

Pomáháme  
seniorům stát se  
samozřejmou,  
sebevědomou  
a respektovanou  
součástí  
společnosti.

Výroční zpráva  
2012

### **Elpida o.p.s.**

Na Strži 40

Praha 4

T 224 231 914

[elpida@elpida.cz](mailto:elpida@elpida.cz)

[www.elpida.cz](http://www.elpida.cz)

RaiffeisenBank, a.s.

č.ú.: 283 842 5001/5500

### **Linka seniorů**

800 200 007

[linkaseniору@elpida.cz](mailto:linkaseniору@elpida.cz)

### **Centrum Elpida**

Na Strži 40

Praha 4

Tel: 272 701 335

[info@elpida.cz](mailto:info@elpida.cz)

### **Vital plus**

Na Strži 40

Praha 4

T 272 701 335

[vitalplus@elpida.cz](mailto:vitalplus@elpida.cz)

[www.vitalplus.org](http://www.vitalplus.org)

# Obsah

Slovo ředitele	2
Historie našich programů	4
Kalendář 2012	10
1 · Linka seniorů	14
2 · Centrum Elpida	22
3 · Vital plus	34
4 · Mluvme o stáří: Nech mou babičku na pokoji!	40
Tým Elpida	50
Ekonomická část	52



# Slovo ředitele ,

## Vážení a milí přátelé Elpidy,

pokaždé, když s týmem dáváme dohromady výroční zprávu za minulý rok, mi přijde, že je to všechno už hodně dávno. Všechno se zrychluje a tak se některé, sotva roční projekty, zdají být starší než ve skutečnosti jsou.

Elpidě bylo v roce 2012 deset let. Měřeno lidským pohledem je ještě dítě. Projekty, které za svou relativně krátkou dobu činnosti uvedla do života, jsou však dospělé. Každý z nich rok co rok pomůže velké skupině seniorů – ať to jsou to lidé, kteří zavolají na Linku seniorů, klienti vzdělávacího a kulturního Centra Elpida, čtenáři časopisu Vital plus či všichni ostatní, kteří sledují kampaň Mluvme o stáří: Nech mou babičku na pokoji!

Proto jsme se rozhodli, že v této výroční zprávě představí Elpidu její klienti. V krátkých citacích si tak u každého projektu budete moci přečíst, čím koho oslovuje a proč. O lidech je to vždy. V Elpidě pracují lidé, kteří si uvědomují náročnost a zodpovědnost své práce – proto ji milují. Jsem přesvědčen, že je to na našich projektech vidět. Alespoň takovou zpětnou vazbu máme od těch, kteří k nám chodí, píšou či telefonují.

Rok 2012 byl vyhlášen Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity. Umožnil nám významně se zviditelnit, představit veřejnosti naše projekty i dlouholeté přesvědčení, že starší lidé toho mají společnosti hodně co nabídnout.

Tato výroční zpráva – obsáhlejší než obvykle – je „jen“ souborem textů a fotografií. Za nimi je však opravdový život. A pokud by se nám podařilo příjemnit, vylepšit či dát nový smysl životu pouze několika seniorům, má naše práce smysl. Těch lidí jsou však každý rok tisíce.

Chtěl bych na tomto místě proto poděkovat všem našim partnerům, sponzorům, podporovatelům a fanouškům, stejně jako lidem v Elpidě, kteří jí dávají tvář. Chtěl bych poděkovat Ing. Bronislavě Hilliové, mojí kolegyni, která Elpidu do konce roku 2012 vedla celých pět let jako ředitelka. Je za ní velký kus práce, na který bude příjemné navazovat... Díky, Broňo!

*Mgr. Jiří Hrabě, ředitel*

Historie našich  
programů

# Linka seniorů

2002

V listopadu seniorům začíná na bezplatném telefonním čísle 800 200 007 sloužit Linka seniorů. Linka je v provozu každý všední den od 17 do 19 hodin a je nabízena jako linka informační. Zájem je hned velký, během prvních měsíců se dovolala zhruba tisícovka seniorů.

2003

Linka rozšiřuje provoz na 9 – 11 a 17 – 19 hodin každý všední den. Praxe ukazuje, že tím ústředním není pro seniory informace, ale důvěrný prostor, kde se mohou podělit o své starosti a trápení, někdy i radosti. Služeb linky využilo přes 15 tisíc volajících.

2004

Linka rozšiřuje provoz na každý všední den od 8 do 20 hodin. Telefonní číslo vytvořilo necelých 13 tisíc volajících. Linku je možné kontaktovat i e-mailem: [linkaseniuru@elpida.cz](mailto:linkaseniuru@elpida.cz). Poprvé je seniorům k dispozici i o vánočních svátcích.

2005

Získáváme akreditaci České asociace pracovníků linek důvěry, jednu z prvních, která byla v České republice udělena. Linka pracuje na cílenější propagaci, a tak ubývá tzv. testovacích hovorů, a přibývá hovorů obsažných. Tradice služby o vánočních svátcích pokračuje. Je to čas, který je pro osamělé seniory jedním z nejtěžších vůbec.

2006

Linka se usazuje jako stabilní a odborníky i laiky pozitivně vnímaná služba seniorům. Má své pevné místo v síti psychosociálních služeb. Linka seniorů je partnerem Ministerstva vnitra ČR v kampani zaměřené proti násilí ve společnosti nazvané: Násilí! Linka veřejně otevírá témata, která jsou společností opomíjena: domácí násilí, umírání, smrt a bezmoc či péče o seniory.

2007

Od počátku roku platí nový zákon číslo 108/2006 Sb. o sociálních službách. Linka seniorů připravuje registraci a v řádném termínu se stává registrovanou sociální službou podle § 55 zmíněného zákona – telefonická krizová pomoc.

2008

Na Linku zavolalo 10 186 seniorů. Problematika, se kterou se na Linku obrací, je již několik let podobná: osamělost, izolovanost, ztráta blízkého člověka.

2009

Číslo linky vytvořilo 16 093 seniorů. Telefonní číslo 800 200 007 se dostalo do všech veřejných telefonních automatů i na SIM karty společnosti O2. Roste tak počet prvkontaktů a volajících z odlehých oblastí ČR, kde je jiná pomoc prakticky nedostupná.

2010

Linka má za sebou nejvytíženější rok své existence, celkem se na ni obrátilo 27 225 volajících. Mezi nimi byli nejen seniory, ale stále častěji jejich děti. V závěru roku odchází dlouholetý vedoucí linky Michal Horažďovský.

2011

Vedoucí Linky seniorů se stává Alena Krásná. Opět se zvýšil počet volajících, kterým linka pomohla v náročné životní situaci – zavolalo 28 317 lidí.

## Historie našich programů

# Centrum Elpida

### 2003

Od května začínáme v Praze učit seniory pracovat na počítači, zatím v pronajaté internetové kavárně. Počítačové kurzy dostaly jméno Školička internetu pro seniory. Další začínají v Brně, Olomouci a Ústí nad Labem. Kurzy prošlo 113 seniorů.

### 2004

Školička internetu pro seniory se podílí na projektu Sdružení Tereza Internet spojuje generace. Na deseti vybraných základních školách studenti proškolili 470 seniorů. Vydáváme učebnici Školička internetu pro seniory.

### 2005

Se sloganem Generace seniorů komunikuje, otevíráme v lednu vlastní kamennou Školičku internetu v Limuzské ulici na Praze 10.

### 2006

Školička internetu působí kromě Prahy na dalších 14 místech po celé republice. Rozšiřujeme nabídku kurzů, senioři mají zájem o pokračování výuky, a tak na jejich přání otevíráme tematické kurzy pro pokročilé.

### 2007

Projekt, který dosud zastřešoval nadační fond Elpida, přechází v říjnu pod nově vzniklou obecně prospěšnou společnost Elpida plus, o.p.s. Ve Školičce se začínají učit jazyky a pro absolventy jsou v nabídce pokračovací kurzy spojené s relaxačním pobytem v přírodě.

### 2008

Otvíráme nové kurzy pro pokročilé (např. Digitální fotografie, Práce s notebookem). Kurzy během roku absolvovalo 1361 seniorů. V červnu reagujeme na poptávku seniorů po dalších aktivitách a nabízíme nové vzdělávací a poradenské aktivity. Dle závkona o sociálních službách č. 108/2006 Sb. registrujeme novou sociální službu Seniorcentrum Elpida. Za půl roku využilo služeb 450 seniorů.

### 2009

Počítačové, jazykové, výtvarné a další kurzy a aktivity absolvovalo v Centru Elpida 2425 seniorů.

### 2010

První celý rok v nových prostorách na Praze 4 – Pankráci. I díky dlouhodobé spolupráci s radnicí Prahy 4 nás nachází stále více místních seniorů. Seniorcentrum Elpida a Školička internetu pro seniory pod novým společným názvem – Centrum Elpida. Centrum mění vedoucího, od dubna je jím Jan Bartoš. Centrum opakovaně navštěvuje 2130 seniorů.

### 2011

Pod vedením Jana Bartoše se Centrum Elpida stává otevřeným vzdělávacím a kulturním centrem, které nabízí seniorům stále více aktivit. Plynule roste počet absolventů našich kurzů, v roce 2011 je jejich 3502. Stoupá zájem o jazykové kurzy a nové kulturní program, který se stává přirozenou součástí naší programové nabídky.

# Historie našich programů

## Vital plus

### 2007

V prosinci vydáváme první číslo čtvrtletníku Vital plus, časopisu, který pomáhá seniorům.

### 2008

Máme za sebou první kompletní ročník. Přinášíme rozhovory s H. Illnerovou, M. Jankem, L. Reinerovou, V. Havlem, E. Fučíkovou, I. Medkem, Z. Mahlerem, M. Černou. V říjnu poprvé oslovujeme čtenáře, aby dobrovolně časopis podpořili. Přispělo 170 lidí částkou 35 tisíc korun.

### 2009

Rozšířili jsme počet distribučních míst na 30. Počátkem října spouštíme web časopisu [www.vitalplus.org](http://www.vitalplus.org). Na časopis přispělo 807 lidí částkou 160 383 Kč.

### 2010

Počet distribučních míst stoupl na 55. Redakční tým posílil Karel Tejkal, dlouholetý sportovní redaktor Českého rozhlasu. Časopis podpořilo 826 čtenářů částkou 165 122 Kč.

### 2011

Časopis sílí zevnitř. Do redakčního týmu jsme přivítali komentátora Jana Petránka, fejetonistu Rudolfa Křestana a socioložku Lucii Vidovičovou. Časopis podpořilo 1313 čtenářů částkou 213 573 Kč.

# Mluvme o stáří: Nech mou babičku na pokoji!

### 2010

1. října spouštíme společně s Nadací O2 a mediální agenturou VCCP první velkou celospolečenskou kampaň za pozitivní vnímání stáří v ČR. Od počátku vyvolávala obrovský zájem médií.

### 2011

Kampaň má dlouhodobý charakter, v roce 2011 pokračuje benefičním koncertem sboru seniorů Elpida, kapely Please The Trees a Jaromíra 99 v kostele sv. Šimona a Judy v Praze (host: Pavel Bobek). Na podzim pak vyrazíme v sestavě rozšířené o Dušana Neuwerttha na sérii společných koncertů po českých a moravských hudebních klubech.



