

elpida

výroční zpráva 2016







chvála otevřenosti	7
kalendář 2016	8
baví mě pracovat s mladými lidmi	14
humans of vital	20
volající jsou stateční	24
statistika linky seniorů	27
statistika 2016 centrum elpida	32
centrum elpida v roce 2016	32
letem světem 2016	33
hele, já se vejdu do sukně	34
tým centra elpida	38
díky lektorům	38
reakce klientů	40
ponožky od babičky v roce 2016	44
296 párů ponožek z plzně	46
OLD'S COOL 2016	52
jaký smysl má stáří	54
antikvariát elpida	58
sbor elpida	62
jako edith piaf	66
děkujeme za vaší podporu	71
ekonomická část	72
kontakty	86



chvála otevřenosti

Víte, kde leží město Tegu? Já to až do půlky května netušil. Přitom má dva a půl milionu obyvatel. Takových měst je jistě hodně, ale mně se právě z toho Tegu ohlásila návštěva. Totiž, nejdříve přišel velmi stručný mail v angličtině: navštívíme vás 25. května, Benjamin. Chvilí jsem váhal, zda to mám hned vymazat, ale nakonec jsem odpověděl. Reakce přišla po několika hodinách a z ní už jsem se dozvěděl, že se chce k nám do Elpidy, tedy do pražského kulturního a vzdělávacího centra pro seniory, přijet podívat čtyřicet Korejců z jihokorejského města Tegu. Sbírají prý po Evropě inspiraci, co se kurzů a obecně práce se seniory týče, a z vídeňské turistické agentury dostali tip právě na Elpidu. Samozřejmě jsem se zajímal, zda budu muset svou prezentaci přeložit do korejštiny, ale byl jsem ujištěn, že s výpravou přijede i překladatel. Vlastně jsem se s nikým z Jižní Koreje předtím nesetkal, nebo o tom nevím, byl jsem tedy i zvědavý. Jací budou? Co je bude zajímat? Začal jsem si na internetu hledat podrobnosti o Tegu, prohlížel fotky města usazeného pod věčně zasněžené hory, úhledně upravené parky, sportoviště i obyčejné domy v typicky asijském stylu.

Přijeli o deset minut dřív a bylo jich opravdu čtyřicet. Zástupci města, úředníci, lidi z neziskovek. Překladatelka, mladá slečna ze Soulu, žijící už několik let v Praze, mluvila plynulou češtinou, a o konverzaci v češtině se snažil i vedoucí výpravy. Hned jsme se museli vyfotit: před vstupem do Elpidy hbitě roztáhli asi čtyřmetrový transparent, na němž stálo v korejštině jméno jejich města. To jsem samozřejmě nepoznal, ale řekla mi to překladatelka. Pozval jsem je dál, se všemi si podal ruku, vždy se mírně uklonili a já to opětoval. Prezentace byla krátká, ale překladem nabobtnala. V pravidelném režimu se střídalo mých deset vteřin s půlminutovým překladem. Měli jen hodinu a pak odjížděli do Frankfurtu, ale po skončení prezentace se hlásili snad všichni a já postupně odpovídal na dotazy typu: kolik je u nás průměrný důchod, které kurzy jsou u nás nejnavštěvovanější, na co a kolik přispívá stát, kdy se odchází do důchodu atd. Pilně si psali poznámky. Na konci se zvedli a tleskali. Uličkou mezi stoly ke mně mířil vedoucí výpravy, podával mi ruku a taky turistického průvodce městem Tegu a krabičku zabalenou ve stříbrném papíře a texty v korejštině. Od překladatelky jsem se dozvěděl, že uvnitř je maska jangban. V tradičním divadle jich existuje dvanáct: každá představuje určitý lidský typ. Jangban znázorňuje vládnoucího aristokrata-úředníka. Nepřekvapí, že má největší moc ze všech, nejvíc prostředků, a přitom se chová pošetile a je nejčastějším terčem vtípů.

Celé to vlastně nemá pointu. Ale uvědomil jsem si, že kdybych hned na začátku ten podivný mail vymazal, přišel bych o tenhle nevšední zážitek. Nevěděl bych, kde leží Tegu, a žil možná v nějaké své představě o tom, jací lidé žijí v Jižní Koreji. Nevěděl bych, že jsou milí a otevření. Právě ta otevřenost je velmi důležitá, protože čemukoliv se uzavíráme, o to zároveň přicházíme.

Všechny projekty Elpidy proto připravujeme tak, aby byly maximálně otevřené. Abychom o nic nepřicházeli, ale naopak získávali. Jsem rád, že se nám to dařilo i v roce 2016. Díky všem spolupracovníkům, partnerům, dárcům, klientům, zkrátka všem otevřeným lidem, kteří mají rádi Elpidu a směr, kterým jde.

Otevřete tedy naši výroční zprávu! Věřím, že její čtení pro vás bude podobně vzrušující a objevné, jako vidět zasněžené kopce nad Tegu.

Jiří Hrabě
ředitel Elpida, o.p.s.
a šéfredaktor časopisu Vital

Kalendář 2016





vital

VITAL

NEJČTENĚJŠÍ ČASOPIS PRO SENIORY — VITALPLUS.ORG

VPŘED ZA JESTŘÁBEM
ZKUSTE NORDIC WALKING
VÁCLAV DANĚČEK
STANISLAV ZINDULKA
EVA ZAORALOVÁ

BŘEZEN — KVĚTEN 2016



ŘÍZENÁ DISTRIBUCE, CENA VE VOLNÉM PRODEJI 69 Kč — ROČNÍK X., ČÍSLO 1/2016



VITAL

70 STRAN ZKUŠENOSTÍ A INSPIRACE — VITALPLUS.ORG

JAN SOKOL
FRANTIŠEK PETERKA
10 TIPŮ NA MAGICKÉ VÝLETY
SLAVNÍ SPORTOVCI HISTORIE
JARMILA KRATOCHVÍLOVÁ

KVĚTEN — SRPEN 2016



ŘÍZENÁ DISTRIBUCE, CENA VE VOLNÉM PRODEJI 69 Kč — ROČNÍK X., ČÍSLO 2/2016



VITAL

66 STRAN INSPIRACE A ZKUŠENOSTÍ — VITALPLUS.ORG

MILAN HEJNÝ
SAMÍ V DIGITÁLNÍM DAVU
OBJEVIL JSEM TRAMPY
JAK POMÁHAT I PO SMRTI
AGNIESZKA HOLLAND

ZÁŘÍ — LISTOPAD 2016



AGNIESZKA
HOLLAND

ŘÍZENÁ DISTRIBUCE, CENA VE VOLNÉM PRODEJI 69 Kč — ROČNÍK X., ČÍSLO 3/2016

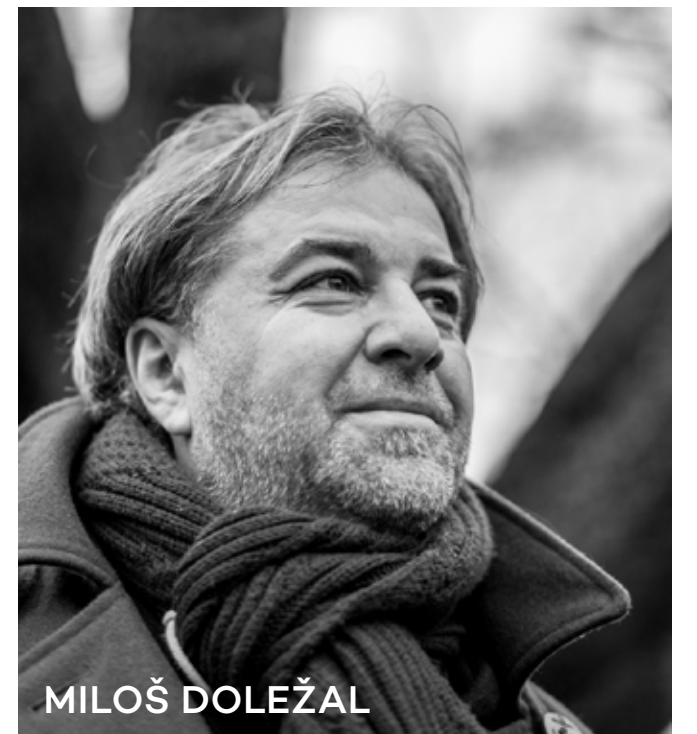


VITAL

66 STRAN ZKUŠENOSTÍ A INSPIRACE — VITALPLUS.ORG

ČIRINA KOŠÍKOVÁ
VŠICHNI MŮŽEME BÝT HRDINOVÉ
JINÁ AFRIKA
MILOŠ DOLEŽAL

PROSINEC 2016 — ÚNOR 2017



MILOŠ DOLEŽAL

ŘÍZENÁ DISTRIBUCE, CENA VE VOLNÉM PRODEJI 69 Kč — ROČNÍK X., ČÍSLO 4/2016



mirka batíková baví mě pracovat s mladými lidmi

S kým udělám rozhovor o časopisu Vital? O tom jsem nemusel přemýšlet dlouho. Vlastně ani chvílku. Mirka Batíková je totiž jeho korektorkou od samého začátku, tedy více než deset let. Navíc je jeho dobrou duší, člověkem s životním nadhledem, velkou laskavostí a vstřícností. I když nás dělí téměř padesát let, tykáme si a máme se rádi.

TEXT: JIŘÍ HRABĚ
AUTOR JE ŠÉFREDAKTOREM ČASOPISU VITAL
FOTO: JAN BARTOŠ

Co se ti vybaví jako první, když se řekne Vital?

Časopis, který dostal novou tvář. Pamětníci vědí, že navázal na původní Elán plus. Obecně prospěšná společnost Elpida, která nastoupila po Nadačním fondu Elpida, založila vlastní časopis. Nadšení a víra, že přes všechny finanční a jiné potíže bude vycházet, semkla redakční radu i autory v jeden šik. Pracovalo se téměř za pakatel. Měli jsme to štěstí, že šéfredaktorem se stal mladý, zapálený muž, neposkvrněný novinářskými fintami, Jiří Hrabě. Vložil se do časopisu a dal mu to nejcennější, své srdce. Nekoukalo se na čas, redakční rady probíhaly jak v pracovním zápalu, tak v rozverném duchu, radovali jsme se, že se časopis povedl. Štěstí bylo, že lidé byli tak vstřícní.

U časopisu jsi jako korektorka od samého začátku. Jak se za těch 10 let časopis proměnil?

To už je deset let? Ani tomu nemohu uvěřit. Měnil se s každým číslem. Vždy jsem si říkala, tohle už nepřekonají. Je nejlepší! Po korektuře další verze časopisu jsem se ptala, jak jste přišli k člověku, se kterým jste dělali rozhovor, kde jste ho zase objevili? A přibývalo rozhovorů, autorů i ze samotné novinářské profese. Stojí za tím nesmírná práce šéfredaktora a jeho spolupracovníků. Navíc měli kliku, když našli Bohem nadaného fotografa Jana Bartoše. Jeho fotografie mluví samy za sebe. Ale měnil se i vzhled časopisu. Navlékal nový kabát. Přešlo se na jinou grafiku, nebyl už tak barevný, ale získal na eleganci.

A jak ses změnila ty?

Těžko říct. Kromě toho, že mi přibýlo vrásek, jsem moc ze svých zvyků nezměnila. Dokud žil můj muž, často jsme chodili do divadla. Já sama s přítelkyní jednou za čas na komorní koncerty. Doslova mě vytáhla, ale nelituji toho. Hudba je krásná, pronikne celou bytostí a požitek z ní přetrvává delší dobu. Nechci psát o smrti, pravda ale je, že každého poznamená, a jste-li s někým šedesát let, jako byste ztratili část sebe. Ale mám pravnučky, jednu osmnáctiletou, jednu šestiletou, a obě mě potřebují. Každá jinak, ale vnitřně cítíte, že vás mají rády. To je na tom to nejkrásnější. A mám milující rodinu. A také ráda čtu. Ráda držím knihu v ruce. Patřím do té staré školy. Luštím, jezdím na chalupu, do divadla chodím dál... Neduhy nebudu zmiňovat, v mém věku je má snad každý.

Dokáže tě Vital i po těch letech něčím překvapit?

Někdy si říkám, že ve Vitalu už snad ani nic nového objevit nemohu. A každým novým číslem se přesvědčuji o opaku. Přichází se stále novými nápady. Dočítám se o lidech, o kterých jsem letmo slyšela, něco věděla, nebo jen zaslechla, či vůbec nic nevím, a kteří mě obohacují. Je plný rozmanitých příběhů a každý se v nich může najít. Za vším ale stojí obrovská práce. Najít a vybrat ty, o kterých bychom my, čtenáři, měli vědět. Až se mě budete opět ptát, jak se mi líbil časopis, který jsem dočetla, jednoznačně odpovím. Pokud je to možné, je ještě o chlup hezčí než minule. A poučný. A vtipný. Má nádherné fotky, ilustrace. A hlavně je v něm úžasné čtení! A to jsem předpojatá.

Jak vlastně vypadá tvoje práce korektorky, co všechno pro ni potřebuješ?

Co se týče mé korektorské práce, mnohé jsem se za ten čas naučila. Zjistila jsem, že některá slova přijala Pravidla českého jazyka za svá, že tvar slovesa *musejí* mě stále rozčiluje, mé ucho to nechce



přijmout, ale to jsou jen drobnosti. Jazyk je živý a stále se vyvíjí. Když přijde časopis ke korektuře, začínám se těšit, co nového přinese. Ale nemám z toho pravý požitek, protože se musím soustředit na gramatiku. Občas jsem hledala v některých pro mne zapeklitých situacích v radách pro šílené korektory. Docela jsem se při tom bavila. Teď mám jednodušší způsob, zeptám se v Poradně jazyka českého, a i tam se někdy potěším, když odpoví: „Okamžik, podívám se do jednoho chytrého slovníku.“ A to je to správné slovo, potřebuji slovník a Pravidla českého pravopisu.

Co tě na té práci baví?

Časopis sám o sobě. Vždy něčím překvapí. Novou úpravou. Třeba obsah. Je udělán poutavě a láká ke čtení článků. Ale i samotná gramatika. Z těch čárek by se člověk občas zbláznil. Ale na druhé straně, právě to láká. Baví mě, že mohu pracovat s mladými lidmi, že v jejich kolektivu se cítím jako jedna z nich. Vidím, jakým růstem časopis prošel a že se nezastavil. Že stále má rezervy, že pokaždé je o něco bohatší, např. o řemesla, o kterých jsem moc nevěděla, o chování včelstva v Praze nad Národním divadlem apod. Vždy netr-pělivě čekám, co nového zase ve Vitalu najdu.

Jaké máš reakce na časopis z tvého okolí, jsou-li nějaké?

