

ALEN

*Každý život má svůj
Mys dobré naděje*

**- sdružení žen postižených rakovinou, z. s.
128 00 Praha 2 – Vyšehrad, Vratislavova čp. 156/22**

www.alen.tym.cz
IČO 47610191

Výroční zpráva 2015



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



Co je ALEN

ALEN je organizace žen postižených rakovinou prsu

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

ALEN má v současné době **119 členek**

Hlavní cíle spolku 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
- **zvýšení společenské prestiže** onkologických patientek
- **edukace zdravé veřejnosti** o prevenci rakoviny prsu

Odborným lékařským garantem projektů roku 2015 byly

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

MUDr. Jaroslava Barkmanová
vedoucí onkolog Fakultní polikliniky VFN Praha



Hlavní činnost spolku 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 **zkušeností** stejně postižených žen
- vydávání **Informačního zpravodaje** pro členky i veřejnost - **5x ročně**
- besedy a přednášky s **edukací pro zdravou veřejnost**

- **účast na akcích a kampaních pro veřejnost** k prevenci rakoviny prsu
- 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**“ a dalších
- spolupráce s **Koalicí pro zdraví**
- spolupráce s **Centrem Amélie**
- spolupráce s **Neziskovky.cz a AVPO**
- spolupráce s **dalšími patientskými organizacemi po celé ČR**



Hlavní projekty roku 2015



- ✿ pravidelné **členské schůzky** – celkem 10 – s programem:
 - Valná hromada
 - Jarní bazárek oblečení
 - 6 zdravotních přednášek (témata „Vitamíny“, „Kožní problémy“, „Relaxace při léčbě“, „Ganoderma“, „Osteoporóza“, „První pomoc“)
 - Cestovatelské okénko
 - Návštěva policisty – téma „Kriminalita na seniorech“
 - Mikulášská besídka s programem
- ✿ **výborové schůze** – celkem 10
 - plánované pracovní setkání členek výboru i neformální setkání dle potřeby
- ✿ **rehabilitace**
 - jednou týdně zdravotní cvičení v tělocvičně střídavě pod vedením 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 „Protajči se ke zdraví“ s cvičitelem Ivanem Trebichovským
- ✿ **2 víkendové pobyty**
celkem se zúčastnilo **31 žen**
 - Rokytnice n. Jiz. a Sezimovo Ústí
- ✿ **4 rekondiční pobyty**
celkem se na nich uzdravovalo **67 žen**
 - Karlova Studánka
 - Srní na Šumavě
 - Františkovy Lázně
 - Slatinice



- ✿ **výšlapy a výlety** po celý rok a za každého počasí – **celkem 13 x + 1 zájezd**
 - Jarní zájezd - Broumovsko
- ✿ **spolupracujeme na projektech, konferencích, sněmech a setkáních organizací:**
- ✿ **Liga proti rakovině**
 - Výroční schůze, Jarní symposium, Podzimní sněm kolektivních členů
 - Sbírka Český den proti rakovině a Děkovný večer
 - Vánoční koncert LPR v Aule Karolina
- ✿ **Aliance žen s rakovinou prsu**
 - "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, kurzy, přednášky
- ✿ **Gaudia proti rakovině** – Semináře, Galerie pro onkologické pacienty
- ✿ **HESTIA** - Předávání cen Křesadlo – tuto cenu v letošním roce získala naše členka **paní Věra Formánková**
- ✿ **Masarykův onkologický ústav** - Brněnské onkologické dny
- ✿ **Neziskovky.cz** – Časopisy, Grantový kalendář, AVPO, Semináře
- ✿ vydáváme **Informační zpravodaj** – **5 čísel ročně** – celkem **84 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 a centra, 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. 2015

Příjmy

Kč

dotace a granty	110.200,00
členské příspěvky	32.706,00
český den proti rakovině	68.062,20
dary	16. 154,00
příjem za služby	392 116,00
vlastní výrobky	260,00
příjem za reklamu	40 000,00
ostatní příjmy	653,59
C e l k e m	660.151,79

Výdaje

Kč

rekondiční a víkendové pobyty	488.684,00
jednodenní akce	13.600,00
cvičení, plavání, rehabilitace	87.085,00
provoz sdružení	57.718,58
C e l k e m	647.087,58



Zpráva o revizi hospodaření za období 1. 1. – 31. 12. 2015

Kontrolu hospodaření provedla revizní komise ve složení Jaroslava Štefková, Milena Hambálková a Zdenka Jusková.

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 případných účastech na seminářích, sympoziích, konferencích, o novelách zákonů (týkajících se zdravotnictví) jsme průběžně v dostatečném rozsahu informování prostřednictvím Informačních zpravodajů a časopisu „ÚNES“.

Při inventarizaci nebyly zjištěny žádné inventarizační rozdíly.

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

Poskytnuté účelové dotace:

od Magistrátu hlavního města Prahy, od Městského úřadu Praha 4 a od Nadace České pojišťovny byly řádně a včas v požadovaném termínu dle stanovených pravidel a na požadovaných tiskopisech vyúčtovány.

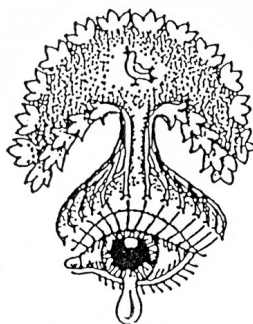
Poděkování sponzorům a příznivcům

Magistrát hlavního města Prahy
Úřad městské části Praha 4
Ústav sociálních služeb Praha 4
Aliance žen s rakovinou prsu
Koalice pro zdraví
Neziskovky.cz.
Eliška – zdravotnické prodejny
Obec Horoměřice
Beiersdorf s.r.o. NIVEA
Česká spořitelna a.s.
Věra Vávrová
MUDr. David Horák
Rudolf Valenta
Olga Arvaiová
Arch. Jiří Tesařík
Slávka Kopecká
Denisa Uhrová

SUBTERRA a. s.
Úřad městské části Praha 2
Nadace České pojišťovny
Liga proti rakovině Praha
Česká obec sokolská - Tyršův dům
AVPO
AMOENA s.r.o.
Karolina Matoušková
Teekanee s.r.o.
MUDr. Marie Voženílková
PaedDr. Irena Čechovská
Helena Chramostová
Hana Valentová
Anna Horalová
Hana Justová
Hana Hladovcová
Alena Příbramská

Výbor spolku ALEN v roce 2015

Kelišová Daniela	předsedkyně
Uhrová Věra	místopředsedkyně
Antošiková Ivana	hospodářka
Šimová Blanka	pokladní
Ducková Jaroslava	jednatelka
Němejcová Ludmila	edukace
Mařincová Jindra	edukace, pobyty
Štefková Jaroslava	předsedkyně revizní komise
Boháčková Eva	členka revizní komise



Kontakty:

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

Telefon: 732 273 834, 608 269 995

E-mail: d.kelisoa@seznam.cz, verka.uhrova@gmail.com

Webstránky: www.alen.tym.cz