# Kalendář 2012

**Leden** Vedoucí Linky seniorů se stává Alena Krásná. Rozhovor o Lince a problematice domácího násilí na seniorech s Alenou Krásnou na TV Metropol. V Centru Elpida proběhla beseda s dlouholetým redaktorem a komentátorem Českého rozhlasu Janem Petránkem. Moderoval Karel Tejkal. Výstava Všední slavnosti významného fotografa Daniela Šperla. Premiéru má počítačový kurz pro pokročilé Internet Praktik. Pokračuje Elpida Tour 2011/2012 – Please The Trees, Jaromír 99 a Dušan Neuwert vystupují společně v Olomouci a Brně. Začíná natáčení reportáže o sboru Elpida pro pořad Fokus ČT 24.

**Únor** Týmová supervize vedoucích projektů s Mgr. Jarmilou Čiernou a týmová supervize pracovníků Linky seniorů s PhDr. Danielou Vodáčkovou. Autorským čtením básníka Zbyňka Hejdy v Městské knihovně a koncertem PTT a sboru Elpida v Klicperově divadle v Hradci Králové končíme Elpida Tour 2011/2012. Centrum uvádí novou programovou řadu BIOGRAF – projekce dokumentárních filmů ve spolupráci s Člověkem v tísni a projektem Jeden Svět na školách. Projekt filmu Ideální svět, režie Robert Sedláček / ČR / 2001 / 56 min.

**Březen** Bronislava Hilliová a Jiří Hrabě se stávají členy pracovní skupiny MPSV k EY 2012, aktivně se účastní práce na přípravě Národního akčního plánu přípravy na stárnutí 2013–2017 a účastní se Zahajovací konference v Černínském paláci. Konferenci velkolepě zakončí koncert PTT a sboru Elpida. Linka seniorů v pořadu Českého rozhlasu 2 „Čaj pro dva“ věnovaného problematice podvodného jednání na seniorech. Rozhovor s Alenou Krásnou v TV Metropol. Pracovníci Linky seniorů se na Akademii věd účastní semináře Pracovní skupiny pro geropsychologii Českomoravské psychologické společnosti. Zahajujeme pravidelné informování pražanů o dění v Centru prostřednictvím TV Metropol. Neobvyklý zájem o cestovatelskou přednášku Kateřiny Kociánové Islandské kouzelné putování. Vychází první letošní číslo Vitalu plus s Helenou Třeštíkovou na obálce. Jiří Hrabě na konferenci k EY2012 v Bruselu.

**Duben** Probíhá audit. Týmová supervize Linky seniorů pod vedením supervizora PhDr. F. Kučery. Prezentace činnosti Elpidy, o.p.s. v rámci festivalu Čarodějnice 2012 v Centrálním parku na Pankráci. Vystoupení PTT a sboru Elpida tamtéž. Vystoupení Bronislavy Hilliové v Radiožurnálu. Bet Orten nafotila profilovou fotografii sboru Elpida a kapely Please The Trees. Začíná natáčení reportáže pro pořad Soukromá dramata televize Prima o sboru Elpida. Divadlo Na Prádle se stává partnerem Linky seniorů a poskytuje jejím pracovníkům bezplatné vstupné na vybrané inscenace. V Centru probíhá premiéra úspěšné přednáškové řady Po stopách šlechtických rodin, kterou lektoruje mimořádně oblíbená Hana Hejdová. Poprvé se klienti učí francouzsky. Německá novinářka Sarah Borůvka uveřejnila reportáž o Centru v Prager Zeitung. Seznamovací semináře iPad zaujaly. Otevřena nová, tzv. Růžová učebna pro jazykovou výuku.

**Květen** Koná se zasedání správní rady Elpidy o.p.s. Prezentace Elpidy, o.p.s., všech jejích projektů a vystoupení sboru Elpida a PTT v rámci Dne Evropy na pražské Kampě. Jan Šibík fotografuje sbor pro rozsáhlou reportáž v Reflexu. Sbor Elpida a PTT v nahrávacím studiu Golden Digital studio. Symbolické zakončení mezigeneračního projektu The Wall – 537 Faces hromadným fotografováním všech účastníků. Převor Petr Prokop Siostrzonek byl hostem besedy Karla Tejkala. Centrum se účastnilo veletrhu neziskovek na Novodvorské. Tým pracovníků Linky seniorů absolvoval specializovaný seminář na téma „Podvodné jednání na seniorech“ vedený pracovníkem Policejního prezidia ČR. Pracovníci Linky seniorů se na Akademii věd účastní semináře Pracovní skupiny pro geropsychologii Českomoravské psychologické společnosti. Linka seniorů hostem pořadu „Jak to vidí“ ČRo2. Centrum poprvé uvádí kurz GOLFU. Centrum uvádí interaktivní divadelního představení Zadní vrátka na téma finanční gramotnost s přímým zapojením diváků do děje. Linku seniorů nově podporuje nakladatelství Portál formou bezplatného poskytování knih dle výběru pracovníků linky.

**Červen** Setkání pracovní skupiny při MPSV – příprava Národního akčního plánu přípravy na stárnutí 2013–2017. V Centru probíhá Mezinárodní setkání seniorů ze zemí EU. Poprvé uvedeny speciální bonusy zdarma – konverzace angličtiny s rodilými mluvčími. Týdenní pobyt v Orlických Horách spojený s výukou počítačů a angličtiny. Sbor Elpida a PTT zahajují sérii koncertů Festivalové léto 2012 vystoupením na Kmochově Kolíně, Živé ulici v Plzni a United Islands ČS v Praze. Zahajujeme spolupráci s Divadelním ústavem na přípravě sborníku Seniori a kultura. Partnerem Linky seniorů se stalo Divadlo Ungelt, poskytuje pracovníkům linky bezplatné vstupné na vybrané inscenace. Vychází 2. letošní číslo Vitalu plus s Pavlínou Filipovskou na obálce. V premiéře uvádíme první společný videoklip sboru Elpida a PTT k Písni režiséra Jana Pavlackého.



Marta  
a Lillian



## Marta Menclová (66 let)

bývalá zpěvačka

Žiju sama. Nedávno jsem překonala těžkou nemoc. Ozařování hlavy. S nemocí je těžké se srovnat a přimnout ji. Nějak se mi to podařilo.

O Elpidě jsem se dozvěděla od mého souseda na chatě na Berounce. Věděl, že si budu chtít k vánočům 2012 koupit notebook a dal mi již na podzim letáček. Jak on se k němu dostal, to opravdu nevím. V Centru Elpida jsem absolvovala celou počítačovou Akademii. Svět se mi tím změnil. Mám teď moře kontaktů s lidmi z celé republiky, jsem totiž ve Společnosti transplantovaných a dialyzovaných, jejíž členové jsou rozestří po celé republice. Díky internetu si vyměňujeme dopisy, obrázky, rady. Internetem se mi nebývale rozšířil obzor. Kdykoliv něco nevím, jdu a podívám se na internet a hned jsem v obraze. Pomocí e-mailu jsem ve styku se svým osmiletým vnukem. Ten když něco potřebuje do školy, poradím mu. Na počítači také píšu články do časopisu Společnosti.

Chci být akceptovaná mladými. Nechci být jako bábinka, která sedí sama doma a naříká. Prostě nebavit se jen o péčení a sezení vnučat na nočníku. Je potřeba jen nebýt líný a pořádku se snažit mít přehled o nových věcech a jít dopředu, držet krok, jak v počítačích, tak v oblékání. Není nutné, aby člověk zamrzl v šedesáti a dál se již nevyvíjel. To je potom čekání na smrt a to nechci.

## Scházeli jsme se před kurzem na kafe, teď každý měsíc chodíme společně do divadla.

Jsem na sebe hrdá, že jsem se v kurzech s počítačem naučila. Díky za to Elpidě. Mám radost sama ze sebe. Protože mě nikdo třeba z rodiny nepomohl. Skutečně znám jen to, co jsem se naučila u vás. Chodím na PC Help a a na podzim budu pokračovat. S Lilli chceme na Internet PRAKTIK. Celkově mi to pomohlo pro pocit, že nejsem tak stará a na odpis.

Neměla jsem o počítačích ani ponětí, jsem technický antitalent a strašně jsem se toho bála. Lektor Martin Stehlík, byl skvělý a všechno mě to naučil. Jsem moc spokojená. Počítač mi pomáhá odpouštět od všeho špatného. Sednu si k němu, odpovím na maily, stáhnou si hezký animovaný obrázek a pošlu ho ostatním. Člověk se nesmí trápit co bude zítra, to si můžou dovolit mladí, řešit budoucnost.

S Lillianou jsme si náhodou sedly vedle sebe do lavice. Záhy jsme zjistily, že jsme ze stejného těsta. Rozumíme si ve všem. Je vzdělaná, rozumí kultuře, má ráda operu. Scházely jsme se před kurzem na kafe, teď každý měsíc chodíme společně do divadla. Schodily jsme se v náhledu na svět, na politiku.

Jinak jsme ale jiné. Já mám chatu na Berounce, kde trávím čas a papouška Lórinku. Lilli je městský typ, chodí na bowling a petanque.

Ne každý na to reaguje pozitivně. Sousedka, když jsem se zmínila o notebooku a nových možnostech odvětila: "A na co to potřebuješ? Se chceš vyta-hovat."

Klobouk dolů před Elpidou, mě to hrozně pomohlo.

7

**Červenec** Premiéra Velkého letního kurzu PC, jehož osnovy částečně tvoří sami klienti na základě svých potřeb. Severská chůze čili Nordic Walking obohatila programovou nabídku Centra. Klienti poprvé dochází na kurzy angličtiny během léta. Letní seminář digitální fotografie pro pokročilé. Linka seniorů má nového partnera – Kino Světozor ji podporuje formou bezplatného vstupného na filmy dle výběru pracovníků linky. Sbor Elpida a PTT vystupují na Colours of Ostrava. Koncert na festivalu Rock for People byl pořadatelem odvolán kvůli silným bouřkám. Zahajujeme spolupráci s módním webem Fashionbook.cz, fotografka Bet Orten fotografuje Grand Chic editorial s pěti vybranými sboristkami a členy kapely PTT.

8

**Srpen** Týmová supervize Linky seniorů pod vedením supervizorky PhDr. D. Vodáčkové. Centrum díky podpoře ČSOB zahajuje celorepublikový projekt Peníze ve stáří, cyklus kurzů finanční gramotnosti pro seniory. Festivalové léto sboru Elpida a PTT končí na Open Air Festivalu v Panenském Týnci, kde je současně prezentován také projekt The Wall – 537 Faces.



Foto: Bet Orten: Grand Chic

9

**Září** Dokončena rekonstrukce recepce Centra Elpida. Vychází 3. letošní číslo Vitalu plus s Miloněm Čepelkou na obálce. Finalizujeme práce na sborníku Senioři a kultura. Výrazně je medializován Grand Chic fashion editorial. Jiří Hrabě na novinářské konferenci k EY2012 v Bruselu.



**Říjen** V rámci celorepublikového sjezdu Asociace intervenčních center se odehrála přednáška Linky seniorů na téma „Senioři a násilí“. Začínáme s přípravami historicky prvního spotu Linky seniorů. U příležitosti Mezinárodního dne seniorů byla otevřena výstava Michaely Pospíšilové Králové Uprostřed času. Umělecký projekt s mezigenerační tematikou byl později oceněn cenou Frame. Pokračoval projekt Senioři pro Prahu. Deset odhodlaných dobrovolníků kultivovalo veřejný prostor před Elpidou. V Respektu se píše o našem projektu Grand Chic, sborníkatřn Zuzana Seibertová mluví o sboru Elpida v Českém rozhlasu.