Mám to štěstí, že ohlas na časopis mám od různých čtenářů. Můj kardiolog, ke kterému chodím již od svých 45 let, je nadšený. Chce vědět vše o jeho vzniku, za jakých podmínek ho děláme, kdo ho financuje, jak je možné, že má tak vysokou úroveň autorských článků, že je graficky na takové výši, když vlastně musíme bojovat o každou korunu, že fotografie jsou tak profesionální, kde ty lidi bereme. Nadšená je i moje oční lékařka a požádala mě i o starší čísla, jak se jí zalíbily jednotlivé články. Kadeřnice, kam chodím, zase časopis přísně střeží, když ho nechá v plen dámám, a dokonce jsem se u ní setkala s paní Chramostovou a panem Milotou, které jsme také měli v časopise. Když jsem náhodou přítomna a časopis zrovna někdo čte, dáme se do řeči a otázky nemají konce. Časopis také vozím své přítelkyni na chalupu, kde se narodila a kde žije dodnes. Nejenže ho

čte celá její rodina, dva dospělí synové, její bratr, ale i sousedky ve vsi. A pějí chválu. Každému ale nařídí, že ho musí vrátit.

Čím se Vital liší od ostatních časopisů, které čteš?

Má méně reklam a mnohem víc hodnotných článků. Je velmi bohatý na jejich různorodost. Je určen pro určitý typ lidí, kteří touží se něco nového dozvědět. A myslím, že našim seniorům včetně mne, a nejen jim, sedí. Většina časopisů, až na některé výjimky, je postavena na líbivosti a podbízění se čtenářům. Vím, mají jistou přitažlivost, člověk u nich nemusí přemýšlet. Ale to už je na čtenáři.

Co Vitalu chybí?

To je pro mne těžká otázka. Přidali jste kosmetiku, zdravé vaření, i nějaká cvičení z čínské medicíny tam byla, tak snad ještě něco, co rozesměje a zahřeje duši? I když fejetony pana Křestana tuto roli plní.

Vím, že jsi velmi aktivní, pořád máš co dělat a času se kolikrát nedostává, i když jsi v důchodu. Jak vypadá tvůj den?

Moje dny se velmi liší, ale nějak si nemohu vzpomenout, kdy jsem se ponořila do samoty. Jsou to celkem takové drobné a nenadálé věci, kdy se mi vždy změní program. Jsem docela ranní ptáče, ale i noční sůva. Jeden den? Hm. Dopoledne jsem byla na rehabilitaci a pak si rychle připravila něco k obědu. Přišla sousedka, která odjíždí na měsíc do lázní, abych jí vybírala poštu, a tak nějak zůstala do večera. Těšila jsem se na postel a Hrabala, který mě v mém pozdním stáří zaujal, ale zvonek mobilu se nezastavil, což je náhoda, protože tak najednou po mně ještě nikdo nezatoužil. Druhý den přijela švagrová z Frankfurtu, a tak jsem během týdne navštívila dva koncerty, dvě výstavy a Botanickou zahradu. Nemluví o vaření. A to jsem nestihla sraz spolužáků, což mě mrzí nejvíc. Občas se zmitám mezi lenošením a prací, a protože nevyhrává ani jedna strana, po celý den to střídám.



Kdybys měla křesťálovou kouli, jak bys viděla budoucnost časopisu, řekněme za 10 let? Co bys mu přála?

Kéž bych měla křesťálovou kouli a uměla v ní číst. Ale chtěla bych ji vůbec? I když... co je mezi nebem a zemí, mě velmi zajímá. Vital za deset let! Technika jde tak rychle dopředu, může mít úplně jinou podobu. Přesto si myslím, že si stále zachová určitý vzhled a blízkost s dnešním Vitalem, že do něj budou psát nejlepší autoři a znalci všech možných profesí, že půjde s dobou a dobude si místo na slunci. Že bude mít ještě víc čtenářů. A nejen u nás. Přála bych mu, aby ho vedl stále stejný tým pracovníků, protože lepší si ani představit nedovedu. Věřím, že bude jedním z nejlepších. Ale to si myslím už teď.

Na závěr jedna klasická otázka, kterou pokládáme všem osobnostem, se kterými děláme rozhovory do Vitalu. Jak dnes vnímáš stáří? A jak jsi ho vnímala ve třiceti nebo padesáti?

Musím se přiznat, že o stáří moc nepřemýšlím. Beru ho, jak jde. Samozřejmě občas mě rozčiluje, že jsem pomalejší, že mi všechno déle trvá, že mě porůznu bolí, ale snažím se to překonat. Stále hledám brýle, a tak ujdou docela dlouhou štreku. Zuřím na sebe, ale pak se tomu zasměju. To ale neznamená, že si nepostesknou se stejně starými přítelkyněmi a že necítím s těmi, co stáří prožívají krutě. Ve třiceti letech mě mýjelo. Měla jsem v té době za sebou těžkou operaci, a právě bez těch starších a v mých očích vysloveně starých lidí bych byla nemožná. Ochota, trpělivost, snaha pomoci jim vystavely v mém srdci pomník. Vůbec mě nenapadlo přemýšlet o tom, že budu jednou stará. Asi jsem byla lehkomyšlná. Jak jsem se na stáří dívala v padesáti? Vždy jsem pracovala v kolektivu, kde bylo hodně postarších, ale i mladých lidí, a se všemi jsem se cítila naprosto přirozeně. Mnoho mých známých bylo o dost starších než já, šila jsem se s nimi a nikdy mi nepřípadali staří. Spíš měli v chování určité kouzlo galantnosti starých časů. Přitom jsem měla na stáří naběhnuto. Teď ale vidím, že by lidé měli myslet na zadní kolečka. Aby byli zajištěni v případě, že zůstanou sami. Už jen pro ten pocit, že nejsou na nikoho odkázáni.

Mirka Batíková, nar. 6. října. 1933 v Praze

Studovala na Obchodní akademii v Ústí nad Labem, kam se přestěhovala se svými rodiči ve 12 letech. Po dvouletém studiu přestoupila na Vyšší hospodářskou školu pro zahraniční obchod do Prahy. Po maturitě pracovala v zahraniční společnosti Kovo a navštěvovala jazykovou školu, kterou zakončila státnicí z ruského jazyka. V roce 1954 se vdala. Po úmrtí matky a narození dcery zůstala v domácnosti. Žila společně ještě se svým o deset a půl roku mladším bratrem a otcem. Po třech letech si našla zaměstnání ve Výzkumném ústavu národohospodářského plánování jako dokumentátorka, kde pracovala do roku 1968, kdy byl ústav zrušen. Naposledy byla zaměstnána ve Střední průmyslové škole oděvní jako sekretářka. Jako perličku uvádí, že když se šla představit do ředitelny, seděla za stolem její bývalá profesorka těsnopisu z Ústí nad Labem. Ve škole zůstala až do odchodu do důchodu. Od roku 2007 pracuje jako korektorka v časopisu Vital.



prof. PhDr. Jan Sokol, Ph.D., CSc. ↑
Agnieszka Holland ↗
Stanislav Zindulka →
Miloš Doležal ↘

humans of vital

Jiří Hrabě #1

šéfredaktor

Šéfredaktor časopisu, ředitel Elpida o.p.s., zastupitel obce Poříčany a příležitostný tenista. V Elpidě začínal v roce 2004 jako student žurnalistiky a práce se skvělými kolegy ho bavila tak, že tu zůstal i po škole.

Tomáš Rákos #2

šéfreditor, člen redakční rady

Jan Bartoš #3

fotograf, člen redakční rady

Oko Vitalu.

Tomáš Šponar #4

autor, člen redakční rady

Autor je katolík, manžel, rodič a běžec. Více než deset let pracoval v zahraniční redakci České televize, nyní zde působí jako projektový manažer. S Vitalem spolupracuje a texty do něj přispívá více než 5 let.

Zuzana Pelková #5

autorka a produkční, členka redakční rady

Pracovala 13 let jako beauty redaktorka v časopisu Elle. V současné době se věnuje sociálním sítím (píše facebook Vitalu) a konzultacím. Kromě kosmetiky má ráda sport, hory, jídlo a focení.

Lucie Vidovičová #6

autorka a členka redakční rady

Socioložka s dlouhodobým zájmem o problematiku věku, stárnutí, trhu práce a rodiny. To vše ji baví i v soukromí.

Karel Tejkal #7

autor a člen redakční rady

Od roku 1957 rozhlasový reportér (s přestávkou v době normalizace), spoluautor Písníček s telefonem z roku 1968 i srpnového vysílání proti okupaci. Po roce 1989 šéf Dobrého jitra osobností, nositel ceny Ferdinanda Peroutky. Od roku 2008 stálý spolupracovník Vitalu.

Jaroslav Veis #8

autor a člen redakční rady

Celý život se živil převážně psaním: jako novinář (byl mj. redaktorem i šéfredaktorem Lidových novin, komentátorem BBC, Týdne i Práva), jako spisovatel a jako překladatel. Řadu let byl poradcem předsedy českého Senátu. V posledních letech se věnuje politologickým překladům a spolupracuje se 3. lékařskou fakultou UK. Žije v Praze.

Kateřina Špačková #9

editorka

Od jara 1990 editorka a jazyková redaktorka nejrůznějších pražských deníků, týdeníků, čtrnáctídeníků, odborných i zpravodajských webů. S Vitalem spolupracuje 11 let. Letos slaví půlstoletí neustálého putování mezi rodným Vyšehradem a milovanou Šumavou. O chovu oslů na kvildských pláních ještě nepřestala snít.

Mirka Batíková #10

korektorka

Studovala na Obchodní akademii v Ústí nad Labem, kam se přestěhovala se svými rodiči ve 12 letech. Pracovala ve Výzkumném ústavu národohospodářského plánování jako dokumentátorka. Od roku 2007 pracuje jako korektorka v časopisu Vital.

#1



#5



#9



#2



#6



#10



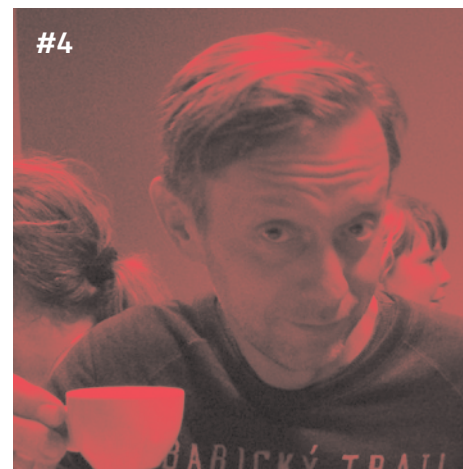
#3



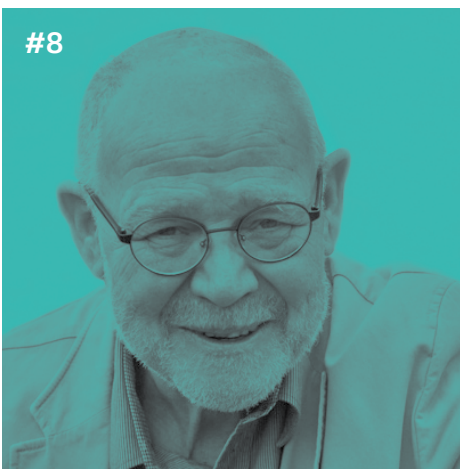
#7



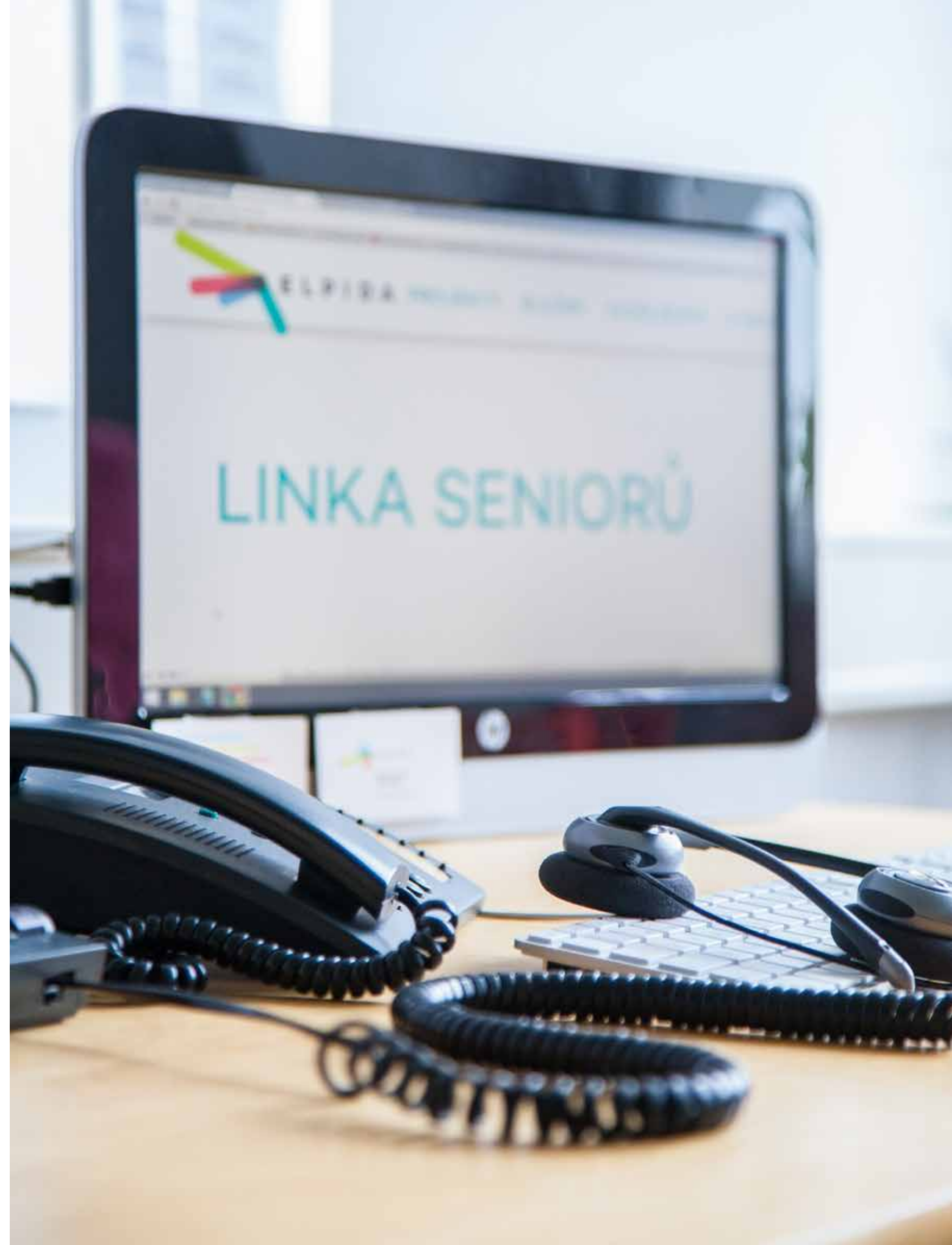
#4



#8



linka seniorů



Lucie Šimková volající jsou stateční

Když se člověk podívá do statistiky, jak si může představit vytíženost Linky seniorů? Kolik hovorů proběhne na lince například za hodinu?

