

*Každý život má svůj
Mys dobré naděje*

ALEN

sdružení žen postižených rakovinou
128 00 Praha 2 – Vyšehrad, Vratislavova 22/156

www.alen.tym.cz
IČO 47610191

Výroční zpráva 2014



Bankovní spojení: 1940574359/0800 – ČS Praha 1
Registrace: Městský soud v Praze, odd. L, vl. 5178



Co je ALEN

ALEN je sdružení žen postižených rakovinou prsu

ALEN pomáhá těmto ženám ve všem, co je s onemocněním spojeno

ALEN má v současné době **125 členek**

Hlavní cíle sdružení ALEN

- **zlepšení kvality života** onkologických patientek
- **zlepšení fyzické kondice** žen s rakovinou prsu
- **psychická podpora** žen při a po onkologické léčbě
- **zmírnění nežádoucích vedlejších účinků** onkologické léčby
- **dobrá informovanost** žen o prevenci a léčbě rakoviny prsu
- **získávání kontaktů** na odborné lékaře a zdravotníky
- **informace** žen o zdravotních pomůckách
- **informace** o správné výživě
- **sociální podpora** zdravotně postižených žen
- **zvýšení právního povědomí** zdravotně postižených žen
- **zvýšení společenské prestiže** onkologických patientek
- **edukace zdravé veřejnosti** o prevenci rakoviny prsu

Odborným lékařským garantem projektů roku 2014 jsou

Doc. MUDr. Olga Švestková PhD.
přednostka Kliniky rehabilitačního lékařství

MUDr. Jaroslava Barkmanová
vedoucí onkolog Fakultní polikliniky VFN Praha



Hlavní činnost Sdružení ALEN

- rehabilitační **cvičení** pod odborným vedením
- **plavání** a cvičení v bazénu pod odborným vedením
- **rekondiční a rehabilitační pobyty**
- víkendové **rekondiční pobyty**

- **turistika**, výšlapy do přírody
- **výlety** a poznávací zájezdy
- **společenské akce**, divadla, koncerty, setkání

- odborné **přednášky a besedy** s lékaři
- informace o **zdravotních pomůckách**
- informace o **zdravé výživě** a správném stravování
- informace z oblasti **sociální a právní**
- vzájemné předávání **vlastních zkušeností**
- vydávání **Informačního zpravodaje** pro členky i veřejnost
- besedy a přednášky s **edukací pro zdravou veřejnost**

- **účast na akcích a kampaních pro veřejnost** k prevenci rakoviny
- spolupráce s **Ligou proti rakovině Praha**
- aktivní účast na **Českém dni proti rakovině**
- spolupráce s **Aliancí žen s rakovinou prsu**
- aktivní účast na akcích „**Dokážeš to taky**“, „**Plaveme prsa**“ a „**Nejde jen o prsa**“
- spolupráce s **Koalicí pro zdraví**
- spolupráce s **Neziskovky.cz** a **AVPO**
- spolupráce s **dalšími patientskými organizacemi po celé ČR**



Hlavní projekty roku 2014



- ⊗ pravidelné členské schůzky – celkem 10 – s programem:
 - Valná hromada
 - Jarní a podzimní bazárek oblečení
 - 6 zdravotních přednášek
 - Nová kolekce prádla Amoena
 - Cestovatelské okénko - Mexiko
 - Povídání s Miluškou Voborníkovou
 - Mikulášská besídka v Tyršově domě
- ⊗ výborové schůze – celkem 10
 - plánované pracovní setkání členek výboru
 - neformální pracovní setkávání podle potřeby
- ⊗ rehabilitace
 - jednou týdně zdravotní cvičení v tělocvičně střídavě pod vedením Denisy Uhrové, Hany Hladovcové a Aleny Příbramské
 - jednou týdně plavání v bazénu v Tyršově domě pod dohledem PaedDr. Ireny Čechovské
 - cvičení v malém bazénu Nemocnice na Homolce pod vedením odborných rehabilitačních pracovníků
 - cvičení Tai-či v projektu Aliance žen s rakovinou prsu s cvičitelem Ivanem Trebichovským
- ⊗ víkendové pobyty – celkem se zúčastnilo **28 žen**
 - Pec pod Sněžkou a Teplice nad Bečvou
- ⊗ rekondiční pobyty
 - celkem se na nich uzdravovalo **61 žen**
 - Luhačovice
 - Srní na Šumavě
 - Sezimovo Ústí