**Listopad** Linka seniorů se prezentuje na diskusním panelu „Je naše země připravená na stáří?“ pořádaného na Úřadu vlády zmocněnkyní pro lidská práva. V rámci mezinárodního semináře Ministerstva vnitra s tematikou domácího násilí a nebezpečného pronásledování se odehrála přednáška a prezentace Linky seniorů. Pracovníci Linky seniorů se na Akademii věd účastní semináře Pracovní skupiny pro geropsychologii Českomoravské psychologické společnosti. Ekonom Zdeněk Tůma na besedě v Centru Elpida. Pět seniorů poskytlo malé televizní interview do pořadu ČT Pomáhejme si. Režisér Jan Látal finalizuje druhý klip sboru Elpida a PTT k písni Nech vít.

**Prosinec** Závěrečná konference k EY 2012 v Praze, s příspěvkem vystoupil Jiří Hrabě. V Centru Elpida probíhá slavnostní předávání šeků společnosti ČEZ a Konta Bariéry. Vychází sborník Senioři a kultura. Vychází časopis Vital plus na titulu s Ivanem Vyskočilem. Vydáváme CD sboru Elpida a PTT (oba Sandstudios), které je vyvrcholením spolupráce PTT a sboru. V sídle České Alzheimerovské společnosti probíhá další seminář pro pracovníky Linky seniorů na téma demence, opět vedený PhDr. Evou Jarolímovou. V Centru Elpida se s velkým ohlasem odehrála první ze série přednášek Linky seniorů „Bát se zapomínání?“ o problematice demence, a to jak z pohledu pacienta, tak i pečujících. Koná se zasedání správní rady Elpidy o.p.s. Broňa Hilliová požádala správní radu o uvolnění z pozice ředitelky. Správní rada jmenuje novým ředitelem s účinností od 1. 1. 2013 Jiřího Hrabě. Broňa Hilliová zůstává v Elpidě na pozici ekonomky.

10

11

12



# 1 Linka seniorů

V roce 2012 Linka seniorů oslavila desáté výročí své existence. Za tu dobu její pomoc využilo více než 150 000 volajících. Kromě telefonické pomoci zahájila cyklus přednášek pro veřejnost v rámci komplexního projektu „Bát se zapomínání?“ zaměřeného na problematiku demence.

„Dnes jsem zase skoro nemohl vstát z postele. Já vím, že je to nemoc, vím, že mám depresi. K tomu všemu už mám svůj věk a někdy prostě pocit, že už nic nemá smysl, ani si namazat chleba k snídani. Jsem tak unavený. Doma už o tom nechci s nikým mluvit. Není co vyprávět, v mém životě se nic nového neděje. Jen je asi unavuji tím, že pořád opakuji to samé. Mají svých starostí dost. Ale člověk to potřebuje někomu říct, nebýt na to sám. Říct, že se snaží, ale je to jako by před sebou valil balvan. Ale když si o tom promluvíte, někdo vás vyslechne a pomůže vám, tak se vám uleví....“

Linka seniorů je linkou krizové pomoci, která poskytuje volajícím možnost bezpečně hovořit i o těch nejtěžších věcech. Takových, které jsou často zatěžující jak pro volajícího, tak pro jeho rodinu a blízké. Pracovníci linky jsou profesionálové v krizové intervenci a zároveň lidé se skutečným zájmem o život volajících. Jsou tady, aby nabídli volajícím důvěrný prostor, podporu a účinnou pomoc.


800 200 007

Jeden hovor  
může změnit  
lidský život.

„Nevím, co mám dělat! Potřebuji pomoc! Táta včera odešel z domu, prostě se ztratil,“ říká rozrušená žena. „Přivezla ho až dnes ráno policie. Zavolali mne, já ho uložila do postele a teď je večer a on chce zase odejít! Lomcuje dveřmi! Říká, že chce domů, ale on tady přeci bydlí už třicet let. Když mu to vysvětluji, vůbec mě neposlouchá. Vůbec nechápu, kam chce jít. Co mám, prosím vás, dělat?“

Linka seniorů je pomocí pro seniory, ale také jejich blízké. Mimo jiné nabízí také pomoc v otázkách onemocnění demence. Pro zvyšující se počet volajících, kteří pečují o nemocné demencí, přichází v roce 2012 Linka seniorů s unikátním projektem „Bát se zapomínání?“ – jedná se o cyklus osvětových seminářů o onemocnění demence pro veřejnost, které se v tomto roce konaly Praze a Českých Budějovicích a vzbudil nebývalý zájem. Projekt zahrnuje také vzdělávací program pro pracovníky Linky seniorů. Na projektu spolupracujeme s Českou alzheimerovskou společností.

Pozn.: Osobní údaje v příbězích byly pozměněny tak, aby byla zachována plná anonymita volajících.



Práce na Lince seniorů je náročná, ale smysluplná. Pracovníci ji vnímají různými způsoby:

„Pracovat na lince pro mě znamená mít možnost poskytovat pomoc tam, kde je to potřeba. Je to velmi náročná práce, důležité ale pro mě je, že je pro klienty dobře dostupná. Přímo v okamžiku krize jim nabídne pomoc, podporu, informace, stačí vytočit číslo na jakémkoliv telefonním přístroji.“

„Práce na Lince seniorů pro mě znamená splněný sen. Můžu se těšit do práce, vědět, že je moje práce někomu užitečná a dát ruku do ohně za své kolegy. Neznám práci, kde by byla rychlejší a krásnější zpětná vazba. Prostě to stojí za to!“

„Myslím, že se díky hovorům na lince a setkávání se s příběhy volajících učím plnohodnotněji žít a stárnout. A zároveň mám hlubokou jistotu, že díky dobře nastavenému systému vzdělávání a supervizních kontrol odvádím profesionálně kvalitní práci, což je pro mě bytostně důležité – vědět, že dobře pomáhám.“

„Pro mne je práce na lince PROSTOR pro setkání s lidmi, pro osamělost, pro odvahu říci si o pomoc, hledání naplnění toho, co je z jakéhokoliv důvodu nyní prázdné. Linka je KONTAKTEM v prostoru okolo lidí, kde se jakoby kontakt ztratil. Pro připravené může být majákem, kudy dál nebo kotvou ke zklidnění před další cestou.“

„I když už patřím mezi seniory, soucítím s těmi, kteří jsou na tom zdravotně a psychicky špatně, a zvláště s těmi, kterým někdo víceméně úmyslně škodí, nebo zneužívá jejich omezených možností sebeobran. Proto jim chci být nápomocen.“

## O Lince seniorů

Linka seniorů je anonymní a bezplatná linka krizové pomoci pro seniory, osoby pečující o seniory a osoby v krizi. Je k dispozici volajícím z celé České republiky. V provozu je každý všední den a během vánočních svátků od 8 do 20 hod.

anonymita  
důvěra  
bezplatnost

podpora  
pomoc  
poradenství

## Statistiky

Také v roce 2012 přesáhl zájem volajících kapacitu Linky seniorů, počet nepřijatých hovorů převýšil počet volajících téměř o dvojnásobek. Zároveň se vzhledem k závažnosti situace volajících prodloužila délka hovorů. Novým trendem bylo snížení tzv. testovacích hovorů. Vysoký zájem volajících o služby Linky seniorů a závažnost jejich situace jsou pro nás jasným signálem pro rozšíření provozní doby naší linky.



Marie

Marie Hájková (67 let)

## Příběh začíná na lince...

S manželem jsme se po 40 letech rozešli, těžce jsem to tehdy prožívala a dodnes beru antidepresiva. Mohu říci, že Elpida mě z toho dostala. Dcera mi našla Elpidu na webových stránkách. Začala jsem chodit na trénink paměti a potom jsem se rozhodla jít i za vaší paní psycholožkou. Byla jsem u ní třikrát. Probraly jsme moji situaci, zamyslela jsme nad sebou a přijala jsem svojí novou cestu. Osamostatnila jsme se. Snažím se vidět pozitiva: nikdo mě neomezuje a mám více času.

Chodím do Centra Elpida již druhým rokem na trénink paměti a jsem tu velice spokojená. Vytvořili jsme výbornou partu, rozumíme si. Profesorka je výborná, každou hodinu nám nějak zpestřuje. Často se zasmějeme.

Po skončení hodiny jdeme všichni na kafe, a když máme úkol, zavoláme si. Všichni si tykáme.

Dcera se vždy ptá: „Tak co, jaký byl čtvrtek? Bylo to příjemné? Co jste probírali?“ Někdy se mi směje, že máme domácí úkoly, ale pak říká: „Fajn mami, jsem ráda, že ti to sedne a nesedíš doma a nepřemýšlíš


o blbostech.“ Na každý čtvrtek se těším. Můj velký kůň je zahrádka. Dříve jsme měli chalupu, kde ale teď žije manžel.

Dcera mi proto koupila zahrádku s domečkem na Skalce v kolonii. Čerpám tam povzbuzení, každý den si říkám, že si musím život vychutnat. Těšit se z každé věci. Pozoruju přírodu, krmím ptáčky, obdivuju kytky, mám tisíce trvalek. Je mi mezi nimi dobře. Přicházejí různí zahrádkáři, vyměňujeme si rady a semínka. Mám také malého psa, Westíka. Jak člověk stárne, vnímá jiné hodnoty.

Začala jsem chodit na trénink paměti a potom jsem se rozhodla jít i za vaší paní psycholožkou.

Mám pocit, že mi Elpida hodně přináší a že mi pomohla, když mi bylo zle. Na Praze 10 jsem chodila do podobného klubu, ale bylo to tam takové mrtvé a staré. Sem chodí lidi aktivnější, se zájmem. Zkusila jsem i Remedium, tam se mi ale zdála uzavřená společnost a nebyl tam takový výběr.





Dcera mi proto koupila zahrádku  
s domečkem na Skalce v kolonii.  
Čerpám tam povzbuzení, každý  
den si říkám, že si musím život  
vychutnat.

**Vedoucí projektu**

BcA. Alena Krásná: [alena.krasna@elpida.cz](mailto:alena.krasna@elpida.cz)  
 e-mailová poradna: [linkaseniору@elpida.cz](mailto:linkaseniору@elpida.cz)

**Typy kontaktů**

Hovor (včetně podaných informací a mail.poradenství)	5991
Profesní kontakt	709
Mlčení	886
Testovací	11670
Zazvonění, zavěšení, omyl	6481
Hovor za účelem sex. uspokojení	56
Zneužití	354
<b>Celkem přijatých kontaktů</b>	<b>26147</b>
Nepřijaté hovory	45871

**Problematika hovorů**

	<b>%</b>
rodinná	22
zdravotní	30
právní	26
osamělost	24
domácí násilí	2
sebevražedná témata	2
vztah rodičů a dětí	10
úmrtí blízké osoby	3
náhlá traumatizující událost	2

**Poměr mužů a žen**

	<b>%</b>
muži	26
ženy	74

**Podpořte Linku seniorů**

Číslo transparentního účtu  
 u Raiffeisenbank, a.s.:  
 2838425028/5500  
 DMS LINKASENIORU  
 na číslo 87 777.  
 Cena dárcovské  
 SMS je 30 Kč,  
 Linka seniorů  
 obdrží 27 Kč.

Foto Lenka Reiterová

**Za podporu Linky seniorů děkujeme**

Hlavní partner 

Partneři



GlaxoSmithKline

Výbor dobré vůle  
Nadace Olga Havlové

SIEMENS

2



# Centrum



Centrum Elpida je vzdělávací a kulturní centrum s celopražskou působností. Seniorům nabízíme počítačové, jazykové a fotografické kurzy, přednášky, poradny, tréninky paměti a pohybové aktivity. Vytváříme pro ně program, který je podporuje v samostatnosti, nezávislosti a dodává jim sebevědomí z vlastní aktivity a tvůrčího přístupu k životu. Seniorům rovněž umožňujeme kontakt se společenským prostředím a nepřímo je podporujeme v samostatném a nezávislém životě.