Za loňský rok měla Linka seniorů téměř 44 000 kontaktů, což znamená, že průměrně zazvoní na Lince seniorů telefon každých 6 minut. Ne každé zazvonění ale znamená hovor s klientem. Hovorů, včetně těch kratších do pěti minut, takzvaných podaných informací, bylo v roce 2016 9900, to znamená, že jich pracovník poskytne průměrně 27 denně. Hovory jsou různě dlouhé, nejčastěji trvají tak do dvaceti minut, ale mohou být i mnohem delší, podle toho, co klient potřebuje.

Jak si člověk, který ještě nikdy na linku nevolal, může představit probíhající kontakt? Co se stane, když se dovolá?

To je těžké stručně popsat. Na Linku seniorů je možné zavolat v různých životních situacích, kdy si člověk připadá sám, je bezradný, zklamaný nebo prostě cítí, že by se potřeboval o to, co ho tíží, s někým podělit. Pracovník Linky seniorů volajícího přijme, vyslechne a hovorem provede. Dál se hovor odvíjí od toho, co volající potřebuje, zda je to spíše praktická pomoc a zorientování se v našem systému sociálně-právní pomoci, nebo psychická podpora při prožívání těžké životní situace. Pracovník je pro klienta „velké ucho“, které vyslechne, ale i „velké srdce“, které umí sdílet s volajícím to, co prožívá, a pomoci mu k úlevě.

Jak jsi se ty sama dostala k práci na Lince seniorů?

Na Lince seniorů jsem letos 5 let a dostala jsem se tam přes přímou práci se seniory v domově seniorů a jiných neziskových organizacích. Vzpomínám si, že to pro mě byla velká výzva a jsem ráda, že jsem se odhodlala a šla do toho i přes svůj strach, jestli budu schopná takto náročnou práci na lince krizové pomoci zvládnout.

Co tě na práci nejvíce baví?

Asi ta velká smysluplnost. Moci odcházet z práce a říct si, že to dneska mělo opravdu smysl, že bylo důležité, že jsme se na telefonu potkali a mohli společně být součástí příběhu, který se možná nasměroval k novým nadějnějším břehům. Ne vždy ty nadějně břehy jsou, nebo nejsou vidět, a o to důležitější je, když na to volající není sám. Možná taky ta pestrost – každý volající, každý hovor je jiný, člověka to nenechá ustrnout.

Jaké hovory jsou pro tebe nejtěžší?

Těžké jsou pro mě hovory, kdy jsou volající v beznadějně situaci a ani společnými silami se nám nepodaří nalézt nějaké řešení. O to víc jsou ale tyto hovory důležité, ustát takovou bezmoc. Cítím vždycky velkou pokoru a úctu před volajícími v těžkých životních situacích, jsou to nesmírně stateční lidé.

S jakými tématy se mohou klienti na linku obracet?

Je to hodně široké, už jsem se o tom zmínila. Zaměřujeme se na problematiku seniorů, a to i z pohledu pečujících, jejichž podporu považujeme za nesmírně důležitou. Samozřejmě se na nás může obrátit kdokoliv v krizi. Věnujeme se i problematice demence. Je možné se na nás obrátit, když klient řeší nějaký vztahový problém v rodině či mimo ni, může se jednat i o problém, který ho ohrožuje nebo ovlivňuje jeho schopnost v životě běžně fungovat. Pomůžeme

Když jsem se rozmýšlela, s kým udělám rozhovor o Lince seniorů, byla moje volba jasná. Lucie pracuje na lince už pět let, a kromě přímé práce s klienty v krizové intervenci studuje také doktorské studium, kde se zabývá tématem práce na linkách krizové pomoci. Je tedy zvyklá dívat se na tuto práci z dvojí pozice, jako přímý pracovník i jako teoretik. Díky tomu, že jsem jí předávala pozici zástupkyně vedoucí, jsme se ještě lépe poznaly a byla radost s ní rozhovor dělat.

TEXT: KLÁRA GRAMPPOVÁ JANEČKOVÁ
FOTO: JAN BARTOŠ



klientovi zorientovat se v otázkách sociálně-právních či zdravotních, ale nejsme ani právníci ani lékaři. Důležité je nebát se k nám zavolat, i kdybychom nebyli schopni problém vyřešit my, vždy dokážeme nabídnout jiná místa, kam je možné se obrátit.

Mohu jako klient zavolat opakovaně nebo vždy jen jednou?

Ne vždy se podaří situaci či potřeby volajícího naplnit během jednoho hovoru. Někdy by bylo kroků tolik, že je lepší pomoc rozfázovat. Život bohužel také nepřináší jen jednu zátěžovou situaci, takže je možné, že někteří volající se na nás obracejí v různých těžkých situacích s odstupem několika měsíců i let. No a někdy je náš klient v takové situaci, která není momentálně řešitelná, a tak si volá opakovaně pro podporu, kterou nenachází nikde jinde.

Jakou péčí dostávají pracovníci, aby vydrželi pracovat i s těmi nejtěžšími tématy?

Práce na Lince seniorů je náročná a já jsem ráda, že máme skvělý systém podpory, který nám umožňuje to zvládat. Máme intervize a supervize, na nichž mohou pracovníci nahlížet svoji práci s klienty z jiných perspektiv, ať už zkušených kolegů (intervizorů), tak odborníků zvenčí (supervizorů). Umožňuje jim to zpracovat a pochopit svoje emoce, kterým se při této práci neubrání. Všichni jsme jen lidé. Pracovníci se v průběhu roku také vzdělávají, což rozšiřuje jejich kompetence. Máme, myslím, moc dobrý tým, otevřený, plný skvělých lidí, a to jak lidsky, tak profesně, a i to si myslím, je pro nás všechny vzájemně velká podpora.

Co bys přála lince do budoucna?

Aby si udržela nastavený kurz směřování i fungování. Trochu sobecky bych Lince (i sobě) přála méně zneužití, abychom se mohli plně věnovat tomu, proč tam jsme – hovorům se seniory, pečujícími a osobami v krizi. Zneužívání nám hodně ubírá síly.

Lucie Šimková
Sociální pracovnice pohybující se v pomáhajících profesích přes 10 let. V krizové intervenci zakotvila před 5 lety a teorii krizové práce se věnuje i v rámci svého doktorského studia. Kromě Linky seniorů v současné době pracuje jako manažer kvality v Domově seniorů Rudná.

statistiky 2016

celkový přehled kontaktů



problematika hovorů



DETAILNÍ PŘEHLED KONTAKTŮ 2016

Typ kontaktu	Měsíc												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	2016 celkem
zazvonení	516	441	449	470	513	456	463	431	478	435	412	519	5583
zavěšení	323	341	399	295	316	333	356	355	375	317	278	348	4036
testovací	376	479	468	323	506	654	736	1007	597	440	349	295	6230
hovory	818	959	883	676	686	665	688	907	708	668	664	612	8934
podané informace	86	82	74	50	90	69	69	66	98	83	79	77	923
omyly	267	208	319	332	343	348	310	333	329	375	359	376	3899
mlčení	268	160	386	167	235	256	284	301	303	485	292	412	3549
profesní kontakty	88	83	108	120	106	122	95	85	82	97	93	96	1175
zneužití	821	685	931	794	873	919	968	567	515	659	450	544	8726
hovory za účelem sex. uspokojení	79	56	74	70	36	11	4	23	17	23	7	51	451
emaily	8	6	1	5	7	2	2	6	0	4	3	11	55
CELKEM													43561



centralum
eipida

statistiky 2016

unikátní klienti **1673**
absolventi **4866**

počet kurzů počítačové gramotnosti
počítačových kurzů **36**
počítačových seminářů **53**
počítačových přednášek **24**

počet celoročních jazykových kurzů **52**

počet přednášek
kultura **37**
zdraví **24**
učení ve stáří **7**
počítače **24**
celkem **98**

počet pohybových celoročních kurzů **17**

tvůrčí dílny
počet setkání tvůrčí dílny **99**

týdenní pobyty **3**
výlet / procházka za historií **18**

poradny, počet klientů
individuální právní poradna **46**
individuální PC poradna **67**
PC help / tablet help **34**
tváří v tvář **11**
finanční **5**
právní minimum **200**

centrum elpida v roce 2016

Centrum Elpida je vzdělávacím a kulturním centrem pro seniory s celopražskou působností. Ročně nás opakovaně navštěvuje téměř pět tisíc seniorů z celé Prahy. Jsme kulturním centrem s bohatou celoroční nabídkou počítačových, jazykových a pohybových kurzů, přednášek, besed a výtvarných dílen pro aktivní seniory. Centrum Elpida zajišťuje dostupnost vzdělání a kultury pražským seniorům a umožňuje jim zůstat ve společenském kontaktu a navazovat přátelství. I svět aktivních seniorů se v roce 2016 zrychloval, mají méně času, více cestují a více rozumí moderním technologiím. Prostřednictvím aktivizace a vzdělávání pomáháme oddálit dobu, kdy se senioři stávají závislými na pomoci druhých a státu.

letem světem 2016

leden

Bývalý hasič a voják Maxmilián Sperling (95) přednáší o tom, jak se připravit na stáří. Kavárna praská ve švech, na besedu s Karlem Tejkalem přišla Věra Čáslavská.

únor

Ondřej Suchý na besedě v Centru. Vzděláváme seniory ve finanční gramotnosti.

Otevíráme v pořadí třicátou celoroční skupinku angličtiny. Cílem je mluvit a rozumět současné angličtině v běžných situacích.

březen

Otevíráme novou pobočku – ELPIDA POINT – v Madridské ulici v Praze 10. Mezi novinkami je i celoroční kurz Sebeobrany pro seniory. Vernisáž výstavy Knihy se těžko vystavují. Na besedě v Centru hudební publicista Jiří Černý. V pořadu České televize Sama doma propagujeme Sebeobranu.

duben

První setkání filmové dílny pro seniory ve spolupráci se spolkem Inventura. Po celý rok intenzivně pracují na vlastních pořadech a dokumentárních filmech. Poprvé startuje kurz Grafika pro seniory. Přinášíme další novinku – seminář mediální vzdělanosti pod názvem Nežerme jim kachny.

červen

Troj přednáškou o migraci chceme přispět k uklidnění a k většímu pochopení fenoménu migrace. Společná návštěva hudebního vystoupení v prostoru Jatka 78. Beseda s divadelníky a casting seniorů do pohybového představení Magda a Zuzanka souboru Farma v jeskyni. Swing s Kateřinou Steinerovou na náměstí Míru. Setkání s tvůrci projektu recyklace starého nábytku Z pokoje do pokoje.

červenec, srpen

Letní pobyt v Rabí. Kurzy v přírodě: výuka práce s tabletem, jógy a angličtiny a spousty volné zábavy. V Praze probíhají letní kurzy angličtiny a výstava fotografií z celého světa Wiki miluje památky.

září

Startujeme celoroční kurzy. Centrum se zapojuje do OLD'S COOL – dnem otevřených dveří. Podáváme bohatý mix ochutnávek z našeho programu. V Centru to bzučí jako v úle. Na besedu přijela olympijská rekordmanka Jarmila Kratochvílová. Začíná pravidelné setkávání nad učením ve stáří – Jazykový koutek Lucie Gramelové.

říjen

Den otevřených dveří. Celoroční dílna komiksu bilancuje rok svého trvání výstavou. Naši klienti se účastní natáčení tanečního workshopu v rámci soutěže Star Dance. Poprvé uvádíme Hovory k sobě, seriál společného rozjímání o životě s MUDr. Jarmilou Winterovou.

listopad

Kurz střihu digitálního videa na Adobe Premiere Elements. Návštěva Rudolfiny a výstavy Loni v Marienbadu. Přednáška o Bitcoinu.

prosinec

Vánoční pobyt s Elpidou v Klatovech. Štědrovečerní večere a silvestrovská party pro osamělé. Jednáme o další nové učebně ve 3. patře, v lednu 2017 ji otevíráme.

marcela borgesová hele, já se vejdu do sukně...

Původně bioložka, poté odborná redaktorka v nakladatelství, již deset let lektoruje v Centru Elpida cvičení pilates. Má radost, když kolem sebe slyší „Hele já se vejdu do sukně...”

TEXT A FOTO: JAN BARTOŠ

Marcelo, kdy začíná stárí?

Postupně a neviditelně. Je to dlouhá řada drobných signálů. Teď po sedmdesátce už neběhám rychle ze schodů, ne že bych se šourala, ale jsem prostě opatrnější, přidržuji se zábradlí. Nechci upadnout. Také třeba už nedobíhám tramvaj. Za hlouposti se v tomto věku draze platí, úrazy se špatně hojí. Je to vědomý postoj vůči osobním limitům.

Proč většina lidí nerada stárne, nebo si to nechce připustit?

Strach ze stárnutí je běžný. Bojíme se ztráty samostatnosti, na které většinou tak lpíme. A hlavně, máme strach z omezené pohyblivosti. A tak si dokazujeme, že ještě můžeme pověsit záclony, vyměnit žárovku u stropu a podobné nesmysly. Ve skutečnosti se bojíme, že si jednou ani nezavážeme tkaničku u bot a nezvedneme klíče ze země. Komu tohle včas dojde, má napůl vyhráno, začne se hýbat, aby si tu pohyblivost udržel.

Máš recept na dobré stárnutí?

Nejlepší lék na stárí jsou lidi kolem nás. Mít dobrý vztah s rodinou a přáteli. Mít kam jít, komu zatelefonovat. A druhá věc je, být součástí jakéhosi koloběhu energie. Já ji dávám svým cvičenkám a ony mi ji mnohonásobně vracejí. Zní to jako klišé, ale každá mi dává zpět pozitivní energii, protože se těšily, přišly na cvičení, komunikují se mnou, to je vzájemné předávání energie. Cvičitelku dělám od mládí. Je to nabíjející.

Rozumím tomu správně: pozitivní reakce okolí a pocit potřeby pro určitý okruh lidí?

Ano. A pravidelný režim s tím spojený. Strukturovaný život je snazší než nestrukturovaný. Pociť, že musím dorazit na cvičení, mě kolikrát přenesl přes obtížné životní situace. Musela jsem se sebrat a jít na hodinu, usmívat se, a hlavně se hýbat. Endorfiny dokážou zázraky.

