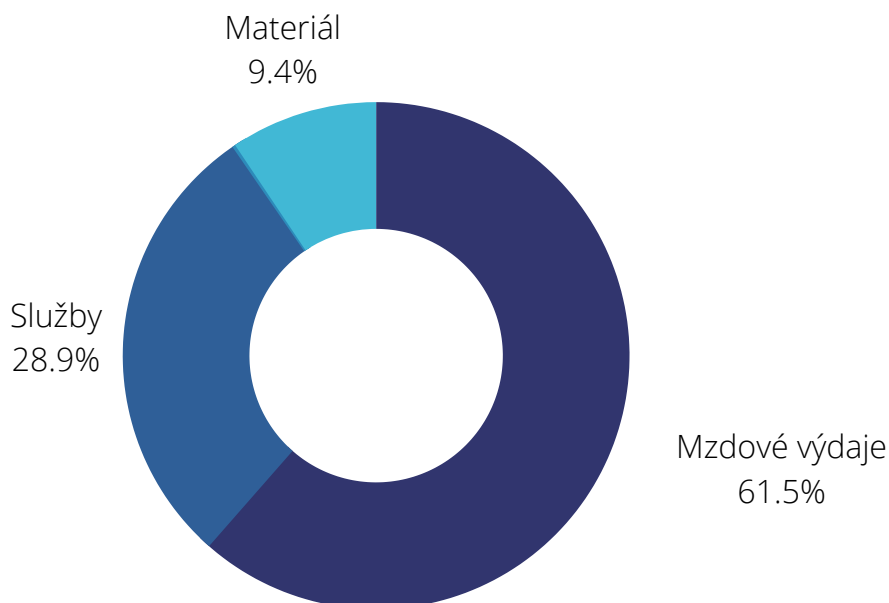
Číslo bankovního účtu Centra Seňorina je  
2100940971 / 2010

Moc děkujeme.

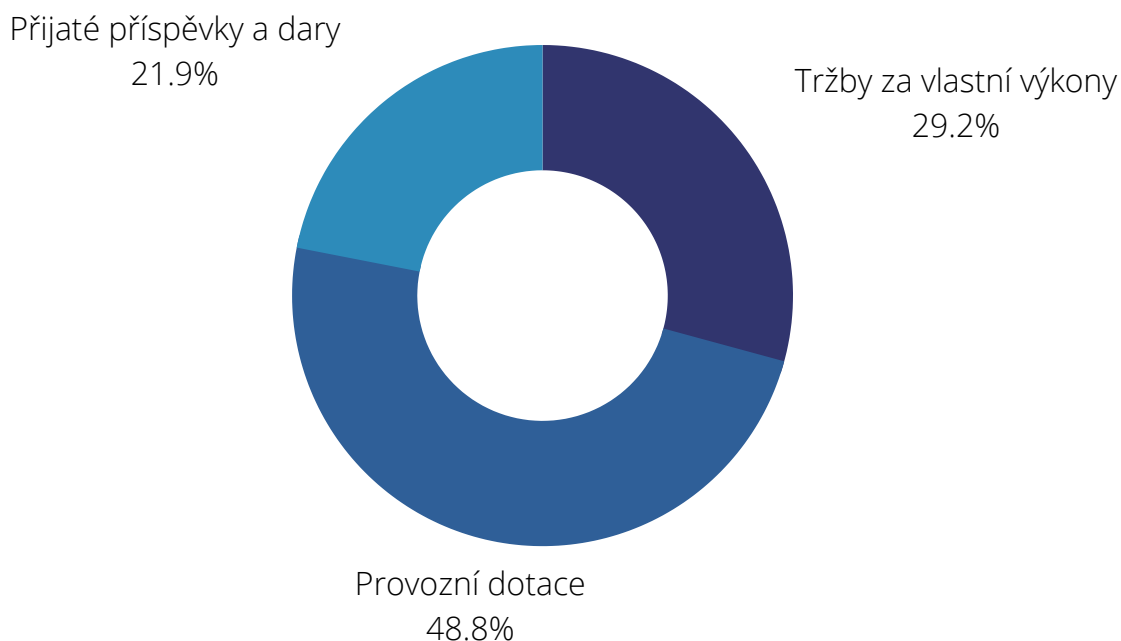
# Hospodaření v roce 2020

Finanční situace Centra Seňorina za rok 2020 byla stabilizovaná, zejména díky provozním dotacím Hlavního města Prahy a našim dlouhodobým soukromým dárcům. Překlenout nejtěžší měsíce zasažené Covidem nám pomohla rychlým grantem Nadace Karla Komárka a Nadace ČEZ, posléze i Ministerstvo práce a sociálních věcí. Spolek nakonec dosáhl kladného hospodářského výsledku, který bude použit ve fondu na hlavní činnost Centra Seňorina v dalších letech.