Centrum Elpida je jedinečným místem na seniorské mapě Prahy. Naší snahou je, aby se k nám seniorští návštěvníci opakovaně vraceli, čerpali zde nejen nové znalosti, ale navazovali i nová přátelství. I seniorský věk může být stejně hezkou a naplněnou životní etapou jako mládí a střední věk.

Rok 2012 byl pro Centrum Elpida rokem pokračování a upevňování započatých změn v roce minulém. Stavíme na široké nabídce provozovaných aktivit a partnerské komunikaci s klienty. Seniorští návštěvníci oceňují, že se o ně produkčně i dramaturgicky stará mladý tým a z mnoha zpětných vazeb a zaznamenaných příběhů víme, že naše práce má smysl.

Rok 2012 byl Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity. Přihlásili jsme se k němu mezigeneračním Projektem The Wall – 537 Faces. Seniori a mladí umělci společně po etapách vytvářeli streetartové dílo na zdi před sídlem Elpidy. Mezigenerační vztahy akcentujeme také v našem výstavním programu, kde prezentujeme mladé české umělce a jejich výtvarné projekty. Cílem těchto aktivit je upozornit českou veřejnost na přínos seniorů pro společnost a rozvíjet přirozený mezigenerační dialog.

Centrum Elpida se v roce 2012 připojuje k novému celorepublikovému projektu Konta Bariéry – SENSEN – senzační seniori a stává se jeho aktivním partnerem. Ředitelka Broňa Hilliová se stává členkou správní rady tohoto projektu.

V roce 2012 se potvrdily dva trendy z minulých let. Nadále stoupá zájem seniorů o výuku pokročilejších počítačových dovedností a také roste zájem o výuku jazyků. Jednoznačně vítězí angličtina. Seniori nejen více cestují, ale chtějí překračovat jazykové hranice i na internetu.

Vedle tradiční **Počítačové Akademie Elpida** a řady kurzů pro pokročilé se v naší nabídce objevil Velký systematický kurz, jehož osnovy částečně tvoří klienti na základě svých potřeb.

Rozšířili jsme také výuku digitální **fotografie**. Ve Fotografické Akademii Elpida učíme klienty pracovat v kvalitním programu Zoner Foto Studio. Do osnov jsme rovněž zařadili nový interaktivní kurz Jak fotografovat a fotoklub K.A.F.E., který sdružuje vážnější zájemce o fotografování a vede je k vlastní tvůrčí aktivitě na základě vypsání projektů.

Vyšli jsme vstříc stoupajícímu zájmu o **jazykové kurzy**, navýšili jsme počet studentů angličtiny a poprvé jsme začali učit i francouzštinu a italsčinu. Důraz klademe na konverzaci a schopnost používat cizí jazyk v běžných, každodenních situacích. Některé kurzy začali učit rodilí mluvčí hovořící česky, kurzy jsou obohaceny o kulturní a společenské reálie dané země. Oblíbeným formátem jsou otevřené konverzační skupiny, do kterých mohou klienti chodit i nahodile, podle svých časových možností.



Celestín

## Celestín Mrázek (73 let)

K fotografování ho přivedl jeho otec. Když doma zatemnili okna a pak společně vyvolávali fotky, hru se zachycením neopakovatelného okamžiku si zamiloval. Fotil, co se dalo – především však portréty a detaily. A bez barvy. „Černobílá fotka má kouzlo, člověk musí mít představivost, aby viděl, jak budou barvy v černobílé vypadat,“ říká. Fotografem se však nestal. Zvítězila jeho druhá velká láska: sport. Vystudoval tělesnou výchovu a biologii a stal se profesionálním hráčem basketbalu. V 60 letech, kdy se pro tento sport více používalo české slovo košíková, hrál za národní mužstvo, v roce 1969 odešel jako profesionál do Francie. Po třech letech ho kamarád pozval do Švýcarska, kde mohl uplatnit své diplomy. Učil na univerzitě v Bernu a ve Fribourgu didaktiku, trénoval dokonce národní basketbalové mužstvo a v alpské zemi nakonec zůstal několik desítek let. Do vlasti se vrátil před dvěma lety: „Jezdil jsem sem pravidelně od 90. let každé dva tři měsíce, mám tu známé, kamarády a své dva bratry. Ted' se to jen otočilo, za kamarády jezdím do Švýcarska,“ říká Celestín Mrázek, jehož křesní jméno se v rodině objevuje u prvorozeného syna už po neuvěřitelných 17 generací. Plynule mluví francouzsky a italsky, po návratu do Česka si však chtěl vylepšit angličtinu. Proto přišel na konverzaci pro pokročilé do Centra Elpida. Má to jen pár minut pěšky.

„Šíře nabídky nejrůznějších kurzů mě udivila,“ říká. A nezůstalo jen u angličtiny. Brzy ho zaujal Klub amatérských fotografů Elpida, zkráceně K.A.F. E., a dohodl se s vedoucím Centra Janem Bartošem na zajímavém fotoprojektu – totiž že bude kronikářem života v Elpidě. „Zajímají mě tváře a ruce, ty o starých lidech umí hodně říct.“

Příběh pana Mrázka pro časopis Vital plus zpracoval Jiří Hrabě.



Angličti

INOVACE

Nejnavštěvovanější  
**kulturní události** byly  
besedy novináře, redaktora  
a moderátora Českého  
rozhlasu **Karla Tejkala**  
„Osobnosti, které jsem  
za půlstoletí v rozhlase  
potkal...“ V roce 2012  
Centrum hostilo mj. Jana  
Petránka, převora Petra  
Prokopa Siostrzonka,  
Rudolfa Křesťana a další.



**Přednášky** řadíme do tematických cyklů. Klienti Elpidy mají rádi dějiny – trefou do černého byla premiéra cyklu Procházky po stopách šlechtických rodin, který mapuje zajímavé osudy a památky šlechty formou přednášek a následných výletů.

Ve výstavní prostoru nazvaném **Galerie CE** (lobby a kavárna) pravidelně uvádíme mladé české umělce a jejich výtvarné projekty, v galerii vystavovali např.: Michaela Pospíšilová Králová, Vladimír Bosák, Daniel Šperl, Petr Willert.

I v roce 2012 senioři rádi cvičili. Ke čtyřem pohybovým aktivitám přibly další dvě: nordic walking a golf.

#### Podpořte Centrum Elpida

Číslo transparentního účtu

u Raiffeisenbank, a.s.:

2838425028/5500

DMS ELPIDA na číslo 87 777.

Cena dárcovské SMS je 30 Kč,

Elpida obdrží 27 Kč







Rena

## Rena Dušková (88 let)

Můj muž zemřel před třemi lety, to je také důvod proč jsem Elpidu chytlá všemi deseti. Po smrti manžela mám více času, i když jsem na všechno sama. Jsem typ člověka, který si samotu nepřipouští, nejsem splínová povaha a na nudu si nestěžuji. Stále mám kolem sebe dost přátel, ale mladších.

O Elpidě jsem se dozvěděla z plakátu na poště. Tou dobou jsem zrovna dostala počítač, a to mě přimělo přihlásit se na počítačové kurzy.

Odchodila jsem jich několik a počítač docela ovládla. Pak mě ale oslovila zdejší angličtina s rodilým mluvčím. Začala jsem na ni chodit a chodím dodnes. Čtu knížky v angličtině, ale za Philleem Dodgem chodím kvůli porozumění mluvené řeči. Tu musím stále trénovat.

Elpida je skvělý nápad a chytrá myšlenka. Všichni jste tu moc milí a chodím k vám ráda. Procvičím si tu zarostlé mozkové závity, rozptýlím se, jeden čas jsem chodila na pilates. V současnosti mám ale velké bolesti v kotníku a zdá se mi, že Elpida už není tak blízko, jak bývala. Přesto sem chodím a chodit budu, pokud to bude možné. Stojí mi za to.



# Seznam kurzů a aktivit

## Počítačové kurzy

- I. Začínáme s počítačem a internetem
- II. Pokračujeme s počítačem a internetem
- III. Práce s počítačem
- Internet PRAKTIK
- Velký systematický kurz
- Komunikace po síti
- Facebook
- Kancelář
- Tabulky
- Téma dneška

## Společenské a zájmové

- Finanční gramotnost
- Mozkový jogging – Trénink paměti
- Grafologie (psychologie písma)
- Taneční s Elpidou
- Šachový klub

## Jazykové kurzy

- angličtina
- němčina
- španělština
- italština
- francouzština

Za podporu Centra Elpida děkujeme



## Tvůrčí

- Digitální fotografie I.
- Digitální fotografie II.
- Digitální fotografie III.
- Jak fotografovat
- Foto KAFE
- Příprava fotografií pro Fotolab

## Přednáškové cykly

- Procházky po stopách šlechtických rodin
- Povídkání o Praze
- Pravdivé zprávy o zemích.
- Zdraví (Tradičně i netradičně o evropské i alternativní medicíně)
- Zahradníkův rok (Pro pěstitele a milovníky květeny)
- pro muže Šachový klub

## Pohybové

- Kondiční cvičení
- Chi-kung
- Pilates
- Joga
- Nordic Walking
- Golf

## Poradny

- Sociálně-právní poradna
- Terapie tváří v tvář
- Zdravotní poradna
- Počítačová poradna PC Help

# Lektoři

Naši lektoři jsou profesionálové s mnohaletými zkušenostmi ve výuce seniorů. U počítačových kurzů máme lektory dva: hlavní vede výklad před projekčním plátnem, vedlejší pomáhá jednotlivým klientům hned, když si s něčím nevědí rady.

Všem lektorům děkujeme za jejich ukázkový přístup ke klientům!

**Počítačové kurzy** Zuzana Hanovská, Martin Stehlík, Miroslav Šorna

**Jazykové kurzy** Phill Dodge, Zuzana Hock, Štěpánka Maňhalová, Doris Pokorná, Alena Šedivková, Michaela Teuchnerová, Juan Espuny, Tomáš Bazika, Helena Fadil, Paolo Di Biase, Delphine Prokešová, Amelie Veronika Bader, Lenka Pelikánová, Swen Kasper, Robert Vondráček

**Trénink paměti** Eva Hrazděrová, Zdena Landová

**Grafologie** Zdena Landová

**Finanční gramotnost** Zuzana Kortusová

**Foto KAFE a Jak fotografovat** Lenka Sedláčková

**Digitální fotografie** Jakub Karlíček

**Pohybové kurzy** Marcela Borgesová (kondiční cvičení),

Helena Hlaváčková (chi-kung), Ludmila Rejzková (joga),

Marta Roubalová (kondiční cvičení), Gabriela Křečková (Nordic Walking),

Hana Janatová

**Výtvarná dílna** Jana Boušová a Gíta Růžová-Kuncová

**Zahradníkův rok** Josef Rejzek

**Povídání o Praze** Alena Štěpánová

**Procházky po stopách šlechtických rodin** Hana Hejdová

**Organizace a administrace kurzů** Simona Moravcová,

Jana Floriánová, Libuše Lérová



Osobní postřehy některých lektorů

„Práce v Elpidě mi přináší radost, kterou sdílím se svými studenty, když přijdou s tím, že se s vnukem společně učili nová slovíčka, že porozuměli anglické reklamě, nebo hlášce v počítači, že dokázali cizinci poradit cestu, že si v zahraničí sami objednali jídlo nebo něco vyřídili v hotelu. Moji studenti jsou pro mě velkou inspirací a motivací, jak svými životními osudy a zkušenostmi, tak moudrostí a nadhledem. Doufám, že na oplátku jsem já schopna jim předat něco ze svého mladického elánu a energie. Cítím, že každá hodina strávená výukou v Elpidě má mnohem větší smysl a hodnotu než jen ‚obyčejná‘ jazyková lekce.