Dokážeš si představit, že budeš muset někdy se cvičením skončit?

Vždycky jsem si říkala, v pětadvaceti přestanu, pak v padesáti, šedesáti a tak dále. Pak jsem to ale přestala řešit, protože cvičenky stárnou se mnou. I mladé přicházejí a některé z nich zůstanou. Večerní cvičení jsem musela kvůli únavě přesunout na dopoledne a zatím to jde, výborně se bavím. Až to přijde, tak to přijde. Budu muset najít odvahu si to přiznat. Jsou ale věci, které již dělat nemohu a nebudu.

Jaké?

Tak například jsem před několika lety slíbila synovi, že už nepolezu po stromech. Mám švestku na chalupě a vždycky jsem na ní lezla a česala úrodu. Uznávám, že to nemá smysl, že když spadnu, přidělám problémy nejen sobě, ale i svým blízním. Takové limity si musím dávat. Vtip spočívá v tom, umět si říct: „Tohle odkládám a budu dělat něco jiného“. Hlavně se tím netrápit, že už něco nemohu, protože jsem stará... Mohu přeci dělat něco jiného. Vždycky máme volbu.

Šla jsi svatojakubskou poutí. Chodíš ráda?

Chůzi s batohem jsem nikdy neměla moc ráda. Mám jednu nohu trochu kratší a v mládí mě bolela kyčel. Kamarádka mě ale do té-



hle akce před několika lety navezla, když Adventura vyhlásila program svatojakubské cesty „na etapy“. Asi 1 600 km dlouhé putování rozdrobila do čtrnáctidenních úseků, tak po 240 km. Putovali jsme v malé skupince, postupně sedm let. Bylo to moc příjemné, naším průvodcem byl Michal Horažďovský, který dokázal vytvořit skvělou atmosféru. A nemuseli jsme si nic dokazovat, šli jsme pro potěšení.

Dozvěděla ses během cesty něco o sobě?

Čtrnáct dní bez počítače, internetu, telefonu, jenom chůze a vyčištěná hlava. Vždycky jsem na něco přišla. Chůze je základní pohyb člověka, má léčivé účinky.

Vystudovala jsi zoologii, specializaci na etologii zvířat, a také filozofii. Jsou některá zvířata schopna postarat se o starší jedince?

Určitě. Zjistili to zoologové při pozorování zvířat v přírodě. Platí to pro některé sociálně žijící ptáky a savce, tedy ty, co žijí ve skupině. Musejí se umět dohodnout, komunikovat spolu. A pak už je jen krůček k tomu, aby se snažili v nesnázích si pomoci. Dělají to třeba delfíni, opice, sloni a spousta jiných druhů. To je ten utajený svět zvířat, o kterém se vědělo jen málo. Dnes je pozorování zvířat v jejich přirozeném prostředí běžné. Jen aby nebylo pozdě na to poznávání...

Na filozofii jsi měla štěstí na řadu skvělých učitelů, Karla Kosíka, Milana Machovce, a další. Ovlivnili Tě v něčem, odnesla sis od nich nějaký poznatek na celý život?

Studovala jsem dva obory, které byly vypsané: biologii a filozofii. Byly to dva různé světy. Studium filozofie mi spíš prohloubilo a rozšířilo všeobecné vzdělání. Myslím, že většina z nás na fakultě doháněla to, co nám soudruzi vzali, když zrušili klasické gymnázium. Ti pánové nám dali nahlédnout do světa úvah o jsoucnu, o bytí, o tom, co přesahuje člověka, o možnostech poznání. Atmosféra byla úžasně otevřená a my to považovali za samozřejmé. Přesně si vzpomínám, že můj zájem končil někde u Hegela a německé klasické filozofie. Potom už jsme jen povinně přezvykovali marxismus-leninismus. Ten se mi z hlavy rychle vypařil. V šedesátém osmém roce kariéru našich pedagogů utnul ruské tanky a ty také poněkud přesměrovaly náš start do života. Promovala jsem o rok později. Táhl mě to stejně víc k přírodním vědám, konkrétně k té etologii.

Proč jsi opustila vědu a stala se nakonec odbornou redaktorkou v nakladatelství?

Po škole jsem šla na Akademii věd, dělala jsem aspiranturu na Psychofarmakologickém ústavu. Mým úkolem bylo vytvořit modelovou situaci pro testování psychofarmak na chování laboratorních hlodavců. Pracovala jsem tam pět let. Kandidaturu jsem nedodělala, protože přišly prověrky a já nepatřila z politických důvodů k perspektivním pracovníkům.

Nemrzelo tě to?

Ani ne. Česká věda jistě neutrpěla, zjistila jsem, že nechci dělat tento typ vědy. Vystudovala jsem zoologii a chování zvířat mě zajímalo. A já odcházela denně z práce a za mnou hromada mrtvých myší. Výsledkem mého výzkumu byla totální devastace života. Nelitovala jsem svého odchodu, pochopila jsem, že tudy cesta nevede. V době jsme se rozloučili.

A co bylo dál?

Pak jsem dělala chvíli lektorku v Národním Muzeu, poté jsem nastoupila do nakladatelství Artia jako odborná přírodovědecká redaktorka. Přípravovala jsem k vydání tituly pro děti a mládež z oblasti přírodních věd a za ty tři roky jsem se naučila redaktorské řemeslo. Toužila jsem ale dělat knihy pro české děti, a to se mi splnilo. Nastoupila jsem do nakladatelství Albatros, do redakce populárně naučné literatury. Pracovala jsem tam dvanáct let. To bylo nejhezčí období mého profesního života. Celý život jsem tancovala a cvičila. Na střední škole jsem začínala jako asistentka trenérky malých sportovních gymnastek. Později jsem prošla tříletým výcvikem a získala kvalifikaci cvičitelky kondičního cvičení II. třídy. A vedle své práce redaktorky jsem celá léta vedla cvičení žen a dětí. Třeba pro zaměstnance Albatrosu. Od roku 1975 cvičím v Sokole v Dejvicích. Později jsem si udělala licenci na pilates. Vyhovuje mi to, vidím výsledky na sobě i na svých cvičenkách. Opravuji, cvičencích! Mezi ženy si troufne i jeden odvážný muž. Škoda, že jen jeden... Dodnes navštěvuji různé pohybové semináře, protože všechno se vyvíjí, i metodika zdravotního cvičení.

Jak jsi prožívala svůj odchod do důchodu?

Jsem v důchodu už 17 let. Odešla jsem v 57 letech, protože dcera studovala veterinu v Brně a já se těšila na hlídání prvního vnuka. Z práce jsem odešla v pátek a v pondělí jsem přišla se živnostákem a pokračovala jako OSVČ. Snížila jsem si úvazek. A jako odborná redaktorka pracuji v menší míře externě dodnes.

Zažila jsi někdy, že ti v práci dávali najevo, že jsi na něco už moc stará?

Ne, nikdy. Asi jsem měla štěstí na profesi a na lidi okolo sebe. Brali mě jako zkušenou redaktorku a zaučovala jsem mladé kolegy. Když mi bylo něco málo přes padesát, do nakladatelství dorazily počítače, nejprve T602 a brzy na to Windows a Word. Byla to velká změna a neuměl to nikdo, ani moji mladí kolegové. Všichni jsme se učili za pochodu. Naštěstí můj syn měl dostatek trpělivosti na vysvětlování. Stálo ho to asi tři nedělní dopoledne, kdy jsem měla „doučování“. To už jsem pracovala v nakladatelství, které vydávalo encyklopedie. Bez počítačů by to nešlo. Byli jsme „hození do vody a všichni jsme se naučili plavat“.

Rozumíš tomu, proč senioři chodí do Elpidy?

Ano. Mluví o tom. Ten nejjednodušší důvod je, že nechtějí sedět doma, zejména když zůstanou sami. Ovdoví, děti mají na druhém konci zeměkoule, a co teď? Nejedna cvičenka mi řekla: „Já ráno vstanu, vím, že mám dnes program, obléknu se a vyjdu mezi lidi, po cvičení ještě posedíme a dáme si kávu.“ Pro hodně lidí je Elpida prostředím, kde jsou vždycky vítáni. Je jedno, jestli chodí na cvičení, na přednášky nebo na angličtinu. Každý má nějakou profesi, nějaký zájem. Odchodem do důchodu přece jejich schopnosti a zkušenosti nezmizí. Tady mají nač navázat. Anebo můžou dělat úplně něco jiného, co je baví.

Někteří by do Elpidy a podobných center nikdy nepřišli...

Tak to mají smůlu. Sedět doma a stýskat si, kolik je mi let, to je fakt konečná! Každý si volíme niku, ve které se pohybujeme. Když budu chodit krmit ptáčky do parku, tak tam budu potkávat důchodce, kteří budou také krmit ptáčky. Budeme si stěžovat, jak nás bolí klouby a jak jsou na nás všichni oškliví. Když budu chodit cvičit, tak se tam



budu setkávat s lidmi naladěnými podobně jako já. Převlékneme se do cvičebního, vezmeme si karimatky a pustíme se do toho!

Vědomosti získané v Elpidě jsou jen formální důvod, ve skutečnosti klienty nejvíc láká pospolitost?

Není to úplně formální důvod. Mnozí mají rodiny v zahraničí, a když se chtějí domluvit s vnoučaty, tak tu angličtinu opravdu potřebují. Také chtějí umět ovládat počítač a pracovat s internetem. A stále více a více lidí chápe, že když je bolí záda, je lepší hýbat se než vyseďávat v čekárně u lékaře. Většinou lidé chodí na více aktivit a těší se na to. Elpida nabízí přátelské prostředí, nikdo je tady za nic nekritizuje, nečekají se velké výkony. Nemusíme na konci roku „něco dokázat“. Cílem je cesta, při cvičení to, že se seznamujeme s vlastním tělem a s jeho možnostmi. A ty se obrovsky mění, to oni cítí.

Sleduješ, jaké dělají pokroky?

Aby ne. Například jedna cvičenka má autoimunitní onemocnění. A díky cvičení, tomu, že se naučila správně dýchat, ale hlavně díky svému pozitivnímu přístupu k životu, se lepší. Ví, že má zdraví „ve svých rukou“, že pro to může sama něco dělat. Nebo jiná přišla a řekla mi: „Hele, já se už vejdu do sukně...“ I to cvičitelku potěší.

Jak odcházejí do důchodu mladší ročníky, mění se generace seniorů?

Ano. Myslím si, že přibývá seniorů, kteří pociťují odpovědnost za svoje zdraví. Žijeme v sociálním státě, ale myslím, že je správné, když se současně přenáší odpovědnost za vlastní zdraví na lidi. Ti, kteří si lehnou a říkají: „Ať mě léčí, já si celý život platím zdravotní pojištění,“ už vidí, že tudy cesta nevede. Mnohem lepší je říci si: „Ano, platím si pojištění, ale musím se hodně snažit, abych ty doktory nepotřebovala často.“

RNDr. Marcela Borgesová vystudovala Přírodovědeckou fakultu, obor biologie, a Filozofickou fakultu, obor filozofie. Dávno už je ale jen „papírový zoolog“, protože většinu svého profesního života pracovala, a stále v menší míře pracuje jako odborná redaktorka. Přípravovala k vydání knihy s přírodovědnou tematikou v nakladatelství Artia, Albatros, Avicenum, Diderot, v Ottově nakladatelství aj. Externě spolupracuje s nakladatelstvím Euromedia, Slovart a slovenským Aktuellem. Jejím celoživotním zájmem vedle knížek je tanec, kondiční cvičení, kolo a lyže. Má dvě děti a šest vnoučat. A protože jí zůstala láska ke zvířatům, životem ji provázejí psi. Spolu s vnoučaty to bývá pěkná smečka...

tým centra elpida

Jan Bartoš #1

Původně kulturní historik a cestovatel, poté fotograf, produkční a kulturní manažer. V současné době fotografuje a píše pro časopis Vital a vede projekt Centrum Elpida.

David Drvota #2

Vystudoval Vyšší odbornou školu sociálně právní v Praze, kde získal titul DiS. V Centru Elpida působí na pozici zástupce vedoucího, předtím pracoval v Centru Elpida jako počítačový lektor. Práce se seniory ho baví a přináší mu stále nové zkušenosti. Činnost Centra Elpida vnímá jako smysluplnou a je rád, že je jeho součástí. Má rád přírodu a rád cestuje.

Lucie Falbrová #3

Vystudovala ekonomii a nějakou dobu žila v Anglii. Pracovní zkušenosti čerpala dlouhodobě v oblasti reklamy. Největší láskou jsou její dvě dcery. A když zbývá čas, cvičí jógu, cestuje a čte si v knihách. V Elpidě pracuje na recepci a ráda se baví s klienty.

Markéta Krčková #4

Můžete ji kromě recepce centra Elpida potkat i při vedení Výtvarné dílny. Způsob jejího přístupu v umění a arteterapii nejvíce ovlivnilo setkání s prací malířek a arteterapeutek Liane Collot d'Herbois a Margarethe Hauschky při čtyřletém výcviku v antroposoficky orientované arteterapii. Kromě působení v Elpidě se věnuje výuce, individuálním terapiím a vlastní umělecko-řemeslné tvorbě.

Libuše Léвовá #5

Vystudovala zdravotnickou školu, obor dietní sestra. Většinu profesního života strávila pomocí nemocným lidem v lázeňských a nemocničních zařízeních. Do Elpidy přišla poprvé před mnoha lety na počítačový kurz a už zůstala. V naší kavárniče se snaží o to, aby se senioři u nás cítili co nejlépe.

Marta Bendová #6

Matka dvou malých synů, vystudovala Fakultu humanitních studií UK. Pracovala mj. jako divadelní produkční. Má ráda lidi, kulturu, tanec a přírodu. V Elpidě má na starosti vršovickou pobočku Elpida Point Madridská, pracuje také jako recepční v Centru Na Strži a od září ji potkáte v nové holešovické pobočce Přístav 7.

Lucie Žáková #7

Vystudovala pastorační a sociální práci na ETF UK, pracovala jako učitelka v MŠ. Má ráda tklivé moravské lidové písně, swing, jazz a les. V Elpidě má na starosti recepci a je připravena odpovědět na zvědavé otázky seniorů.

Martina Kovaříková #8

Vystudovala andragogiku a všechny své absolventské práce zaměřila na problematiku odchodu do důchodu a vzdělávání seniorů. V Elpidě jí můžete potkat na recepci anebo při výuce práce s počítačem či tabletem. Má ráda kafe, čokoládu, running sushi, veselé lidi, procházky v lese a svého mourovatého kocoura.

Bára Tůmová #9

Vystudovala Arts Management na VŠE a pracově se dříve věnovala distribuci artových filmů. Po dobrovolnické zkušenosti v barmských dálkách ji to později zavalo až do Elpidy na pozici koordinátorky nově vznikající pobočky Přístav 7 v Holešovicích. Ráda tančí a putuje v horách a kopcích, zvláště ní znamená – nikdy se nevracet a nebát se ztrácet.