## Výdaje celkem 4.437.000 Kč



## Příjmy celkem 4.965.000 Kč



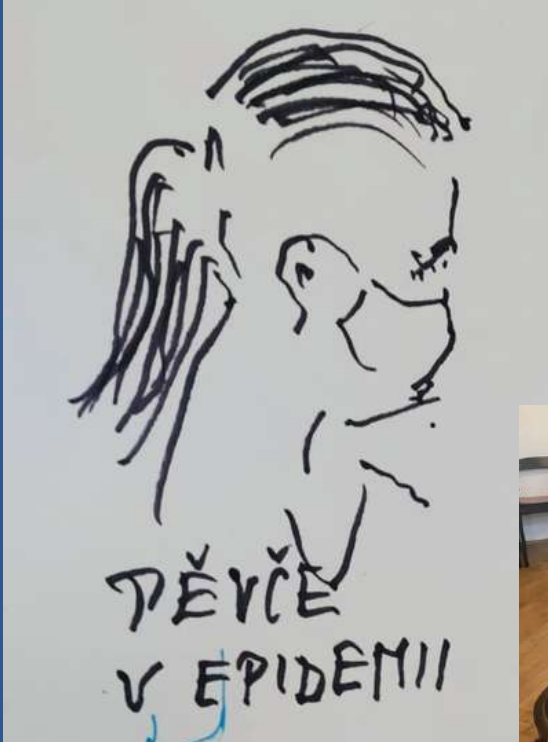
# Výkaz zisku a ztráty za rok 2020

## Náklady

Materiál	417.000 Kč
Služby	1.284.000 Kč
Mzdové výdaje	2.727.000 Kč
Ostatní	9.000 Kč
<b>Celkový součet</b>	<b>4.437.000 Kč</b>

## Výnosy

Tržby za vlastní výkony	1.451.000 Kč
Provozní dotace	2.425.000 Kč
Přijaté příspěvky a dary	1.089.000 Kč
<b>Celkový součet</b>	<b>4.965.000 Kč</b>







**MGR. JANA VITKOVÁ**  
Administrativní pracovníce pro  
sociální služby



**Bc. VERONIKA MATYSOVÁ**  
Vedoucí sociální služby  
Sociální pracovníce



**MGR. JAROSLAVA ŠVARCACHOVÁ**  
Zakladatelka a ředitelka



**ING. LENKA VÁCLAVÍKOVÁ**  
Ekonomická a provozní manažerka  
Zástupkyně ředitelky



**KATEŘINA CHMELÍKOVÁ**  
Administrativní pracovníce



**MAGDA ŠEFRNOVÁ**  
Zdravotnická konzultantka



**JARMILA ANDERTOVÁ**  
Pracovnice v přímé péči  
Provozní



**MICHAELA BERKOVIČOVÁ**  
Pracovnice v přímé péči



**PETRA DOHNALOVÁ**  
Pracovnice v přímé péči



**DANUŠE VLASÁKOVÁ**  
Pracovnice v přímé péči



**PHDR. MARTA IVANOVIČOVÁ, CSc.**  
Pracovnice v přímé péči



**MGR. HANA PERNICOVÁ**  
Pracovnice v přímé péči



**MARIE BILÁ**  
Pracovnice v přímé péči



**BLANKA STROMŠÍKOVÁ**  
Pracovnice v přímé péči



**ERIKA BRZOBOHATÁ**  
Pracovnice v přímé péči



**IVETA DOLEJŠOVÁ**  
Pracovnice v přímé péči



**HANA KOŤÁTKOVÁ**  
Pracovnice v přímé péči





**CENTRUM SEŇORINA**  
péče o seniory

## Sídlo a kontakty

Adresa provozovny: Centrum Seňorina, z.s., Na Pořící 1933/36, Praha 1, 110 00

Telefon: +420 604 708 111

Email: [socialni.pracovnice@centrum-senorina.cz](mailto:socialni.pracovnice@centrum-senorina.cz)

Webové stránky: [www.centrum-senorina.cz](http://www.centrum-senorina.cz)

[Youtube.com/CentrumSEŇORINA](https://www.youtube.com/CentrumSEŇORINA)

[Facebook.com/CentrumSenorinacz](https://www.facebook.com/CentrumSenorinacz)

Číslo bankovního účtu: 2100940971/2010

IČO: 04347536

Identifikátor odlehčovací služby (pobytová a ambulantní): 5693449

Fakturační adresa: Krupá 63, p. Kostelec nad Černými lesy, 281 63