Michaela Teuchnerová

„Od dětství ráda cvičím a tančím, ale cvičit sama, to mě nikdy nebavilo. V partě je legrace, vznikají nová přátelství a požitek z pohybu se násobí. Léta přibývají mně i mým cvičenkám, ale to přece není důvod přestat se scházet v tělocvičně. Přesně naopak, pohyb je život!“

Marcela Borgesová



Centrum Elpida  
Každý všední den  
od 8.30 do 17 hodin  
Na Strži 40,  
140 00 Praha 4  
T 272 701 335  
E [info@elpida.cz](mailto:info@elpida.cz)

# Statistika

## Vedoucí projektu

Mgr., BcA. Jan Bartoš  
[jan.bartos@elpida.cz](mailto:jan.bartos@elpida.cz)



## 2012 dle typu kurzů      počet kurzů      Počet absolventů

Počítačové kurzy	83	640
Kreativní kurzy	15	83
Gramotnost	7	77
Pobytové kurzy	11	89
Jazykové kurzy	223	697
Aj	185	546
Nj	12	49
Španělština	10	29
Francouzština	12	47
Italština	4	26
Trénink paměti	26	94
Grafologie	14	42
Zpívání	8	109
Sbor koncerty	11	186
Pohybové kurzy	91	433
Tvůrčí kurzy	16	89
Tvořivé pátky	3	7
Výtvarné dílny	10	59
Klub foto kafe	3	23

Kondiční	47	173
Čchi-kung	15	65
Jóga	14	77
Nordic walking	9	72
Taneční	1	34
tanec pro radost	4	9
golf	1	3
Přednášky	40	642
Klub seniorů	20	24
Šachový klub	7	20
Poradny	238	224
Právní	86	78
Individuální	103	104
Tváří v tvář	21	14
Počítačová	28	28
Zdravotní přednášky	8	108
Spolupráce s partnery	7	65
<b>Celkem</b>	<b>825</b>	<b>3622</b>

# 3 Vital

# plus

Časopis Vital plus vyšel v roce 2012 opět čtyřikrát. Již tradičně se na stránkách objevovaly významné osobnosti – k rozhovoru jsme se sešli s režisérkou Helenou Třeštíkovou, lékařem Jiřím Šavlíkem, syny hudebníka Jaromíra Vejvody, zpěvačkou Pavlínou Filipovskou, výtvarníkem Jiřím Načeradským, profesorem Rudolfem Zahradníkem, překladatelkou a dabingovou režisérkou Olgou Walló, básníkem Petrem Hruškou, hercem Milošem Čepelkou, moderátorkou Hedou Čechovou, divadelníkem Ivanem Vyskočillem a profesorem Petrem Piňhou.

Věnovali jsme se také zdraví a pomoci, což oceňuje řada čtenářů, kteří nám do redakce píší či volají. Větší prostor získala v časopise kultura, tradičně silnou dvoustranu, kterou zdobí vždy dvě autorské črty spisovatelů, knižní a filmové recenze, doplnil Deník zapisovatele, svébytná rubrika Jakuba Chrobáka, ve které reportážní formou zprostředkovává zážitky z kulturních akcí.

Ze jmen spisovatelů, kteří s námi v roce 2012 spolupracovali, je vidět, že se jedná o ty, kteří úspěšně začínají, ale i ve světě literatury už známá jména – to je totiž základní koncept rubriky Dobré čtení, nabízet pohled více generací. Psali pro nás: Jiří Stránský, Dora Čechova, Pavel Kouhout, Kateřina Tučková, Jiří Dědeček, Marie Michlová, Ondřej Neff a Radka Denemarková.

K rozhovoru  
jsme se sešli  
i s režisérkou  
**Helenou  
Třeštíkovou.**



↑ Miloň Čepelka · Olga Walló · Jiří Načeradský

→ Pavlína Filipovská

Už dlouho jsme měli pocit, že je třeba časopis vizuálně posunout dál, od čísla 4/2012 jsme tak čtenářům přinesli jiné písmo v nadpisech a také celostránkové fotografie. Poprvé se na obálce časopisu objevila cena – 69 Kč. Neznamená to však, že se časopis či způsob jeho distribuce radikálně mění. Důvod, proč jsme na obálce časopisu uvedli cenu, která představuje celkové náklady na jedno číslo, je jednoduchý – nabídnout všem možnost předplatného a firmám možnost zaplatit časopis svým současným či minulým zaměstnancům. Této nabídce využila v roce 2012 například společnost RWE Transgas. Nadále platí, že časopis rozesíláme na většinu čtenářských adres v naší databázi zdarma – do pečovatelských zařízení, knihoven, knihkupectví a dalších kulturních zařízení, ale především na konkrétní adresy čtenářů z celé ČR.

Čtenáři na časopis i v roce 2012 hojně přispívali – za 4 čísla celkem 1388 čtenářů poslalo finanční dary ve výši 228 tis. Kč. Řada z nich posílá svou podporu pravidelně. Všem bychom chtěli na tomto místě velmi poděkovat.

V roce 2013 chceme postavení Vitalu plus mezi časopisy pro seniory ještě posílit. Uvažujeme o nových způsobech distribuce, aby se Vital plus dostal i do malých vesnic. Snad se všechno podaří. Držte nám palce!



**Eva Sýkorová**, zdravotně sociální  
pracovnice, Fakultní nemocnice Plzeň

Vážená redakce,

je to již několik let, co jsem náhodou objevila v jednom knihkupectví Váš časopis Vital plus a rozhodla se oslovit Vás a požádat o jeho dosílku na adresu naší nemocnice. Od té doby Vital plus v pravidelných intervalech zdarma každý rok přichází. Časopis předáváme pacientům na odděleních zaměřených na seniorskou populaci, ale jak jsem se sama přesvědčila, zajímavá témata si v něm mohou najít i mladší ročníky. Po obsahové i grafické stránce se pacientům časopis velice líbí, oblíbené jsou zejména rozhovory se zajímavými osobnostmi. Chtěla bych Vám touto cestou velice poděkovat jménem svým i jménem řady pacientů, kterým se Vital plus dostal do ruky a měli možnost jej číst. Velice si vážím Vaší práce a přeji Vám (i našim pacientům) ještě hodně skvělých vydaných čísel Vital plus.

S úctou, Eva Sýkorová

„Oblíbené jsou zejména rozhovory  
se zajímavými osobnostmi.“



## Miroslava Koberová

Dobrý den,

moc děkuji za informace, které mi zasíláte. Chtěla bych znát informace o časopisu Vital plus. Cenu, jak vychází a kde ho mohu koupit. Hlavně mě zajímají rady po zdravotní stránce. Starám se o maminku s Alzh. nemocí – již 24hod. péče. Opustila jsem i zaměstnání, měla jsem krásné dětství a vždy mohla za maminkou přijít a ona mi vždy poradila, pomohla s milým úsměvem. Mám jí co oplácet. Je i nyní velmi hodná, stále za vše děkuje atd. Je mi do pláče, ale vím, že více jí pomoci nemohu. Má výbornou péči od MUDr. R. Rusiny z Thomayerovy nemocnice. Je to nejen velmi citlivý lékař, má i lidský přístup nejen k pacientovi, ale i k jeho rodině. Velice si jej vážíme, je i obdivuhodné, že mu mohu zatelefonovat kdykoli při zdravotních problémech mé maminky. Nikdy bych maminku do žádného ústavu nedala. Stále se o ni bojím. Moc mi pomáháte s různými články i o této nemoci. Moc vám všem děkuji a ať se vám jen daří.

S úctou Miroslava Koberová

„Moc mi pomáháte s různými články  
i o této nemoci.“

**Šéfredaktor**

Mgr. Jiří Hrabě

[jiří.hrabe@elpida.cz](mailto:jiří.hrabe@elpida.cz)



**Redakční rada** Jiří Hrabě, Jan Bartoš, Gabriela Kopecká, Lenka Petrášová, Petr Hora-Hořejš, Karel Tejkal.

**Fotografie** Jan Bartoš

**Grafické zpracování a layout** Gabriela Kopecká

**Editorka** Kateřina Špačková

**Korektorka** Miroslava Batíková

**Adresa redakce** Na Strži 40, Praha 4, [vitalplus@elpida.cz](mailto:vitalplus@elpida.cz),  
[www.vitalplus.org](http://www.vitalplus.org)

**Připojte se k našim čtenářům a podpořte Vital plus**

Číslo transparentního účtu

u Raiffeisenbank, a.s.:

2838425028/5500

DMS ELPIDA na číslo 87 777.

Cena SMS je 30 Kč, Elpida obdrží 27 Kč.

Můžete přispívat i pravidelně každý

měsíc po dobu jednoho roku.

Stačí odeslat SMS ve tvaru

DMS ROK ELPIDA na číslo 87 777

a každý měsíc vám bude automaticky

odečtena částka 30 Kč.



Za podporu časopisu děkujeme **PANGEA**



## 4

Grand Chic – fashion  
story Bet Orten,  
módního webu  
Fashionbook.cz  
a sboru Elpida



## Mluvme o stáří: Nech mou babičku na pokoji!

Evropská unie vyhlásila rok 2012 Evropským rokem aktivního stárnutí a solidarity mezi generacemi – téma, které už od roku 2010 rozvíjí naše celospolečenská kampaň Mluvme o stáří: Nech mou babičku na pokoji! Od samého počátku usiluje o zlepšení vnímání stáří a seniorů mladšími generacemi, podporuje přirozené mezigenerační vztahy a aktivitu samotných seniorů. Obsahem kampaně v roce 2012 byla řada kulturních akcí, jejichž společným jmenovatelem byla spolupráce mladých umělců se seniory – koncerty indie-rockové kapely Please The Trees a sboru seniorů Elpida, produkce módních editorialů stylistek portálu Fashionbook.cz, fotografky Bet Orten a seniorek ze sboru, streetartová realizace The Wall-537 Faces studentů grafiků a seniorů z Centra Elpida, výstavní program Centra Elpida.

# Please The Trees a sbor Elpida

„S kapelou dostávám novou energii do života, radost a pocit omládnutí.“

Na přelomu let 2011 a 2012 proběhlo turné kapely Please The Trees, sboru seniorů Elpida a hostů Jaromíra 99 a Dušana Neuwertha. V lednu a únoru jsme hráli pro mladé publikum v Jazz Tibet klubu v Olomouci, na Flédě v Brně a v Klicperově divadle v Hradci Králové. V rámci doprovodného programu, který byl určen seniorům, jsme měli jedinečnou příležitost uspořádat v Městské knihovně v Hradci Králové autorské čtení básníka, hradeckého rodáka Zbyňka Hejdy. Turné splnilo a dalece překročilo naše očekávání, koncerty byly plné euforie jak na podiu, tak v publiku.