Petra Klapka #10

Studentka aromaterapie, milovnice přírody, pohybu, fotografie i slova, lovkyně krásy a pokorná pozemšťanka. Nově ji můžete vidět na recepci pobočky Elpida Point Madridská na Praze 10.

DÍKY VŠEM LEKTORŮM!

**Tereza Adámková
Helena Bartošová
Marcela Borgesová
Marcela Boušková
Zdenka Černá
Phill Dodge
Veronika Dvořáková
Juan Espuny
Gianluca Girardi
Lucie Gramelová
Klára Gramppová
Janečková
Hana Hejdová
Marie Hodinková
Jan Houdek
Eva Hrazděrová
Martin Jelínek
Václav Karlík
Julie Kašparová
Martina Kovaříková
Eva Krhovská
Zuzana Kroupová
Jan Kubr
Zdena Landová
Štěpánka Maňhalová
Linda Nezhybová
Alena Pařízková
Martina Plechatová
Michaela Plicková
Doris Pokorná
Josef Rejzek
Ludmila Rejzková
Marta Roubalová
Zuzana Seibertová
Barbora Schneiderová
Zdenka Sládková
Jáchym Svoboda
Hana Šimková
Alena Štěpánová
Karel Tejkal
Kristina Václavů
Vojtěch Veselý
Klára Wagsteinová
Milada Záborcová
Jarmila Winterová**

#1



#5



#9



#2



#6



#10



#3



#7



#4



#8



reakce klientů 2016

Děkuji za všechny zajímavé přednášky, kurzy a setkání. Máme u vás své záze-
mí.

Díky za vaši pomoc, Eva Vogelová

Lektorka Martina byla příjemná, empa-
tická, bezvadně připravená a plná zá-
jmu o vyučovaný obor i posluchače.

Hana Francová

Kurz Grafiky se mi líbil a bylo to pro
mě opravdu přínosné. Délka byla při-
měřená, stačili jsme chápat a současně
opakovat a zkoušet nové věci. Největší
přínos vidím v tom, že jsem se naučila
něco nového, co mě rozhodně baví a vy-
užiji to i nadále. Myslím, že si u vás
ještě nějaký počítačový kurz objedná-
m, protože to považuji za ideální, stále
se alespoň trochu vzdělávat. Lektor-
ka Linda byla velmi příjemná a mi-
lá a vůbec jí nevadilo, že pracuje se
staršími lidmi, chovala se k nám, jako
by nás znala odedávna, bylo to od ní
moc milé.

Díky moc a přeji mnoho úspěchů a spo-
kojenosti v další práci,
Lída Hrimutová

Dobrý den,
děkujeme Vám za umožnění návštěvy Va-
šeho centra. Ceníme si toho, že jste
studentkám věnovali čas a ukázali
nám dění v klubu zaměřeném na senio-
ry a jejich potřeby. Velké díky patří
paní zástupkyni ředitele, která velmi
zajímavě pohovořila o všech činnostech
centra a poskytla nám všem nejen pře-
hled, ale i zajímavé materiály centra.
Také děkujeme paní lektorce angličti-
ny a studentům, kteří nás nechali na-
hlédnout „pod pokličku“ jejich společ-
né práce.

Je za Vámi vidět spousta smyslupl-
né práce, a my ještě jednou děkujeme
za možnost toto vše osobně vidět. Vaše
prospekty rozdám i dalším studentům
kombinovaného studia a třeba některý
z lektorů s Vámi naváže spolupráci.
Srdečně zdraví

Mgr. Květa Suchánková, Ph.D.

lektorka předmětu Vzdělávání dospě-
lých Akcent college

Děkujeme za umožnění příjemného poby-
tu s příjemnými lidmi na Šumavě. Lek-
toři jako vždy výborní, vstřícní. Ra-
bí vzkvétá, Sušice taky, okolí krásné.
Účastníci by mohli k příštímu progra-
mu o minulosti říct hodně. Ještě jed-
nou dík,

Stockingerová

Moc se těším na přednášky, krásný den
do Elpidy. Je to záslužná práce, kterou
děláte, a moc vám za to děkuji.

Naďa Mrňousová

Vážení přátelé z Elpidy,
přeji Vám pěkné a klidné vánoční svát-
ky a do dalšího roku 2017 hodně trpě-
livosti s námi „dříve narozenými“, tedy
staršími občany, kteří velice oceňují
Vaši práci a děkují za to. Jsme již bo-
hužel poněkud pomalejší. Je to složité,
být dříve narozený.

Děkuji, i když se moc nezúčastňuji Va-
šich akcí, protože stále ještě trochu
chodím do práce.

Ludmila Weiserová

Vážený pane Bartoši,
včera jsem vyjádřila poděkování za
přednášku, kterou Elpida zorganizova-
la s paní Jožkou Wenkeovou. Její před-
náška propojila všechny mé poznatky
za poslední dobu a jsem za ni veli-
ce vděčná. Na přednášku přijeli lidé
z celé republiky. Elpida by měla zvá-
žit otevření svých poboček i v jiných
městech, než je Praha. Děkuji vám všem
za vše, co děláte, za všechny seniory.
Je to skvělá a záslužná práce.
Krásný den všem v Elpidě a hodně slu-
nička v duši.

Naďa Mrňousová



Ráda bych poděkovala vedení ELPI-
DY za zajištění akce Vánoce s Elpidou
v Klatovech.

Velké poděkování patří paní Martě
Roubalové. Doprovázela nás na všech
akcích po všechny dny. Krásné byly je-
jí připravené, promyšlené hodiny cvi-
čení. Občas to bylo pro nás trochu těž-
ké, ale i poučné a veselé. Naučili jsme
se poznávat své tělo, dozvěděli jsme
se, proč a jak máme cvičit. Viděli jsme,
jak se stále lepšime. Mnozí z nás bu-
dou dál cvičit, a hlavně se budeme tě-
šit na další setkání s ní.

Přeji všem členům v Elpidě do r. 2017
hodně zdraví, štěstí a úspěchů ve vaší
zdárné práci. Zdravím všechny do El-
pidy!

Dagmar Formanová

Dobrý den, blíží se konec „plodného“
roku s Vámi, Elpidou, a tak mi dovol-
te, abych Vám poděkovala za vše, co
pro nás děláte, organizujete - a tak
:-) a popřála Vám (a s Vámi i nám)
i do dalšího roku jen to dobré a hod-
ně zdraví.

J. Vachovcová

ponožky
od
babičky



ponožky od babičky

Ponožky od babičky v roce 2016

197 pletařek z celé ČR

8 377 párů ponožek

402 přijatých balíků s ponožkami

od pletařek

305 odeslaných balíků s vlnou

a etiketami pro pletařky

5477 párů ponožek prodáno

firmám pro jejich zaměstnance

2 900 párů ponožek prodáno na trzích

8 workshopů Hladce obrace

v Praze, Brně, Plzni, Ústí nad Labem

Sbíráme a recyklujeme starou nepotřebnou vlnu a zaměstnáváme „babičky ponožkářky“, které z ní pletou originální teplé ponožky. Prodejem získáváme peníze nejen pro naše pletařky, ale i na další aktivity pro seniory v Centru Elpida. V současné době plete ponožky 197 žen z celé České republiky. Každá má jiný styl, vzniká tak nejpestřejší kolekce, každý pár je originál a jméno své autorky nese na etiketě. Ponožky prodáváme příležitostně na trzích především v předvánočním období. Dodáváme je také firmám, které je pak darují svým zaměstnancům a partnerům k Vánocům.

TEXT: BROŇA HILLIOVÁ FOTO: JAN BARTOŠ, KRYŠTOF KALINA



Děkuji za úžasné fusekle, jsou boží!

Dobrý den, konečně jsem se dostala k e-mailu!! Hned v pondělí ponožky došly, velmi děkujeme!! Děkujeme také za časopis - je velmi výživný!! Mates v ponožkách spí i v těchto skoro letních dnech, což, myslím, mluví za vše!! Děkujeme ještě jednou a těšíme se, až u vás v obchůdku přibudou nová trička - to už snad peníze zašleme správně!!

Vyřizují od své dcery pozdrav a poděkování babičce Ševčíkové za pletené ponožky. Jsou krásné, dobře sedí a hřejí!

Jana Vysoká

Právě jsem vybalila z balíčku čtyři ponožky, které jsem koupila jako dárky k Vánocům (no dobře, jedny jsem si koupila pro sebe :-). Úplně mě dojalo, jak jsou všechny krásné - fakt tady dojetím normálně bulím! Nejradši bych si je nechala pro sebe všechny! Prosím, vyřídte babičkám Šourkové, Dvořákové, Novotné a Šorejšové (snad jsem jí nespletla jméno, na ponožkách není čitelné první písmenko), že jim strašně děkuji za úžasné fusekle, jsou boží! A rozhodně nejsou poslední, které jsem koupila (mám totiž pořád studený nohy:-). A vy děláte skvělou práci! Díky moc, přeji krásné Vánoce a přeji, ať se vše daří a ať děláte radost nejen seniorům, ale všem :-)

S pozdravem

Veronika Žáková

jana pavlíčková

296 párů ponožek z plzně

Sotva jsme si sedly ke stolu, vytáhla jehlice a během našeho rozhovoru upletla půlku zelenošedé ponožky. Hotový pár bude v pořadí dvě stě devadesátý šestý, který Jana Pavlíčková pro Elpidu od roku 2015 upletla. Voláme si, píšeme si maily, známe se, a tak si i v rozhovoru tykáme.

TEXT: BROŇA HILLIOVÁ FOTO: JAN BARTOŠ

Kde jsi vyrůstala?

V Plzni. Narodila jsem se a s přestávkou setrvávám ve svém rod-ném domě. Chvilí po svatbě jsme sice bydleli v centru Plzně, ale pak jsme se vrátili do domu po mých rodičích.

Kdo tě naučil plést?

Byla to moje maminka, ještě jsem ani nechodila do školy. Chodi-ly jsme pást kozu, já dostala do ruky jehlice a musela jsem se učit plést. Bylo to v padesátých letech, bylo mi asi 10 let a pletení mě strašně začalo bavit. Dost brzy jsem začala plést svetr, dodnes si pamatuju, že vlna se jmenovala Sport a byla za 30 korun 10 deka. Svetr byl ve třech barvách: vínové, zelené a žluté. Později jsem zača-la háčkovat i vyšívat.

Můžeš prozradit, jaké bylo tvoje povolání?

Jsem lékařka, mám specializaci na vnitřní lékařství. Na interní klini-ce jsem pracovala se současnou senátorkou Miladou Emmerovou, a co my jsme se tam navyváděly, hlavně na nočních službách. Např. jsme v půl druhé v noci zavolaly kolegům: „Tady vodárna, napusťte si vodu, budeme ji vypínat...!“ Spoustu legrace jsme si užily. Stýká-me se dodnes. Po mateřské dovolené jsem už nemohla sloužit, tak jsem nastoupila na transfuzní oddělení. A i tady byla zajímavá prá-ce, dělali jsme třeba testy otcovství, divila by ses, kolik otců vcho-vává „cizí“ děti. Byly tu také složité případy – ono se to nezdá, ale najít např. vhodnou krev pro konkrétního pacienta, je někdy docela oříšek. Krev se samozřejmě nevybírám jen podle krevních skupin, lidé mají různé protilátky, a někdy je opravdu hotová detektivka prop-racovat se ke shodě.

Povedlo se ti něco profesně, něco, na co jsi pyšná?

To jsem ještě byla na interně, dělala jsem na koronární jednotce. Na Štědrý večer přivezli paní z Rokycan s těžkou poruchou srdečního rytmu s následnou zástavou a my jsme ji úspěšně resuscitovali. Po mnoho let mi potom posílala k Vánocům pozdrav. A to prostě potěší.

Vím, že máš syna, ale nic nevím o tvém manželovi...

Jsem už 12 let vdova. Manžel byl operní pěvec. Jednou jsem byla na opeře, na Faustovi a Markétce, a tam se mu podařilo krásné vysoké C. Zavolala jsem mu, abych ho pochválila, a tak jsme se sezná-mili. Jak vidíš, byla jsem docela odvážná (smích). Náš syn vystudo-val matfyz, teď pracuje a bydlí v Praze, ale je zatím sám, takže na víkend jezdí normálně domů. Od malička vymetal operní scény – ge-ny se prostě nezapřou. Párkrát vytáhl i mě. Byli jsme v Mnichově, v Norimberku, v Berlíně, ve Vídni. V Plzni samozřejmě taky chodím do divadla.

Co je tvůj největší operní zážitek?

Do Berlína a do Mnichova jsme jeli na Slovenku – Editu Gruberovou, která momentálně žije ve Švýcarsku. Je asi jen o rok mladší než já a podle mě je to div přírody. Bude jí 71 let, a to je prostě soprán, to je něco tak nádherného! Viděla jsem ji v Elektře a Lucii z Lammer-mooru. V Berlíně jsme se pokoušeli na ni počkat a pozdravit ji, ale nepodařilo se nám to. To jsou pro mě obrovské zážitky.

V aktuálním čísle časopisu Vital jsme několika lidem položili otázku, jestli by něco změnili ve svém životě. Máš něco takového, co tě mrzí, že jsi třeba neudělala?



No tak, co mě mrzí... Mě vždycky lákala práva. Ale bohužel jsem měla staré rodiče a ti si přáli, abych studovala v Plzni. Neuměli si představit, že mě budou – tenkrát se říkalo „vydržovat“ na studiích v Praze. A tenkrát práva v Plzni ještě nebyla. A teď tu jsou, ale ne-stojí za nic. Říkám si, že by mi práva byla bližší. Nestěžuju si, ale kdybych se mohla svobodně rozhodovat, tak jsem skončila na prá-vech.

Když jsi byla mladá, přemýšlela jsi někdy o tom, co budeš dělat, až budeš v důchodu?

O tom jsem vůbec nepřemýšlela. Ale ruční práce byly pro mě celo-životní koníček. Háčkovala jsem hračky, když se objevil film Kuky se vrací, háčkovala jsem Kukyho. Rozdávala jsem je v práci, každý ho chtěl mít. Než jste se objevili na obzoru vy, pletla jsem z malých zbytků i svetry. Dokud jsem chodila do práce, pletla jsem pro kole-gy. Teď jsem doma už 10 let, takže to s odbytem začalo být složitěj-ší. A pak jsem objevila vás.

Jak pleteš?