- ✿ **výšlapy a výlety** po celý rok a za každého počasí – **celkem 11 x a 2 zájezdy**
 - Jarní zájezd - Hořovice a podzimní zájezd – Kutná Hora
- ✿ **spolupráce** (projekty, konference, sněmy, společenská setkání)
 - **Liga proti rakovině**
 - Výroční schůze, Jarní sympozium, Podzimní sněm kolektivních členů
 - Sbírka Český den proti rakovině a Děkovný večer
 - Vánoční koncert LPR v Aule Karolina
 - **Aliance žen s rakovinou prsu**
 - Veletrh Pragomedica – Handicap – edukace veřejnosti
 - "Dokážeš to taky!" - celostátní akce
 - „Ženy ženám“ – mamografický screening
 - Jarní a podzimní semináře, Výroční celostátní konference
 - Pochod AVON proti rakovině prsu
 - „Plaveme prsa“
 - "Nejde jen o prsa"
 - **Koalice pro zdraví** – Konference a semináře v Parlamentu a v SÚKLu
 - **Nadace Forum 2000** – Veletrh neziskových organizací
 - **Amélie** – Semináře, výtvarné dílny, kurzy, přednášky
 - **Gaudia proti rakovině** – Semináře, psychologická pomoc
 - **Nadace Onkologie 21. století** – „Sebevědomí pro každý den“
 - **HESTIA** - Předávání cen Křesadlo
 - **Masarykův onkologický ústav** - Brněnské onkologické dny
 - **Neziskovky.cz** – Časopisy, Grantový kalendář, AVPO, Semináře
- ✿ vydáváme **Informační zpravodaj** – **4 čísla ročně** – celkem **62 stran** informací o akcích sdružení ALEN i aktivitách dalších spolupracujících organizací, mnoho rad a zkušeností s nemocí, informace o léčbě, zdravé výživě, návody na cvičení, kontakty na lékaře, poradny, centra a ambulance, tipy na vycházky a pozvánky na kulturní akce, recepty a články z tisku
- ✿ Naše **knihovnička** nabízí odborné i zábavné knížky, kazety, CD a DVD
- ✿ Navštěvujeme **divadla, kina, koncerty a výstavy**

Přehled hospodaření za období 1. 1. – 31. 12. 2014

Příjmy

Kč

dotace a granty	172.000,00
členské příspěvky	32.450,00
květinový den	71.003,70
dary	21 653,00
příjem za služby	293 539,00
vlastní výrobky	2 545,00
ostatní příjmy	369,91

C e l k e m	593.560,61
--------------------	-------------------

Výdaje

Kč

rekondiční a víkendové pobyty	386.772,00
jednodenní akce	15.163,00
cvičení, plavání, rehabilitace	83.417,00
provoz sdružení	51.636,40

C e l k e m	536.988,40
--------------------	-------------------



Zpráva o revizi hospodaření za období 1. 1. – 31. 12. 2014

Revizi hospodaření provedla revizní komise sdružení ve složení
předsedkyně revizní komise Jaroslava Štefková
členka revizní komise Eva Boháčková

Provedenou kontrolou bylo zjištěno, že účetnictví občanského sdružení ALEN je vedeno v souladu se zákonem č. 563/1991 Sb. zákon o účetnictví (v platném znění). O všech jednáních a případné účasti na seminářích, sympoziích, konferencích, o novelách zákonů (týkajících se zdravotnictví) jsme průběžně v dostatečném rozsahu informováni prostřednictvím Informačních zpravodajů ALEN a časopisu ÚNES.

Při inventarizaci nebyly zjištěny inventarizační rozdíly.

V rámci činnosti a v souladu se stanovami občanského sdružení ALEN realizuje rehabilitační pobyty, pobytové víkendy, rehabilitační cvičení a plavání, zdravotnickou osvětu, přednášky, přednáškové cykly, společenské a kulturní akce a zájmovou činnost. Finanční prostředky byly uvolňovány a využívány v souladu se schválenými projekty a jednotlivými programy ozdravných akcí

Občanské sdružení (jmenovitě předsedkyně) všem poskytovatelům účelových dotací, dárcům (fyzickým osobám) a sponzorům (právníckým osobám) písemně poděkovalo a vždy bylo i uvedeno, na jaký konkrétní účel byly finanční prostředky vynaloženy (případně byly doloženy i kopie uhrazených faktur).