**„Můžeme s Jaromírem říct, že nás to dost bavilo. Byl to totiž mnohem větší rokenrol, zábava a legrace, než jsou často akce organizované mladými pro mladé.“**

Jaromír 99, Dušan Neuwerth

V březnu sbor Elpida s Please The Trees vystoupil na zahajovací konferenci Ministerstva práce a sociálních věcí k Evropskému roku 2012 v Černínském paláci, a stal se tak první živou iniciativou Evropského

roku 2012 v České republice. Projektu si začala všimnout média – ČT 24 natáčí reportáž o sboru Elpida pro pořad Fokus, televize Prima reportáž pro Soukromá dramata, vychází články v Reflexu, Respektu, Týdnu, Hospodářských novinách, denících. Novináři oceňovali především to, že konečně mohou psát o stáří pozitivně a kampaň tak skrze média nadále plnila své poslání.

V dubnu si sboristky vyzkoušely atmosféru nahrávacího studia. S Please The Trees natočily čtyři skladby pro budoucí EP, které vyšlo, doplněné třemi autorskými videoklipy, v závěru roku.

Profilovou fotografii sboru a kapely nafotila mladá módní fotografka Bet Orten. Fotografie projekt provázela po celý rok a stala se symbolem Festivalového léta 2012, kdy jsme vystoupili na největších tuzemských hudebních festivalech – Kmochově Kolíně, Živé ulici v Plzni, United Islands České spořitelny v Praze, Colours of Ostrava a na Open Air festivalu v Panenském Týnci. Měli jsme hrát i na Rock for People v Hradci Králové, nepříznivé počasí však dámy s kapelou na pódium nepustilo.



Václav Havelka pro magazín Freemusic.cz (2012)

„Projekt ovlivňuje životy všech zúčastněných, prakticky je, myslím, doslova mění k lepšímu. Od skončení prvního turné už jsme jako rodina. Zkoušíme se sborem, se všemi si tykám a najednou jsou všechny jako moje babičky. Některé dámy chodí i na naše koncerty, kde nezpívají. Díky českým písním teď společné hraní dostává nový rozměr, který předtím nesrozumitelná angličtina neumožňovala. Vždycky jsem dámám zhruba překládal, o čem ta která věc je a ony na to vždycky: No to nám snad ani nepřekládej! Najednou tomu bezprostředně rozumějí... Spolupráce mě maximálně naplňuje a přijde mi to krásné.“

Jiřina Trepešová, sbor Elpida

„Sbor Elpida mi změnil život. Cítím se mladší, mám povinnost a radost ze života! Stát na pódiu je výborné, vrací to sebedůvěru a píseň Půlnoční je krásná. Jsem u toho, když se zpívá, nyní už všude, i v rádiu, jsem u toho! S kapelou dostávám novou energii do života, radost a pocit omládnutí. Jsme schopné zpívat ještě v autobuse na zpáteční cestě z koncertu. Překvapilo mě, jak nás, starší dámy, mile berou mezi sebe mladí hoši z kapely. A také, že naše mladá vedoucí má s námi trpělivost a pevné nervy. Díky za krásné chvíle se sborem Elpida!“

Sbor vede od začátku pětadvacetiletá studentka operního zpěvu Zuzana Seibertová, která dokázala z dvaceti dvou dam sestavit jednu soudržnou partu.

Z pošty sbormistryně Zuzanky:

Milé mé dámy, žádné zásadní změny týkající se zítřejší zkoušky nejsou. Uvidíme se tedy od 14.30, přijde pan Havelka a mladá slečna, která nám ohodnotí naše oblečení, proto prosím, oblečte si ho na sebe a případné další možnosti vršku (košile, trička, svetry), cokoliv co uznáte za vhodné, vezměte do tašky. Jediná změna bude ta, že nepříjde televize, neboť moderátorka onemocněla, ale i tak nás to nemine, a to hned příští týden.

Tak tedy:

- 1) sraz 14.30 hod,
- 2) oblečení,
- 3) naučené texty,
- 4) dobrou náladu,
- 5) moc se na vás těším :) Krásný večer a pusu na čelíčko Z.



# Elpida a Fashionbook.cz



Projekt sboru Elpida a Please The Trees brzy překročil hranice hudebního světa. Ve spolupráci s módním webem Fashionbook.cz sboristky nafotily fotoeditorialy Grand Chic a Čarodějky učeň, oba vyšly mimo jiné v časopise Vital plus. Dámy si poprvé v životě vyzkoušely roli modelek a užily si péči vizážistek. Autorkou fotografií, které zaujaly řadu médií, byla opět Bet Orten. Smyslem fashion editorialů bylo ukázat, že člověk může vypadat dobře bez ohledu na věk.

„Již jsem s Elpidou spolupracovala a fotila dámy s Please The Trees kvůli jejich turné. V nápadu vytvořit s nimi i módní editorial jsem viděla možnost, jak ukázat, že i babičky jsou femme fatale, a že je v nich síla, která má nad mládím neobyčejnou převahu. Zároveň jsem tento fotografický soubor symbolicky věnovala své babičce, která zemřela krátce před touto realizací,“ říká fotografka Bet Orten.

Vlasta Beranová, sbor Elpida

„Mám 40 let praxe s vystupováním před plnou třídou – učila jsem na druhém stupni základní školy, takže nakonec jsem ani zvláštní trému neměla, bylo to jako pohádka,“ popisuje svůj

**Vedoucí projektu**Bronislava Hilliová  
brona.hilliova@elpida.cz

první zážitek z modelingu Vlasta Beranová, kterou stylistky oblékly do dlouhých růžových vintage šatů a červeného náhrdelníku Lanvin for H&M a fotografece Bet pózovala se zpěvákem Vaškem Havelkou. „Vychovala jsem sama dvě děti a neměla jsem vždy lehký život a na tento krásný den, kdy o mě pečovali příjemní mladí lidé, nikdy nezapomenu a už mě ani nic takového asi nepotká.“

Ve všech aktivitách kampaně se prolíná přirozená spolupráce mezi generacemi, která má velký smysl pro samotné aktéry a současně ukazuje veřejnosti, že i stáří má co nabídnout.

Za účast na kampani děkujeme sbormistryni Zuzaně Seibertové a všem členkám sboru Elpida, kapele Please The Trees a jejímu frontmanovi Václavu Havelkovi, hudebníkům Jaromíru Švejdíkovi a Dušanu Neuwerthovi, básníku Zbyňku Hejdovi, fotografece Bet Orten, šéfredaktorce Fashionbook.cz Anně Noskové a redaktorkám Haně Bircizové, Kristině Nedvědové. Těšíme se na spolupráci v roce 2013!

Foto Bet Orten

**Partneři projektu**

Tímto projektem jsme se aktivně připojili k iniciativám Evropského roku 2012, který byl věnován Aktivnímu stárnutí a mezigenerační solidaritě.





Věra



## Já a Elpida

Před dvěma lety se mi podstatně změnil život. Zemřel mi manžel. Najednou jsem měla čas a možnost sama se rozhodovat, jak s ním naložím.

Sestřenice mě přivedla do Elpidy, začala jsem navštěvovat pěvecký sbor – a ten se stal mou „srdeční záležitostí“.

Ta úžasná atmosféra na zkouškách! A co teprve vystoupení s kapelou Please The Trees. Pro uchování vzpomínek a zážitků jsem začala psát kroniku sboru, jak v klasické podobě, tak na webových stránkách.

Postupně mi přibývaly další akce v Elpidě, kurzy, setkávání. Zajímá mě historie, architektura, a tak s nadšením navštěvuji báječné přednášky, procházky a výlety s Hanou Hejdovou a přednášky Aleny Štěpánové.

Moc se mi líbil kurz úprava fotografií s panem Karlíčkem, bylo to přesně to, co mám ráda, co mě moc baví. Přínosný byl kurz fotografování s Lenkou

Sedláčkovou – naučil mě „dívat se i trochu jinak“. Nyní pokračuji v setkávání nad fotografiemi K. A. F. E, zúčastnila jsem se tam projektu Dálkový rozhovor – jde o komunikaci s mladým fotografem, beze slov, jen prostřednictvím fotek. Bavilo mě, že odpovědi byly vždy úžasné, k zamyšlení, dávaly prostor pro představivost.

Také jsem navštěvovala cvičení jógy vedené Ludmilou Rejzkovou. Vždy jsem po cvičení odcházel osvěžená, s příjemným pocitem.

Byla jsem i na týdenním pobytu s Elpidou na Šumavě, kde se o nás moc krásně starala Simona Moravcová. Byl to bezstarostný týden plný krásných výletů, akcí a zážitků. Stejně tak loni v Orlických horách. Letos pojedou s Elpidou zase!

Zapojila jsem se i do výroby háčkovaných drobností pro Elpidu. Jsem ráda, že můžu uplatnit své dovednosti, které snad potěší a přinesou radost ostatním.

Obdivuji šťastnou ruku při výběru lektorů. Všichni jsou to báječní lidé, nadšení pro svou práci, příjemní, milí. Je to fajn, setkávat se v dnešní době s takovými lidmi.

Nesmím zapomenout ani na ostatní zaměstnance Elpidy. Milou, příjemnou, přátelskou Simonku Moravcovou, Janičku i Libušku Léovou. Ale především Broňu Hilliovou, Alenku Krásnou, Jirku Hrabě, Honzu Bartoše, které jsem poznala blíž hlavně díky společným akcím a zážitkům se sborem.

**Jsem moc ráda, že jsou!**

Takže – stáří nemusí být jen

smutné, prázdné a osamělé.

Čas se dá využít k tomu, aby si

člověk užil a věnoval se svým

zájmům, zálibám, koníčkům a mohl

dělat, co ho baví, rozšiřovat

a obohacovat se o nové znalosti,

dojmy, zážitky.

To všechno umožňuje Elpida v plné míře, každý si může vybrat a obohatit svůj život.

Asi to bude znít jako fráze, ale je to tak.

**Správní rada k 30. 5. 2013**

MUDr. Martina Dosedělová –  
předsedkyně správní rady  
PhDr. Marie Hakenová  
Mgr. Miroslava Frýdecká  
prof. MUDr. Jan Švihovec, DrSc.  
prof. MUDr. Jan Bultas, CSc.  
Mgr. Jaroslav Hořejší

**Dozorčí rada k 30. 5. 2013**

prof. MUDr. Jiří Vorlíček, CSc.  
Mgr. Jiří Slaviček  
Ing. Miloš Veselý

# Tým Elpida

*zleva doprava:*

**BcA. Alena Krásná**  
vedoucí Linky seniorů

**Mgr. Jiří Hrabě** ředitel  
a šéfredaktor Vital plus

**Ing. Bronislava Hilliová**  
ekonom

**Simona Moravcová**  
koordinátorka kurzů  
Centra Elpida

**Mgr. Klára Gramppová  
Janečková** zástupkyně  
vedoucí Linky seniorů

**Ing. Iva Fenglová**  
fundraiser

**Mgr., BcA. Jan Bartoš**  
vedoucí Centra Elpida



**Děkujeme** všem organizacím i jednotlivcům, kteří se přímo podíleli na našich projektech. **Děkujeme** všem zaměstnancům a spolupracovníkům za osobní nasazení a přístup. **Děkujeme** dárcům, sponzorům, příznivcům a spolupracujícím organizacím. **Děkujeme** 1388 čtenářům Vitalu plus, kteří časopis podpořili celkovou částkou 228 tis. Kč. **Děkujeme** Franzis Sternbergové za dar ve výši 10 000 Kč na podporu časopisu Vital plus.