Baví mě vymýšlet, co upletu – vzor, kombinace barev. Vždycky uple-tu jednu ponožku, protože ta mě baví a do té druhé se mi nechce. A začnu plést a vymýšlet zase jinou. Pak mám napletených 5 rů-ných ponožek a doplétám k nim do páru. Nerada plýtvám mate-riálem, snažím se vždycky materiálu přizpůsobit. Když mám klubko, z kterého upletu celý pár, nikdy vlnu nestříhám, to by mi přišlo hroz-ně líto.

Často jezdíš na naše workshopy, dokonce přijedeš z Plzně do Prahy. Co tě na tom baví?

Vždycky se tam něco naučím od ostatních pletařek. Minule mi paní Melicharová ukázala způsob zakončení, který od té doby používám. Posledně jsem ve Veletržním paláci „vyfasovala“ dvě děvčata, Slo-venky, byly z Národního divadla. Neuměly vůbec plést. A když odchá-zely, hladce obrace hravě zvládaly. „Asi si vás pozveme do Národní-ho divadla,“ loučily se se mnou.

Jak jsi se o nás dozvěděla?

Jednou odpoledne jsem neprospala TV pořad Sama doma a viděla jsem tě s paní Hrobařovou mluvit o ponožkách. Nelenila jsem, po-slala jsem ti mail a už jsem tam byla. Druhý den jsi mi volala. Bylo to v prosinci 2015. Od té doby jsem upletla 295 párů ponožek.



old's
cool



old's cool 2016

IV. ročník mezigenerační přehlídky

Praha, Brno, Olomouc

11 akcí v Praze

2 akce v Brně

7 akcí v Olomouci

9 kurátorů / spolupořádajících organizací

29 účinkujících umělců

12 pletařek Ponožek od babičky

25 členek sboru Elpida

3 500 návštěvníků

6 partnerů

7 mediálních partnerů

141 mediálních výstupů

TEXT: BROŇA HILLIOVÁ FOTO: JAN BARTOŠ,
KRYŠTOF KALINA, BET ORTEN, JIŘÍ ŠEDA
ZDROJ: WWW.FASHIONBOOK.CZ



Čtvrtý ročník OLD'S COOL 2016

se odehrál na přelomu září a října 2016 a představil opět výjimečné seniorské osobnosti, vzory i velké životní příběhy, mezigenerační projekty a inspirativní myšlenky, které bavily širokou veřejnost v Praze, Brně a Olomouci. K hlavním lokacím patřila Národní galerie v Praze – Veletržní palác, Národní knihovna ČR – Klementinum, pražská Náplavka, otevřený ateliér Z pokoje do pokoje Florenc, Centrum Elpida, připojila se brněnská Praha v Brně (Moravská galerie v Brně) a olomoucký Konvikt. Ve dnech 15. 9. – 6. 10. 2016 proběhlo celkem 11 akcí v Praze, 2 v Brně a 7 akcí v Olomouci. K nejúspěšnějším patřila přehlídka a koncert známé elektronické písničkářky Never Sol a sboru Elpida v Národní galerii v Praze, výstava fotografií Bet Orten na pražské Náplavce, koncert Bonuse a sboru Elpida v Olomouci a debaty ČRo Generation What x OLD'S COOL v Praze a Olomouci, které se odehrávaly v přímém přenosu. Obrovský zájem budily mezigenerační rukodělné workshopy prezentující úspěšný projekt Ponožky od babičky.

Co chceme?

Česká republika, podobně jako jiné země západní Evropy, stárne – počet obyvatel starších 65 let narůstá, a tato změna se odehrává i v kultuře, která klade důraz na mládí a rychlost. Těmito změnami prochází Praha i ostatní česká města, kde je potřeba budovat harmonické a solidární prostředí a atmosféru na pevných a vzájemně obohacujících mezigeneračních vztazích. Přehlídkou OLD'S COOL chceme poukázat na to, že stárnutí není spojené jen s nemocemi, fyzickým strádáním, chudobou či ekonomickou závislostí na mladších. Většina seniorů nepotřebuje naši lítost, soucit či intenzivní péči. Představují mnohem rozmanitější společenskou skupinu než tu, která je prezentovaná současnými médii. Mnoho seniorů si zaslouží náš respekt a pozornost pro jejich bohaté zkušenosti a to, čeho v životě dosáhli. OLD'S COOL chce změnit stereotyp myšlení široké veřejnosti a přispět k pozitivní změně veřejného mínění o stárnutí, zlepšit přirozené postavení seniorů v naší společnosti, podpořit mezigenerační diskusi a posílit společenské mezigenerační vazby. Prezentuje proto seniory jako inspirativní osobnosti, ikony, hvězdy, úspěšné a zralé lidi s bohatými životními příběhy. Věříme, že právě takový obraz procesu stárnutí a seniorů pomůže této generaci posílit naději a sílu v nich samých a zároveň podpoří harmonické mezigenerační vztahy založené na porozumění a solidaritě.

jaký smysl má stáří?

Čím začala vaše spolupráce?

Veronika: Mám dojem, že mě Marie s Broňou oslovily na módním dni festivalu OLD'S COOL. Marii jsem znala už dříve z hudebního prostředí a o OLD'S COOL jsem zaslechla v souvislosti s aktivitami Mary C od nás z Radia Wave. S Broňou jsem se myslím seznámila až díky spolupráci na konkrétním projektu a zjistila jsem, že je moc fajn.

Broňa: Je to tak, Veroniku jsme oslovili, protože jsme hledali někoho, kdo se aktivně zabývá módou, osobně se mi líbilo, že se zaměřuje na tu lokální a české textilky. Móda je obor, který je podle mě spojován nejvíc s mládím, krásou a svěžestí. Přišlo mi, že když se nám právě na tomto poli podaří ukázat, že i starší žena může vypadat skvěle, tak myšlenka „old is cool“, tedy pozitivního vnímání stáří, zasáhne hodně lidí.

Na co se ve stáří nejvíc těšíte a jak si ho představujete?

Veronika: Moje idealistická představa je, že se s manželem odstěhujeme na Šumavu a já budu doplňovat knihovnu čtením o umění a spíž marmeládami a kompoty. Přesně tak, jak to bývalo, dokud ještě domu a zahradě vládla moje babička. Těším se na to, že uvidím věci s větším nadhledem a klidem, alespoň v to doufám.

Broňa: Je to docela blízko, představy střídá realita, chtěla bych cestovat, manželův sen je žít pár let v Africe. Tak možná? Že bych přečetla knihy, které se mi kupí v knihovně? A třeba v té Africe? Nemám to úplně vymyšlené...

Jak by se o stáří mělo mluvit ve veřejném prostoru?

Broňa: Nechci dávat žádné návody, ale řekla bych, že jsme si v Elpidě našli docela hezkou cestu. Ostatně i OLD'S COOL je toho důkazem. Podívejte se na výstavu Slow Up na Náplavce, kde na velkoformátových fotografiích Bet Orten vidíte vedle sebe mladou a starší modelku. Je to trochu nečekané, pro někoho překvapivé. Výstava budí pozornost a vyvrací většinový názor na stáří a seniory. V Elpidě se setkáváme se seniory denně a nejsou to žádní staroušci hodní politování, ale lidé, kteří si zaslouží respekt a obdiv za to, co v životě dokázali.

Co je vlastně smysl stáří?

Veronika: Je to přirozená součást života. Čas, kdy bychom teoreticky měli sklízet, co jsme si během života zaseli. Když do toho mají senioři chuť, mohou být svými zkušenostmi a rozvahou velkou oporou pro mladší generace, které se vznáší na obláčcích prvních úspěchů nebo si lámou zuby na počátečních prohrách.

Broňa: Máš pravdu, je to etapa, která nás čeká všechny, pokud máme štěstí. Jaký život, takové stáří. Aktivní lidé si v určité míře zachovají aktivitu do konce života, a nemluvím jen o té fyzické, to někdy zdraví opravdu nedovolí, ale o zájmu o věci a otevřenosti.

Jaké je poselství festivalu OLD'S COOL?

Veronika: Že lidé i věci, co už hodně pamatují, září hlubší krásou a mohou nám toho hodně sdělit a přinést.

Broňa: Chceme ukázat, že stáří může být docela fajn a místy i zába-va, záleží na každém z nás.

Myslíte, že člověk, kterého se stáří týká, pochopí tuhle akci?

Veronika: Myslím, že starší generace mají k pomalé módě a recyklaci mnohem blíž než mileniálové, kteří vyrostli v době obchodáků



a řetězců plných nonstop slev. Stačí jen natuknout, že jde o využití a přepracování něčeho, co už máme, a hned vysypou spousty praktických příkladů z vlastního života.

Broňa: Starší člověk, který na akci přijde jako divák, uvidí zpívat seniorský pěvecký sbor, tedy své vrstevníky, s mladou zpěvačkou, uvidí své vrstevníky předvádět modely mladých designérů nebo pózovat na módních fotografiích. To může být inspirativní, ne? Nehledě na to, jak moc tyto akce baví seniory a seniorky, kteří jsou do nich zapojení. O smyslu nepochybuji.

Kdy začíná stáří?

Veronika: Asi když si to člověk připustí.

Broňa: Přesně tak, jak se kdo cítí. Velkým zlomem je samozřejmě odchod do důchodu a ztráta jakéhosi společenského statusu. Záleží pak na každém, jak si s tou situací poradí. Řešení je nasnadě, vidíme to denně v Elpidě, jsou to koníčky, vzdělávání, rodina a přátelé. Samozřejmě to předpokládá aspoň relativně dobré zdraví.

A co dál?

Broňa: Doufám, že i pro příští ročník vymyslíme podobnou akci. Velkým hitem jsou mezigenerační workshopy spojené s pletením – projekt Ponožky od babičky. Chtěla bych je pořádat po celou sezonu, ideálně ve spolupráci s Veronikou.

Veronika: Ráda bych dál dělala věci, které mají smysl nejen pro mě, ale i pro ostatní. Je skvělé, když ve spolupráci s nadšenými a kreativními jedinci vzniká něco nového. Líbí se mi, když se propojují lidé z různých oblastí a posouvají v nějakém smyslu hranice věcí nečekanými směry.

Zpěvačka Sára Vondrášková aka Never Sol vydala nový klip k písni NUR. Zpívá ji společně se sborem seniorek Elpida, který v minulosti spolupracoval už s kapelou Please the Trees nebo Jiřím Suchým. Píseň vznikla k příležitosti letošního ročníku mezigenerační přehlídky OLD'S COOL 2016. „Píseň i klip je o zlomovém bodu v životě člověka, v rámci kterého si uvědomí, kdo je, a je nucen se srovnat sám se sebou. O smíření a sebedpřijetí, které je důležitým tématem pro každého člověka napříč generacemi,“ říká Vondrášková o písni. „Na práci se sborem Elpida je pro mě nesmírně silné a důležité to, jak je ze všech sboristek cítit velká vášeň, nadšení, a hlavně životní elán a hravost.“ Zdroj: www.idnes.cz

A jak si ho představujete? Nejen na to nám odpověděla Broňa Hilliová z Elpidy a moderátorka Rádía Wave Veronika Ruppert, které společně připravují mezigenerační festival OLD'S COOL.

TEXT: ANIT



antikvariát elpida

KNIHY

Antikvariát Elpida vznikl na jaře roku 2013, kdy jsme vyhlásili sbírku nepotřebných knih. Knihy se začaly scházet, po jedné po dvou, po taškách i celých knihovnách. Dnes jsou jich stovky. Celé 20. století v pamětech, faktografiích, encyklopediích, románech, cestopisech, ale i v běžných příručkách a průvodcích. Řada z nich zaujme nejen svým obsahem, ale také výtvarným pojetím obálek, ilustrací a typografií. Knihy pečlivě třídíme, některé vystavujeme, jiné prodáváme na ulici i v kavárnách a výtěžkem z prodeje podporujeme fungování Centra pro seniory.

Kupbook na Knihexu – 20. 6. 2016, ostrov Štvanice

Knihy se těžko vystavují je výstavní cyklus, který se věnuje významným českým poválečným knižním výtvarníkům, grafikům a typografům a představuje knihu jako výtvarný objekt. Cyklus je připravován pod kurátorským vedením Martina Hůly a v úzké spolupráci s Archivem výtvarného umění. V roce 2016 jsme společně uspořádali 2 výstavy.

VÝBĚR Z ANTIKVARIÁTU ELPIDA

5. 2. – 22. 4. 2016

Vstupní hala a kavárna Centra Elpida

Text: Martin Hůla

Toho Balzaca, Lewise, Brechta nebo Čechova už jste četli? Dobře. A už jste si ho i dobře prohlédli? Knihu totiž netvoří jenom text – je to složité výtvarné dílo, kde každý prvek (i malý detail) je důležitý a může mít podstatný vliv na to, jak vnímáme samotný textový obsah. Začíná to samozřejmě obálkou, která napovídá, o co asi v knize půjde. Předšádky a titulní list připravují potřebnou atmosféru, vhodně zvolený typ písma a jeho uspořádání dokáží text odlehčit nebo zdůraznit jeho vážnost. K tomu se přidávají pochopitelně ilustrace, ale důležitou roli má v knize i prázdné místo nebo druh a grafický papír.

Aniž bychom si to pořádně uvědomovali, tak dvě různá vydání stejného textu představují dva odlišné čtenářské zážitky. Vybrali jsme z Antikvariátu Elpida knihy několika významných českých knižních grafiků: Jaroslava Švába, Zdenka Seydla, Libora Fáry, Adolfa Borna a dalších. Mnohé z těchto vydání pravděpodobně znáte, ale zkuste se na ně podívat jinými očima – jako na výtvarná díla, zasazená v souvislostech edic i kontextu další dobové knižní grafiky. Potom uvidíte, že tak komplexní artefakty, jako jsou knihy, se za sklem vitriny plnohodnotně vystavují opravdu těžko.

KNIHY SE TĚŽKO VYSTAVUJÍ – Zdenek Seydl

14. 9. vernisáž výstavy a křest publikace Zdenek Seydl a knihy

15. 9. – 29. 10. 2016

Národní knihovna ČR Klementinum

Tvorba Zdenka Seydla (1916-1978) je jedinečná nejen svým rozsahem – výtvarnou podobu dal stovkám knih – ale především nezměnitelným rukopisem. Seydlovy obálky jsou hravé a nespoutané, navzdory představě, kterou máme o temné době jejich vzniku. Je paradoxní, že v kontextu dnešní doby působí Seydlovo knižní dílo ještě neuvěřitelněji a aktuálněji.