Poskytnuté účelové dotace:

- od Magistrátu hlavního města Praha
- od Městského úřadu Praha 4
- od Nadace České pojišťovny

byly řádně a včas v požadovaném termínu dle stanovených pravidel a na požadovaných tiskopisech vyúčtovány.



Plán činnosti na rok 2015

členské schůzky a jednání rady sdružení – 1x měsíčně
vzdělávací akce, přednášky pro členky i zdravou veřejnost

cvičení a plavání v bazénu – 2x týdně, **cvičení** v tělocvičně – 2x týdně
všestranná rehabilitace, masáže, skupinové cvičení, tai-či

výšlapy a výlety do přírody za zdravím a za poznáním
12 výšlapů a 2 zájezdy
společenské akce, návštěva divadel, koncertů, výstav

1 víkendový pobyt pro onkologické pacientky

3 týdenní a 1 desetidenní rekondiční pobyt se zdravotním programem

aktivní účast na akcích zastřešujících a spolupracujících organizací

- **sněmy, konference, semináře, koncerty, společenská setkání**
- **Český dne proti rakovině LPR** – celostátní sbírka – prodej kyticek
- **Dokážeš to taky** - Aliance žen s rakovinou prsu
- **Plaveme prsa** – Aliance žen s rakovinou prsu
- **Pochod AVON proti rakovině**
- **Ženy ženám** – mamografický screening
- **Nejde jen o prsa** - edukace ve středních školách
- **Veletrh neziskovek** – Nadace Forum 2000
- **Brněnské onkologické dny** – Masarykův onkologický ústav
- **spolupráce** s Gaudii proti rakovině, Amélií, Neziskovkami.cz, AVPO

vydávání **Informačního zpravodaje** – 5 čísel



Poděkování sponzorům a příznivcům

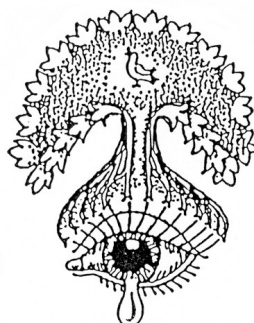
Magistrát hlavního města Prahy
Úřad městské části Praha 4
Ústav sociálních služeb Praha 4
Aliance žen s rakovinou prsu
Nadace České pojišťovny
Neziskovky.cz.
Eliška – zdravotnické prodejny
Obec Horoměřice
AREKO s.r.o.
Beiersdorf s.r.o. NIVEA
Česká spořitelna a.s.
Věra Vávrová
Josef Šulc
Rudolf Valenta
Olga Arvaiová
Jiří Tesařík
Slávka Kopecká
Denisa Uhrová

SUBTERRA a. s.
Úřad městské části Praha 2
Liga proti rakovině Praha
Koalice pro zdraví
Karolina Matoušková
AVPO
AMOENA s.r.o.
Česká obec sokolská - Tyršův dům
Herlitz s.r.o.
Teekanee s.r.o.
MUDr. Marie Voženílková
PaedDr. Irena Čechovská
MUDr. David Horák
Hana Valentová
Anna Horalová
Hana Justová
Hana Hladovcová
Alena Příbramská



Rada občanského sdružení ALEN v roce 2014

Kelišová Daniela	předsedkyně, statutární zástupce
Uhrová Věra	místopředsedkyně, statutární zástupce
Antošiková Ivana	hospodářka, statutární zástupce
Šimová Blanka	pokladní
Šamšová Bedřiška	jednatelka, knihovnice
Hamanová Ludmila	edukace
Kudelová Hana	členka výboru
Mařincová Jindra	členka výboru
Štefková Jaroslava	revizní komise – předsedkyně
Boháčková Eva	revizní komise – členka



Kontakty:

Adresa: 128 00 Praha 2 - Vyšehrad, Vratislavova čp. 156/22

Telefony: 224 916 216, 732 273 834

E-mail: d.kelisova@seznam.cz

Webstránky: www.alen.tym.cz