# Děkujeme!

Za finanční podporu v roce 2012 chceme obzvláště poděkovat

**Telefonica**  
NADACE

**gsk**  
GlaxoSmithKline

**NADAČNÍ FOND AVAST**

**ČSOB**  
Pro bohatší život

**KPMG**

**nabace OKD**

**PANGEA**

**Fondpomoď**  
**SIEMENS**

**Nadační fond VEOLIA**

**Nadace VINCI v České republice**

**NADACE VINCI**

**Deloitte.**

**MP SV**

**PRAHA PRA GUE PRA GA PRA G**

**VDV**  
Výbor dobré vůle  
Nadace Olga Havlové

**konto bariéry 77**

**SEN X SEN**  
Senzace seniři

**4**  
MILUJEME ČTYRKY

**praha 11**

**Lindbeck**

**B | R | N | O |**

**HRADEC KRÁLOVÉ**

**OLOMOUC**

# Ekonomická část

## Náklady na projekty v tis. Kč

Centrum pro seniory	2.642
Linka seniorů	2.622
Časopis Vital plus	1.843
Kampaň Mluvme o stáří	570
<b>Celkem</b>	<b>7.677</b>

## Přehled rozsahu výnosů v členění dle zdrojů v tis. Kč

Kurzovné školička internetu	590
Otištěná reklama v časopisu Vital plus	834
Tržby z prodeje knihy Školička internetu, časopisu	121
Dotace z veřejných zdrojů	2.106
Dary	2.825
Ostatní (vstupenky, pronájmy)	357
<b>Celkem</b>	<b>6.833</b>

## Přehled dárců (peněžní dary) v tis. Kč

Nadace O2	833
Nadace Charty 77	270
GlaxoSmithKline, s.r.o.	300
Československá obchodní banka, a.s.	293
Tchajpejská hospodářská a k. kancel Praha	382
Výbor dobré vůle - nadace Olgy Havlové	79
Siemens s.r.o.	80
Nadační fond AVAST	200
Nadační fond Veolia	80
Nadace Vinci v ČR	43
Nadace OKD	70
Sdružení přátel Konta Bariery	40
Lundbeck ČR s.r.o.	20
Deloitte Advisory s.r.o.	20
Nadace Pangea	10
Drobní dárci fyzické osoby	228
<b>Celkem</b>	<b>2.948</b>

01-04-2013

# Zpráva nezávislého auditora

**PRO SPRÁVNÍ RADU SPOLEČNOSTI Elpida, o.p.s.**

Na Štří 1683/40, 140 00 Praha 4

IČ: 279 48 706

Registrace v obchodním rejstříku vedeným Městským soudem v Praze, oddíl O, vložka 515

Na základě provedeného auditu jsem dne 18. 4. 2013 vydala k účetní závěrce, která je součástí této výroční zprávy, zprávu následujícího znění:

„Provedla jsem audit přiložené účetní závěrky společnosti Elpida, o.p.s., která se skládá z rozvahy k 31. 12. 2012, výkazu zisku a ztráty za rok končící 31. 12. 2012 a přílohy této účetní závěrky, která obsahuje popis použitých podstatných účetních metod a další vysvětlující informace. Údaje o společnosti Elpida, o.p.s. jsou uvedeny v čt. 1 přílohy této účetní závěrky.

## Odpovědnost statutárního orgánu účetní jednotky za účetní závěrku

Statutární orgán společnosti Elpida, o.p.s. je odpovědný za sestavení účetní závěrky, která podává věrný a poctivý obraz v souladu s českými účetními předpisy, a za takový vnitřní kontrolní systém, který považuje za nezbytný pro sestavení účetní závěrky tak, aby neobsahovala významné nesprávnosti způsobené podvodem nebo chybou.

## Odpovědnost auditora

Mojí odpovědností je vyjádřit na základě mého auditu výrok k této účetní závěrce. Audit jsem provedla v souladu se zákonem a auditorech, mezinárodními auditorskými standardy a souvisejícími aplikačními doložkami Komory auditorů České republiky. V souladu s těmito předpisy jsem povinna dodržovat etické požadavky a naplánoval a provedl audit tak, abych získala přiměřenou jistotu, že účetní závěrka neobsahuje významné nesprávnosti.

Audit zahrnuje provedení auditorských postupů k získání důkazních informací o částkách a údajích zveřejněných v účetní závěrce. Výběh postupů závisí na úsudku auditora, zahrnujícím i vyhodnocení rizik významné nesprávnosti údajů uvedených v účetní závěrce způsobené podvodem nebo chybou. Při vyhodnocování těchto rizik auditor posoudí vnitřní kontrolní systém relevantní pro sestavení účetní závěrky podávající věrný a poctivý obraz. Cílem tohoto posouzení je navrhnout vhodné auditorské postupy, nikoli vyjádřit se k účinnosti vnitřního kontrolního systému účetní jednotky. Audit též zahrnuje posouzení vhodnosti použitých účetních metod, přiměřenosti účetních odhadů provedených vedením i posouzení celkové prezentace účetní závěrky.

Jsem přesvědčena, že důkazní informace, které jsem získala, poskytují dostatečný a vhodný základ pro vyjádření mého výroku.

## Výrok auditora

Podle mého názoru účetní závěrka podává věrný a poctivý obraz aktiv a pasiv společnosti Elpida, o.p.s. k 31. 12. 2012 a nákladů a výnosů a výsledku jejího hospodaření za rok končící 31. 12. 2012 v souladu s českými účetními předpisy.“

## Zpráva o výroční zprávě

Ověřila jsem soulad výroční zprávy společnosti Elpida, o.p.s. za rok 2012 s účetní závěrkou, která je obsažena v této výroční zprávě. Za správnost výroční zprávy je zodpovědný statutární orgán společnosti Elpida, o.p.s. Mým úkolem je vydat na základě provedeného ověření výrok o souladu výroční zprávy s účetní závěrkou.

Ověření jsem provedla v souladu s Mezinárodními auditorskými standardy a souvisejícími aplikačními doložkami Komory auditorů České republiky. Tyto standardy vyžadují, aby auditor naplánoval a provedl ověření tak, aby získal přiměřenou jistotu, že informace obsažené ve výroční zprávě, které byly převzaty z účetní závěrky či z ní použity, jsou ve všech významných ohledech v souladu s touto účetní závěrkou. Jsem přesvědčena, že provedené ověření poskytuje přiměřený podklad pro vyjádření výroku auditora.

Podle mého názoru jsou informace uvedené ve výroční zprávě společnosti Elpida, o.p.s. za rok 2012 sestavené k datu 31. 12. 2012 ve všech významných ohledech v souladu s výše uvedenou účetní závěrkou.

V Praze dne 18. dubna 2013



Ing. Jana Chvaflinová

auditor, č. osv. 1581 Komory auditorů ČR  
Blatnáská 3140, 140 00 Praha 4

# Rozvaha

pro nevýdělečné organizace v plném rozsahu

ke dni 31. 12. 2012 (v celých tisících Kč)

IČ 27948706

Název a sídlo účetní jednotky ELPIDA, o.p.s., Na Strži 1683/40, Praha 4, 14000

Právní forma účetní jednotky o.p.s.

Předmět podnikání vzdělávání dospělých

Sestaveno dne 28. 3. 2013

Osoba odpovědná za účetnictví Ing. Petula

Osoba odpovědná za účetní uzávěrku Ing. Petula T 284 688 598

Označ.	AKTIVA	Začátek obd.	Konec obd.
A.	Dlouhodobý majetek celkem (A.I.+A.II.+A.III.+A.VI.)	169	99
A. I.	Dlouhodobý nehmotný majetek celkem (souč. A.I.1. až A.I.7.)	25	25
	2. Software	25	25
A. II.	Dlouhodobý hmotný majetek celkem (souč. A.II.1. až A.II.10.)	1 078	1 092
	3. Stavby	60	60
	4. Samostatné movité věci a soubory movitých věcí	1 018	1 032
A. IV.	Oprávy k dlouhodobému majetku celkem (souč. A.IV.1. až A.IV.11.)	-934	-1 018
	2. Oprávy k softwaru	-25	-25
	6. Oprávy ke stavbám	-5	-7
	7. Oprávy k samostat. movit. věcem a souborům movit. věcí	-904	-986
B.	Krátkodobý majetek celkem (B.I.+B.II.+B.III.+B.VI.)	868	764
B. I.	Zásoby celkem (souč. B.I.1. až B.I.9.)	103	90
	7. Zboží na skladě a v prodejních	103	90
B. II.	Pohledávky celkem (souč. B.II.1. až B.II.19.)	206	223
B. II.1.	Odběratelé	107	185
	4. Poskytnuté provozní zálohy	109	71
	5. Ostatní pohledávky	6	0
	19. Opravná položka k pohledávkám	-16	-33
B. III.	Krátkodobý finanční majetek celkem (souč. B.III.1. až B.III.8.)	547	439
B. III.1.	Pokladna	4	3
	3. Účty v bankách	543	436
B. IV.	Jiná aktiva celkem (souč. B.IV.1. až B.IV.3.)	12	12
B. IV.1.	Náklady příštích období	12	12
	AKTIVA CELKEM (A. + B.)	1 037	863
Označ.	PASIVA	Začátek obd.	Konec obd.
A.	Vlastní zdroje celkem (A.I.+A.II.)	383	-337
A. I.	Jmění celkem (souč. A.I.1. až A.I.3.)	1 044	507
A. I. 1.	Vlastní jmění	1 044	384
	2. Fondy	0	123
A. II.	Výsledek hospodaření celkem (souč. A.II.1. až A.II.3.)	-661	-844
	2. Výsledek hospodaření ve schvalovacím řízení	-661	-844
B.	Cizí zdroje celkem (B.I.+B.II.+B.III.+B.VI.)	654	1 200
B. III.	Krátkodobé závazky celkem (souč. B.III.1. až B.III.23.)	470	1 011
B. III.1.	Dodavatelé	86	343
	4. Ostatní závazky	0	9
	5. Zaměstnanci	154	143
	7. Závazky k institucím soc. zabezpečení a veř. zdrav. poj.	73	60
	9. Ostatní přímé daně	31	17
	10. Daň z přidané hodnoty	17	47
	22. Dohadné účty pasivní	109	392
B. IV.	Jiná pasiva celkem (souč. B.IV.1. až B.IV.3.)	184	189
B. IV.1.	Výdaje příštích období	183	186
	2. Výnosy příštích období	1	3
	PASIVA (A. + B.)	1 037	863

# Výkaz zisku a ztráty

pro nevýdělečné organizace v plném rozsahu

ke dni 31. 12. 2012 (v celých tisících Kč)

IČ 27948706

Název a sídlo účetní jednotky ELPIDA, o.p.s., Na Strži 1683/40, Praha 4, 14000

Právní forma účetní jednotky o.p.s.