Knižní tvorby Zdenka Seydla jsme se dotkli už v roce 2013, kdy jsme uspořádali úplně první výstavu cyklu Knihy se těžko vystavují v Café Neustadt. Dnes jsme o kus dál. Spolupřadatel výstavy Archiv výtvarného umění jako první zpracoval celou knižní tvorbu Zdenka Seydla a ke stému výročí jeho narození vydal rozsáhlou monografii Zdenek Seydl a knihy. Pokřtili jsme ji v rámci vernisáže v Klementinu.





sbor elpida

SMS OD SBORMISTRYNĚ ZUZANKY:

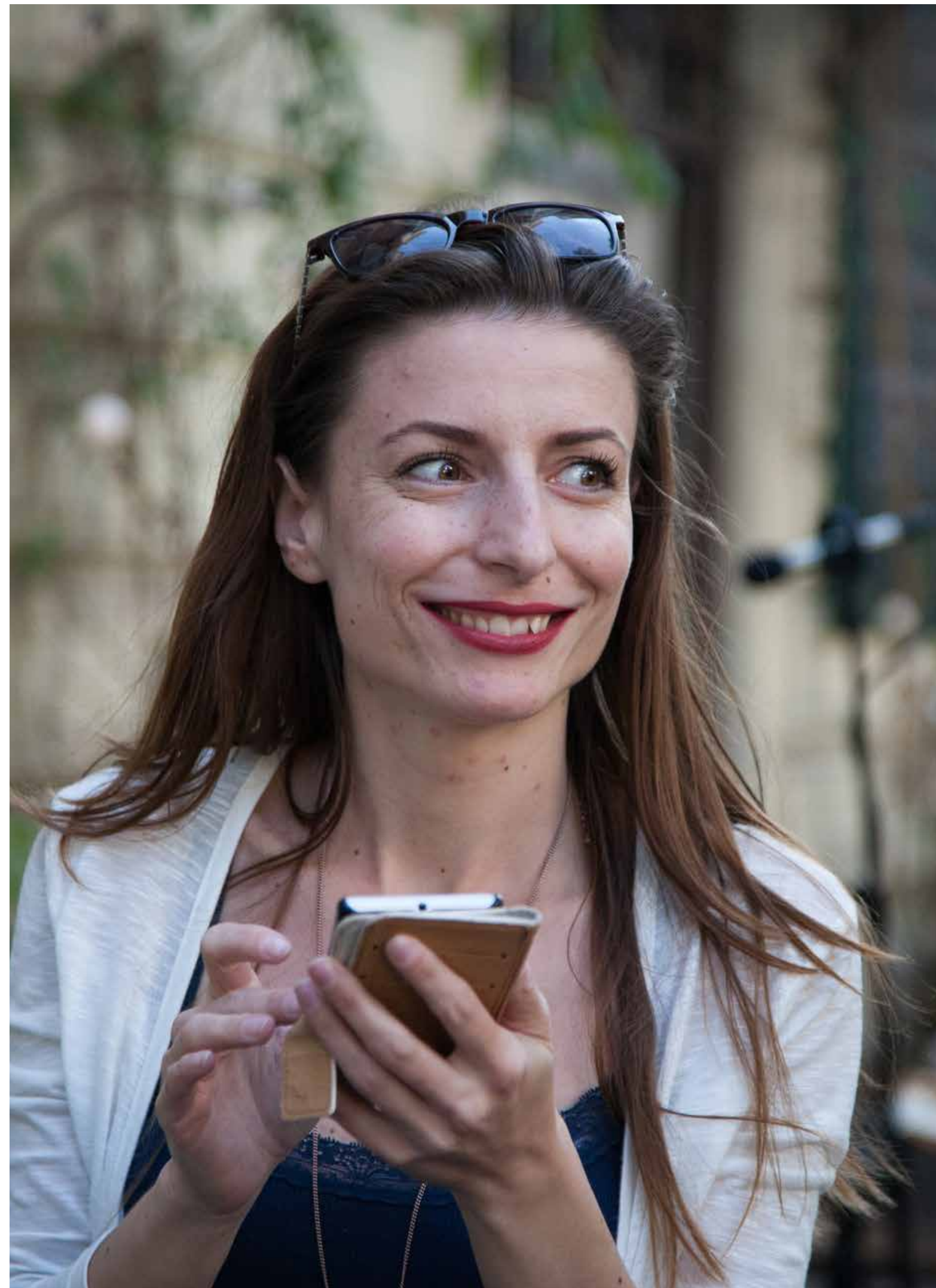
Holky moje, zvládly jste to, byly jste skvělé, teď už z vás jsou skoro profesionálky :), i když padáte na hu.. a je vám špatně, když se vleze na jeviště, musí člověk vždy zářit... Jsem na vás hrdá!!! Pusu a šťastnou cestu. Čekám na vlak. PS: promiňte mi, zda jsem na vás dnes byla hustá, ale jsem úplně dead, Pusu a regenerujte, napište, že jste ok, až budete doma. Pusu Z.

KDE JSME VYSTUPOVALY V ROCE 2016:

- 26. 2. Please The Trees & Elpida fotografujeme se na plakát, Dalejské údolí, foto, Martin Faltejsek
- 15. 4. Please The Trees & Elpida, koncert na festivalu Finále Plzeň
- 21. 4. vystoupení sboru na zlaté svatbě manželů Krásových
- 11. 5. Václav Havelka & Elpida, natáčení videa pro OLD'S COOL 2016, Kavárna pod Lipami
- 22. 5. Václav Havelka & Elpida, koncert Le Market v Mánesu
- 6. 6. Never Sol & Elpida v nahrávacím studiu
- 16. 6. Elpida & Kühňata, KC Novodvorská
- 30. 6. Never Sol & Elpida, natáčení videoklipu k písni NUR, Dalejské údolí, režie, Štěpán FOK Vodrážka
- 29. 8. sbor Elpida na vernisáži fotografií Bet Orten Slow Up, Náplavka Rašínovo nábřeží
- 10. 9. Please The Trees & Elpida v Nelahozevsi
- 17. 9. Elpida & Kühňata, Zažít Podolí jinak
- 21. 9. Never Sol & Elpida, Studio Session Radia Wave
- 24. 9. Never Sol & Elpida, OLD'S COOL 2016 Praha, Slow Up, Národní galerie v Praze, Veletržní palác
- 1. 10. Never Sol & Elpida, OLD'S COOL 2016 Brno, Slow Up, Praha – Fórum pro architekturu
- 5. 10. Elpida s Bonusem, Rožnov pod Radhoštěm
- 6. 10. Elpida s Bonusem, OLD'S COOL 2016 Olomouc, Konvikt
- 15. 11. Never Sol & Elpida, palác Akropolis
- 4. 12. Never Sol & Elpida, kino U Hradeb, Praha
- 14. 12. vystoupení sboru na Vánočních trzích O2

Říkají jim rockové babičky, zpívající babičky, různě. Pro nás je sbor Elpida parta pětadvaceti „holek“. Jsou s námi od roku 2010, v různých sestavách zpívaly na velkých letních festivalech, v klubech, na předávání různých cen. Na pódiu stály se spoustou hvězd, pro sbormistryni Zuzku Seibertovou jsou však těmi největšími právě „její babičky“. Není na ně sama, velmi jí pomáhá i druhá sbormistryně Iva Fenglová.

TEXT: BROŇA HILLIOVÁ,
FOTO: VĚRA FIŠBACHOVÁ, BET ORTEN,
JAN BARTOŠ, MARTIN FALTEJSEK,
KRYŠTOF KALINA, RADEK BROUSIL, JIŘÍ
ŠEDA





SBOR ELPIDA OČIMA NAŠÍ KRONIKÁŘKY A FOTOGRAFKY VĚRKY FIŠBACHOVÉ

Byl to bezvadný rok, hodně zajímavých úspěšných koncertů a vystoupení. Za vše mluví i to, že tři děvčata, která ukončila docházku, se opět vrátila do našeho sboru.

Velké díky Elpidě, Broně, Zuzance. Všem, kteří s námi vystupovali a natáčeli a dali nám tu možnost zúčastnit se. Za jejich trpělivost, občas to s námi bylo náročné. Také díky Ivance Fenglové, která se nás ujala, když Zuzanka nemohla. Je to úžasný pocit, že i v našem věku dokážeme rozdávat lidem radost a pohodu.

Kéž je i příští rok tak úspěšný, plný zajímavých vystoupení, akcí a koncertů!!!

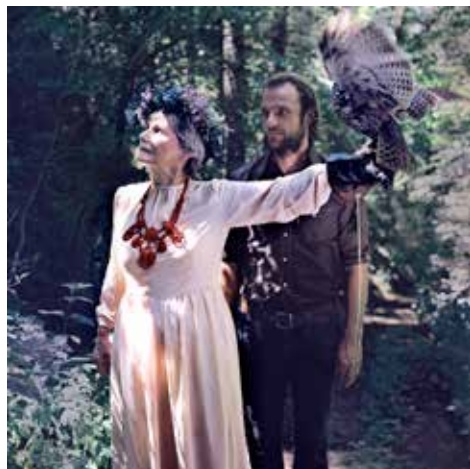


vlasta beranová jako edith piaf

Zpěv může změnit život. A to doslova. Vlasta Beranová, členka sboru Elpida od roku 2010, vypráví o tom, jak ovlivnil ten její.



Přišla jsem do sboru, díky kterému jsem potkala Jiřího Suchého, Pavla Bobka, Václava Neckáře, Jana Buriana. V tomhle věku potkat tyhle osobnosti, a ještě k tomu s nimi zpívat, to je přece ohromný zážitek! Báječný pocit jsem měla u Jana Buriana, já bych si s ním tak ráda ještě někdy zazpívala, je totiž i lidsky moc prima člověk.



Musím říct upřímně, já jsem si stárí nikdy nepřipouštěla. Vím, je to taky díky tomu, že jsem zdravá a zatím pohyblivá. Co chudáci lidé, co zdraví nemají! Proto si ho strašně vážím. Taky mě udržuje v kondici, že v domě nemáme výtah, denně dělám 88 schodů nahoru a 88 dolů, a to někdy i třikrát denně. Ale než jsem začala chodit na zpěv, před sedmi lety, cítila jsem se skoro starší než teď. Mě zpěv strašně nabíjí. Já se do Elpidy těším, chodím sem jako domů, prostředí je mi blízké, kolektiv je prima. Chodím sem pro radost.



Když mi bylo asi 10 let, začala jsem chodit do Kühnova sboru. Přijímal mě starý pan Kühn s manželkou, zkoušeli nás u klavíru. Chodila jsem tam 5 let. Jezdili jsme po celé republice, hráli jsme v Mariánkách, měli jsme soustředění s Francouzi v Jablunkovském průmysku. Zpívali jsme v Národním divadle v Jakobínu, v Carmen, v Honzově království. Stála jsem vedle pana Hakena i Iva Žídka, vedle Marie Tauberové. V dospělosti už jsem ale nezpívala, nastaly takové složitější životní etapy. Zůstala jsem sama s dětmi, učila jsem na základce, bylo toho hodně a na zpěv nezbyl čas. To až teď s Elpidou.



Mně se, stejně jako většině holek, zpívá nejlíp s Vaškem Havelkou, už to máme absolutně zažitý! Navíc mi angličtina není cizí. Mě to na koncertech vždycky tak chytne, že se úplně omladím, pak jdu úplně nadšená domů se spoustou zážitků.



Píšu si už dlouho svoje paměti, mám spoustu kratounek povídek. Vzpomínky z dětství, zážitky s bratrem, s dědečkem. Jsem rodilá podolačka, takže všechno je situované do Podolí. Zatím jsem zůstala jen u dětství a u hezkých zážitků. Kromě toho zapisuju významné události prakticky každý den – narozeniny, svátky, divadla, koncerty, festivaly, sbor. Jsou to hodně osobní věci z rodinného života a mezi tím všechno, co jsme zažily s Elpidou a se sborem, koncerty, zkoušky. Píšu souvisle plných 10 let.



Na sboru mě překvapilo a беру to jako skvělý nápad, že vedení Elpidy propojilo nás, staré baby, s mladými hudebníky. Ze začátku bych si myslela, že to nemůže fungovat. Ale když vidím, že nás mladí v těch klubech a na festivalech berou s nadšením, tak jsem pochopila, že to má smysl. Většinou si mladí o nás starých myslí, že jsme zapšklí, že si pořád na něco stěžujeme a díváme se na svět škarohlídky. Ale náš sbor tohle úplně vyvrací. Beru to jako jeden ze zázraků, který se mi mohl udát ještě na konci života. Já se těším na každíčky vystoupení, získala jsem tady hodně kamarádek, mám prima vztahy se všemi. A беру jako zázrak, že to funguje.



Vždycky jsem si málo důvěřovala a to mě svazovalo, protože jsem toho spoustu uměla, ale neuměla jsem to, jak se říká, prodat. I díky sboru se mi to podařilo změnit. Získala jsem sebedůvěru.



Jsem optimistka a přes to všechno těžké, co se mi událo v osobním životě, se umím radovat z maličkostí, každý den se na něco těším. Každý den mám malý plán, něco, co chci splnit, protože mám zatím dost energie, a to je něco, co mě drží. K tomu neskutečně přispívá i ten sbor. Vždycky, když takhle zpíváme někde venku na chodníku, říkám si: „Bóže, jsem jak Edith Piaf, zpívám na ulici!“





děkujeme za vaši podporu

Ministerstvo práce a sociálních věcí podporuje ze státního rozpočtu Linku seniorů

Magistrát Hlavního města Prahy podpořil v roce 2016 hned několik projektů: Linku seniorů, projekty Mosty, Stoletý život s Elpidou a čtvrtý ročník mezigeneračního OLD'S COOL festivalu.

Nadační fond Avast je hlavním partnerem Linky seniorů od roku 2013. V roce 2016 byl už potřetí hlavním partnerem mezigeneračního OLD'S COOL festivalu a nově také časopisu Vital.

Nadace O2 je hlavním partnerem Linky seniorů od roku 2008, v roce 2016 uhradila volání klientů, přispěla na úhradu dalších nákladů spojených s provozem Linky seniorů, finančně podpořila druhý ročník tabletových kurzů v Centru Elpida – Tablet akademie s O2, a čtvrtý ročník mezigeneračního OLD'S COOL festivalu.

Mgr. Karel Janeček, MBA, PhD. podporuje čtvrtým rokem jako hlavní partner časopis Vital.

Výbor dobré vůle Nadace Olgy Havlové podpořil pohybové kurzy v Centru Elpida a distribuci časopisu Vital.

Ministerstvo zdravotnictví ČR podpořilo projekt Stoletý život s Elpidou.

Novartis podpořil pohybové kurzy a přednášky o zdraví v Centru Elpida.

KPMG podpořilo kurzy finanční gramotnosti v Centru Elpida.

Městská část Prahy 4 podpořila provoz Centra Elpida.

Městská část Prahy 10 podpořila projekt Aktivní a zdraví seniorů z Prahy 10.

Městské části Praha 2 a Praha 7 podpořily čtvrtý ročník OLD'S COOL festivalu.