Předmět podnikání vzdělávání dospělých

Sestaveno dne 28. 3. 2013

Osoba odpovědná za účetnictví Ing. Petula

Osoba odpovědná za účetní uzávěrku Ing. Petula T 284 688 598

Označení	NÁKLADY	Hlavní čin.	Hosp. čin.	Celk. čin.
A. I.	Spotřebované nákupy celkem (souč. A.I.1. až A.I.4.)	51	0	51
	1. Spotřeba materiálu	38	0	38
	4. Prodané zboží	13	0	13
A. II.	Služby celkem (souč. A.II.5. až A.II.8.)	4 828	0	4 828
	5. Opravy a udržování	67	0	67
	6. Cestovné	8	0	8
	7. Náklady na reprezentaci	17	0	17
	8. Ostatní služby	4 736	0	4 736
A. III.	Osobní náklady celkem (souč. A.III.9. až A.III.13.)	2 654	0	2 654
	9. Mzdové náklady	2 140	0	2 140
	10. Zákonné sociální pojištění	504	0	504
	12. Zákonné sociální náklady	10	0	10
A. IV.	Daně a poplatky celkem (souč. A.IV.14. až A.IV.16.)	2	0	2
	16. Ostatní daně a poplatky	2	0	2
A. V.	Ostatní náklady celkem (souč. A.V.17. až A.V.24.)	41	0	41
	24. Jiné ostatní náklady	41	0	41
A. VI.	Odpr., prod. maj. a tv. rez. celk. (souč. A.VI.25. až A.VI.30.)	101	0	101
	25. Odpisy dlouhodobého nehmotného a hmotného maj.	85	0	85
	30. Tvorb. opravných položek	16	0	16
	NÁKL. CELK. (A. I.+A. II.+A. III.+A. IV.+A. V.+A. VI.+A. VII.+A. VIII.)	7 677	0	7 677
Označ.	VÝNOSY	Hlavní čin.	Hosp. čin.	Celk. čin.
B. I.	Tržby za vlast. výk. a za zboží celk. (souč. B.I.1. až B.I.3.)	1 902	0	1 902
	2. Tržby z prodeje služeb	1 885	0	1 885
	3. Tržby za prodané zboží	17	0	17
B. VI.	Přijaté příspěvky celkem (souč. B.VI.26. až B.VI.28.)	2 825	0	2 825
	27. Přijaté příspěvky (dary)	2 825	0	2 825
B. VII.	Provozní dotace celkem (B.VII.29.)	2 106	0	2 106
	29. Provozní dotace	2 106	0	2 106
	VÝNOSY CELKEM (B. I.+B. II.+B. III.+B. IV.+B. V.+B. VI.+B. VII.)	6 833	0	6 833
C.	Výsl. hospod. před zdaněním (VÝNOSY CELK. - NÁKLADY CELK.)	-844	0	-844
D.	Výsledek hospodaření po zdanění (C. - 34.)	-844	0	-844

# Příloha v účetní závěrce

k 31. prosinci 2012

Tato příloha je zpracována podle hlavy IV., druhé části Vyhlášky Ministerstva financí č.504/2002 Sb., kterou se provádějí některá ustanovení zákona 563/91 Sb., o účetnictví, ve znění pozdějších předpisů, pro účetní jednotky, u kterých hlavním předmětem činnosti není podnikání, pokud účtují podvojněho účetnictví. Údaje přílohy vycházejí z účetních písemností účetní jednotky (účetní doklady, účetní knihy a ostatní účetní písemnosti) a z dalších podkladů, které má účetní jednotka k dispozici. Hodnotové údaje jsou vykázány v celých tisících Kč, pokud není uvedeno jinak.

## 1. Obecné údaje o účetní jednotce

**Název** Elpida, o.p.s.

**IČO** 27948706

**Sídlo** Praha 4, Na Strži 1683/40

Vznik a údaj o zápisu do rejstříku obecně prospěšných společností

Účetní jednotka vznikla zápisem do rejstříku obecně prospěšných společností dne 24. srpna 2007,

je zapsána do tohoto rejstříku vedeného Městským soudem v Praze pod oddílem O, vložkou 515.

### Druh obecně prospěšných služeb

– Vzdělávání a podpora činnosti různých věkových a zájmových skupin obyvatel

– Osvětová činnost a organizování seminářů a školení

– Organizování pomoci sociálním skupinám ohrožených sociální exkluzí

– Informační činnost v oblasti podpory občanské společnosti, zejména rozvoje kvality místní pospolitosti,

solidarity sociálních skupin a solidarity generací, v tuzemsku i zahraničí

**Statutární orgán** Ing. Bronislava Hilliová, ředitelka

### Správní rada

MUDr. Martina Dosedělová - předsedkyně

Prof. MUDr. Jan Švihovec, DrSc.

Doc. MUDr. Jan Bultas, CSc.

PhDr. Marie Ulřichová Hakenová

Mgr. Miroslava Frýdecká

Mgr. Jaroslav Hořejší

Dozorčí rada

Mgr. Jiří Slaviček

Prof. MUDr. Jiří Vorlíček, CSc.

Ing. Miloš Veselý

**Zřizovatel** Nadační fond GSK

## 2. Použité účetní metody, způsoby oceňování a odpisování

### DLOUHODOBÝ NEHMOTNÝ MAJETEK

a) *Nakoupený dlouhodobý nehmotný majetek* je oceňován v pořizovací ceně.

b) *Dlouhodobý nehmotný majetek vytvořený vlastní činností* OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

c) *Bezplatně získaný dlouhodobý nehmotný majetek* OPS neobdržela v roce 2012 dlouhodobý nehmotný majetek.

d) *Odpisy dlouhodobého nehmotného majetku*

Dlouhodobý nehmotný majetek se účetně odepisuje po dobu stanovenou v interní směrnici

### DLOUHODOBÝ HMTNÝ MAJETEK

a) *Nakoupený dlouhodobý hmotný majetek* je oceňován v pořizovací ceně zahrnující cenu pořízení a výdaje s pořízením související

b) *Dlouhodobý hmotný majetek vytvořený vlastní činností* OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

c) *Bezplatně získaný dlouhodobý hmotný majetek* OPS neobdržela v roce 2012 dlouhodobý hmotný majetek

d) *Odpisy dlouhodobého hmotného majetku*

Dlouhodobý hmotný majetek se účetně odepisuje po dobu stanovenou v interní směrnici

### ZÁSoby

a) *Nakupovaný materiál* je oceňován v pořizovací ceně zahrnující cenu pořízení a výdaje s pořízením související

b) *Pořízení zboží* OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

c) *Zásoby pořízené bezplatně* OPS nemá v účetnictví zachyceny bezplatně pořízené zásoby.

### POHLEDÁVKY

Pohledávky jsou oceňovány nominálními hodnotami.

### KRÁTKODOBÝ FINANČNÍ MAJETEK

OPS k datu účetní závěrky vykazuje finanční prostředky v úhrnné výši 439 tis.Kč.

**ZÁVAZKY** jsou oceněny nominální hodnotou.

## 3. Doplňující informace k rozvaze

### DLOUHODOBÝ NEHMOTNÝ A HMTNÝ MAJETEK

Na účtech dlouhodobého hmotného majetku jsou zachyceny nakoupené předměty v pořizovací ceně přesahující 1 000 Kč a dále všechny darované předměty bez ohledu na výši ceny uvedené v darovací smlouvě. Všechny tyto předměty podléhají inventarizaci.

**DLOUHODOBÝ FINANČNÍ MAJETEK** OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

### POHLEDÁVKY

a) *Přehled pohledávek*

– dlouhodobé pohledávky	
– krátkodobé pohledávky	256 tis. Kč

b) *Pohledávky kryté podle zástavního práva* OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

### OPRÁVNÉ POLOŽKY

OPS vykazuje k datu účetní závěrky opravné položky ke dvěma splatným pohledávkám v úhrnné výši 32 600 Kč.

### VLASTNÍ ZDROJE

Vlastní zdroje jsou ke konci roku 2012 vykázány ve výši minus 337 tis. Kč, jsou tvořeny vlastním jměním ve výši 507 tis. Kč a účetní ztrátou ve výši 844 tis. Kč.

### ZÁVAZKY

a) *Přehled závazků z běžné činnosti*

– dlouhodobé závazky	0
– krátkodobé závazky	343 tis. Kč

b) *Závazky kryté podle zástavního práva* OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

**DAŇ Z PŘÍJMŮ** OPS nemá v roce 2012 daňovou povinnost, bylo využito ustanovení §20, odst. 7 ZDP, daňová úleva činí 56 220 Kč.

### ZÁVAZKY Z TITULU SOCIÁLNÍHO A ZDRAVOTNÍHO POJIŠTĚNÍ

Elpida vykazuje k 31.12.2012 závazky k PSSZ a ke zdravotnímu pojišťovněm v úhrnné výši 60 tis. Kč, které vznikly při zúčtování mezd za prosinec 2012 a byly uhrazeny začátkem roku 2013.

### VZTAH KE STÁTNÍMU ROZPOČTU

Závazky ke státnímu rozpočtu z titulu zdanění zaměstnanců za prosinec 2012 ve výši 17 tis. Kč byly uhrazeny v řádných termínech v lednu 2013. Dále je evidován závazek z titulu DPH ve výši 47 tis. Kč.

**FINANČNÍ LEASING** OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

### NEPENĚŽITÉ ZÁVAZKY A JINÁ PLNĚNÍ NEUVEDENÉ V ÚČETNICTVÍ

OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

## 4. Doplňující informace k výkazu zisku a ztráty

**VÝNOSY** Jsou tvořeny zejména peněžitými dary, provozními dotacemi, kurzovým od účastníků za absolvování školičky internetu a reklamou v časopisu.

**OSOBNÍ NÁKLADY** průměrný počet zaměstnanců 32, z toho hlavní pracovní poměr 2 pracovníci

osobní náklady celkem 2 654 tis. Kč  
 z toho:  
 – odměny orgánům fondu 0 tis. Kč  
 – sociální a zdravotní pojištění 504 tis. Kč

**SPRÁVNÍ NÁKLADY** Správní náklady účetní jednotky činily 1 231 tis. Kč, na konci roku byly rozpuštěny do nákladů jednotlivých projektů.

#### 5. Spřízněné osoby

Půjčky, záruky a ostatní plnění poskytnutá členům orgánů OPS (včetně plnění poskytnutých bývalým členům) OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

Pohledávky a závazky vůči spřízněným osobám OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

#### 6. Významné položky, které jsou ve výkazech kompenzovány s jinými položkami

OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

#### 7. Události mezi rozvahovým dnem a datem sestavení závěrky

Po rozvahovém dni došlo ke změně ředitele společnosti, kterým se stal od 1. 1. 2013 Mgr. Jiří Hrabě.

#### 8. Přijaté dary

V roce 2012 přijala Elpida, o.p.s. dary, pouze v peněžní formě, v úhrnné výši 2 948 tis. Kč.

Název dáorce	cena v Kč
Nadace Charty 77	270 000,00
Nadace O2	833 295,00
GlaxoSmithKline, s. r. o.	300 000,00
Výbor dobré vůle - Nadace Olgy Havlové	79 013,00
Nadační fond AVAST	200 000,00
Deloitte Advisory s. r. o.	20 000,00
Nadace OKD	70 000,00
Československá obchodní banka, a. s.	293 000,00
Siemens, s. r. o.	80 000,00
Sdružení přátel Konta Bariéry	40 000,00
Tchajpejská hospodářská a kulturní kancelář Praha	382 440,00
Nadace Pangea	10 000,00
Lundbeck Česká republika s. r. o.	20 000,00
Nadační fond Veolia	80 000,00
Nadace Vinci v České republice	43 000,00
stovky drobných dárců	227 615,96
<b>celkem</b>	<b>2 948 363,96</b>

#### 9. Daňová úleva ze zdanovacího období roku 2011 Kč byla použita na financování hlavních činností v roce 2012

#### 10. Okamžik sestavení účetní závěrky 28. 03. 2013


V Praze dne 28. 03. 2013, Ing. Antonín Petula



**Editor** Elpida, o.p.s. **Fotografie** Jan Bartoš, Bet Orten, Lenka Reiterová, Alena Krásná  
**Jazyková úprava** Kateřina Špačková **Grafický design** Ask designers, Markéta Cole  
**Tisk** Tiskárna Daniel

Elpida, o.p.s. · Na Strži 40 · Praha 4 · IČ 279 48 706 · Zapsaná v rejstříku obecně prospěšných společností · vedeném Městským soudem v Praze oddíl O, vložka 515.





„Scházeli jsme se před kurzem na kafe, teď každý měsíc chodíme společně do divadla.“ **Marta o Lillianě v osobních příbězích**