ZOOT, a.s. podpořil v rámci svého projektu DOBRO prodej Ponožek od babičky a triček OLD'S COOL.

JT International podpořil tréninky paměti v Centru Elpida.

Unruhe Privatstiftung Sozial Marie podpořila projekt Ponožky od babičky.

Monse s.r.o. podpořilo provoz Elpida, o.p.s..

Nadace Nova podpořila Linku seniorů.

Fórum dárců přes DMS jsme přijali více než 16 tisíc korun od individuálních dárců na podporu projektů Linky seniorů a časopisu Vital.

Děkujeme všem individuálním dárcům Elpidy a téměř tisícovce čtenářů časopisu Vital za finanční podporu.

Nadace O₂



ekonomická činnost

NÁKLADY NA PROJEKTY V TIS. KČ	
Centrum pro seniory	3 052
Linka seniorů	3 639
Časopis Vital	1 594
Veřejné akce	908
Market	980
celkem	10 173

PŘEHLED ROZSAHU VÝNOSŮ V ČLENĚNÍ DLE ZDROJŮ V TIS. KČ	
kurzovné	1 623
otištěná reklama v časopisu Vital plus	393
tržby z prodejů	1 351
dary ve výnosech	2 486
dotace MPSV	2 201
dotace MHMP	819
dotace Ministerstvo zdravotnictví	220
dotace MČ Praha 4	200
dotace MČ Praha 10	40
dotace MČ Praha 2	20
dotace MČ Praha 7	10
ostatní	129
celkem	9 492

PŘEHLED DÁRCŮ V TIS. KČ	
Nadační fond AVAST	850
Mgr. Karel Janeček, PhD., MBA	249
Nadace O2	272
O2 Czech Republic a.s.	566
ZOOT, a.s.	51
Novartis, s.r.o.	30
NF JT	30
IT International	41
Maestro	47
Unruhe Privatstiftung SozialMarie	53
Monse s.r.o.	20
Nadace NOVA	25
stovky drobných dárců	252

celkem	2 486
---------------	--------------

ROZVAHA pro nevýdělečné organizace v plném rozsahu

ke dni: 31.12.2016 (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.

Dle vyhlášky č. 504/2002 Sb.
Sestaveno dne: 31.3.2017
Osoba odpovědná za účetnictví (jméno a podpis)
Ing. Petula

Osoba odpovědná za účetní závěrku (jméno a podpis)
Ing. Petula
tel.: 224231914

linka: Ing. ANTONÍN PETULA
Odpovědný záznam
Datum: 31.12.2016
15:48:45 -0200

Předmět podnikání
vzdělávání dospělých
Podpisový záznam

Označ.	AKTIVA	Začátek obd.	Konec obd.
A.	Dlouhodobý majetek celkem (A.I.+A.II.+A.III.+A.VI.)	150	111
A. I.	Dlouhodobý nehmotný majetek celkem (souč. A.I.1. až A.I.7.)	37	63
2.	Software	37	37
6.	Nedokončený dlouhodobý nehmotný majetek	0	26
A.II.	Dlouhodobý hmotný majetek celkem (souč. A.II.1. až A.I.10.)	1 050	1 006
3.	Stavby	60	60
4.	Hmotné movité věci a jejich soubory	990	946
A. IV.	Oprávky k dlouhodobému majetku celkem (souč. A.IV.1. až A.IV.11.)	-937	-958
2.	Oprávky k softwaru	-37	-37
6.	Oprávky ke stavbám	-13	-15
7.	Oprávky k samostat. hmot. movit. věcem a souborům hmot. movit. věcí	-887	-906
B.	Krátkodobý majetek celkem (B.I.+B.II.+B.III.+B.VI.)	2 510	2 291
B. I.	Zásoby celkem (souč. B.I.1. až B.I.9.)	48	49
7.	Zboží na skladě a v prodejnách	48	49
B. II.	Pohledávky celkem (souč. B.II.1. až B.II.19.)	530	969
B. II.1.	Odběratelé	123	334
4.	Poskytnuté provozní zálohy	407	588
5.	Ostatní pohledávky	0	47
B.III.	Krátkodobý finanční majetek celkem (souč. B.III.1. až B.III.8.)	1 943	1 286
B.III.1.	Peněžní prostředky v pokladně	16	83
3.	Peněžní prostředky na účtech	1 927	1 203
B. IV.	Jiná aktiva celkem (souč. B.IV.1. až B.IV.3.)	-11	-13
B. IV.1.	Náklady příštích období	12	16
2.	Příjmy příštích období	-23	-29
	AKTIVA CELKEM (A. + B.)	2 660	2 402

Označ.	PASIVA	Začátek obd.	Konec obd.
A.	Vlastní zdroje celkem (A.I.+A.II.)	1 441	861
A. I.	Jmění celkem (souč. A.I.1. až A.I.3.)	948	1 542
A. I. 1.	Vlastní jmění	806	1 400
2.	Fondy	142	142
A. II.	Výsledek hospodaření celkem (souč. A.II.1. až A.II.3.)	493	-681
1.	Účet výsledku hospodaření	0	-681
2.	Výsledek hospodaření ve schvalovacím řízení	493	0
B.	Cizí zdroje celkem (B.I.+B.II.+B.III.+B.VI.)	1 219	1 541
B.III.	Krátkodobé závazky celkem (souč. B.III.1. až B.III.23.)	1 033	1 394
B.III.1.	Dodavatelé	247	343
4.	Ostatní závazky	82	124
5.	Zaměstnanci	173	241
7.	Závazky k institucím soc. zabezpečení a veř. zdrav. poj.	68	105
9.	Ostatní přímé daně	19	35
10.	Daň z přidané hodnoty	43	130
22.	Dohadné účty pasivní	401	416
B. IV.	Jiná pasiva celkem (souč. B.IV.1. až B.IV.3.)	186	147
B. IV.1.	Výdaje příštích období	170	126
2.	Výnosy příštích období	16	21
	PASIVA (A. + B.)	2 660	2 402

Dle vyhlášky č. 504/2002 Sb.

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY pro nevýdělečné organizace

ke dni: 31.12.2016 (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.

v plném rozsahu
Sestaveno dne: 31.3.2017
Osoba odpovědná za účetnictví (jméno a podpis)
Ing. Petula

Osoba odpovědná za účetní závěrku (jméno a podpis)
Ing. Petula
tel.: 284688598

linka: Ing. ANTONÍN PETULA
Odpovědný záznam
Datum: 31.12.2016
15:51:05 -0200

Předmět podnikání
Ostatní vzdělávání
Podpisový záznam

Označení	NÁKLADY	Hlavní čin.	Hosp. čin.	Celk. čin.
A. I.	Spotřeb. nákupy a nakupované služby (A.I.1. až A.I.6.)	5 310	854	6 164
1.	Spotřeba materiálu, energie a ostat. neskladovaných dodávek	92	34	126
2.	Prodané zboží	14	556	570
3.	Opravy a udržování	14	0	14
4.	Náklady na cestovné	4	0	4
5.	Náklady na reprezentaci	36	0	36
6.	Ostatní služby	5 150	264	5 414
A.III.	Osobní náklady (A.III.10. až A.III.14.)	3 751	98	3 849
10.	Mzdové náklady	3 048	83	3 131
11.	Zákonné sociální pojištění	698	15	713
12.	Ostatní sociální pojištění	5	0	5
A. IV.	Daně a poplatky (A.IV.15.)	1	0	1
15.	Daně a poplatky	1	0	1
A. V.	Ostatní náklady (A.V.16. až A.V.22.)	48	10	58
22.	Jiné ostatní náklady	48	10	58
A. VI.	Odp., prod. maj., tv. a použ. rezerv (A.VI.23. až A.VI.27.)	82	19	101
23.	Odpisy dlouhodobého majetku	82	19	101
	NÁKL. CELK. (A.I.+A.II.+A.III.+A.IV.+A.V.+A.VI.+A.VII.+A.VIII.)	9 192	981	10 173

Označ.	VÝNOSY	Hlavní čin.	Hosp. čin.	Celk. čin.
B. I.	Provozní dotace (B.I.1.)	3 510	0	3 510
1.	Provozní dotace	3 510	0	3 510
B. II.	Přijaté příspěvky (B.II.2. až B.II.4.)	2 372	114	2 486
3.	Přijaté příspěvky (dary)	2 372	114	2 486
B.III.	Tržby za vlastní výkony a za zbožím	2 259	1 237	3 496
	VÝNOSY CELKEM (B.I.+B.II.+B.III.+B.IV.+B.V.)	8 141	1 351	9 492

C.	Výsledek hospodaření před zdaněním	-1 051	370	-681
D.	Výsledek hospodaření po zdanění	-1 051	370	-681

Elpida, o.p.s.
Na Strži 1683/40
Praha 4
IČ 27948706

Příloha v účetní závěrce k 31. prosinci 2016

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 v soustavě podvojného 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. Nebyla-li k požadovaným údajům učiněna poznámka, účetní jednotky se netýkají.

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: Mgr. Jiří Hrabě, ředitel

Správní rada

MUDr. Martina Dosedělová - předsedkyně
Prof. MUDr. Jan Švihovec, DrSc.
Doc.MUDr. Jan Bultas, CSc.
PhDr. Marie Ulrichová Hakenová
Mgr. Miroslava Frýdecká
Mgr. Jaroslav Hořejší

Dozorčí rada

Mgr. Jiří Slavíček
Mgr. Roman Šperker

Zakladatel: Nadační fond GSK

Účetní období: rok 2016

2. Použité obecné účetní zásady a 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 2016 dlouhodobý nehmotný majetek.
- d. Odpisy dlouhodobého nehmotného majetku
Dlouhodobý nehmotný majetek se účetně odepisuje po dobu stanovenou v interní směrnici.

DLOUHODOBÝ HMOTNÝ 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 2016 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 vykazuje zboží ve výši 49 tis. Kč, jedná se zejména knihy a drobné textilní výrobky.
- c. Zásoby pořízené bezplatně
OPS nemá v účetnictví ke konci roku 2016 zachyceny bezplatně pořízené zásoby.

POHLEDÁVKY

Pohledávky jsou oceňovány nominálními hodnotami.

KRÁTKODOBÝ FINANČNÍ MAJETEK

OPS k datu účetní závěrky vykazuje finanční prostředky v úhrnné výši 1 286 tis. Kč.

ZÁVAZKY

Závazky jsou oceněny nominální hodnotou.

3. Doplňující informace k rozvaze

DLOUHODOBÝ NEHMOTNÝ A HMOTNÝ 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 majetek v tis. Kč	stav 1.1.2016	přírůstky	úbytky	stav 31.12.2016
Nehmotný majetek:				
NM do 60 000 Kč	37			37
oprávky k NM	37			37
Stavby:				
Stavby	60			60
oprávky ke stavbám	13			15
Hmotný majetek				
HM do 40 000 Kč	990	37	81	946
oprávky k HM	887	81	100	906
Nedokončený majetek:				
nedokončený DNM		26		26

DLOUHODOBÝ FINANČNÍ MAJETEK

OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

POHLEDÁVKY

a. Přehled pohledávek

- dlouhodobé pohledávky0
- krátkodobé pohledávky969 tis. Kč

b. Pohledávky kryté podle zástavního práva

OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

OPRAVNÉ POLOŽKY

OPS nevykazuje k datu účetní závěrky opravné položky k splatným pohledávkám.

VLASTNÍ ZDROJE

Vlastní zdroje jsou ke konci roku 2016 vykázány ve výši 861 tis. Kč, jsou tvořeny vlastním jměním ve výši 1 400 tis. Kč, fondy ve výši 142 tis. Kč a účetní ztrátou ve výši 681 tis. Kč.

ZÁVAZKY

a. Přehled závazků z běžné činnosti

- dlouhodobé závazky0
- krátkodobé závazky343 tis. Kč

b. Závazky kryté podle zástavního práva

OPS k datu účetní závěrky nevykazuje.

DAŇ Z PŘÍJMŮ

Výsledkem hospodaření z hlavní činnosti je ztráta ve výši 1 051 tis. Kč, výsledkem hospodaření z hospodářské činnosti je zisk ve výši 370 tis. Kč. Účetní jednotka uplatňuje dle ustanovení §18a odst. 5 ZDP tzv. široký základ daně, nemá v roce 2016 daňovou povinnost. U příjmů z reklam, které jsou dle ustanovení §18a odst. 2 písm. a) ZDP vždy předmětem daně z příjmů, bylo využito ustanovení § 20, odst. 7 ZDP, daňová úleva činí 40 245 Kč.

ZÁVAZKY Z TITULU SOCIÁLNÍHO A ZDRAVOTNÍHO POJIŠTĚNÍ

Elpida vykazuje k 31. 12. 2016 závazky k PSSZ a ke zdravotním pojišťovnám v úhrnné výši 105 tis. Kč, které vznikly při zúčtování mezd za prosinec 2016 a byly uhrazeny začátkem roku 2017.

VZTAH KE STÁTNÍMU ROZPOČTU

Závazky ke státnímu rozpočtu z titulu zdanění zaměstnanců za prosinec 2016 ve výši 35 tis. Kč byly uhrazeny v řádných termínech v lednu 2017. Dále je evidován závazek z titulu DPH ve výši 130 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, kurzovným od účastníků rozličných kurzů a reklamou v časopisu.

OSOBNÍ NÁKLADY

průměrný počet zaměstnanců 32, z toho hlavní pracovní poměr 3 pracovníci

osobní náklady celkem	3 849 tis. Kč
z toho:	
mzdové náklady	3 131 tis. Kč
odměny orgánům o.p.s.	0 tis. Kč
sociální a zdrav. pojištění	713 tis. Kč
ostatní sociální pojištění	5 tis. Kč

ODMĚNA AUDITORA

Odměna auditora za povinný audit účetní závěrky za rok 2016 činila 22 tis. Kč.

5. Spřízněné osoby

Půjčky, záruky a ostatní plnění poskytnutá členům orgánů OPS (včetně plnění poskytnutých bývalým členům)

OPS k datu četní 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 nedošlo k žádné významné události.

8. Přijaté dary (bezplatné příjmy)

V roce 2016 přijala Elpida, o.p.s. dary (bezplatné příjmy) v peněžní formě od těchto dárců:

Přehled dárců v tis. Kč v roce 2016	
Nadační fond AVAST	950
Mgr. Karel Janeček, PhD., MBA	249
Nadace O2	272
O2 Czech Republic a.s.	566
ZOOT, a.s.	51
Novartis, s.r.o.	30
NF JT	30
JT International	41
Maestro	47
Unruhe Privatstiftung, SozialMarie 2016	53
Monse s.r.o.	20
Nadace Nova	25
stovky drobných dárců	252
celkem	2 586

9. Veřejné sbírky

Veřejná sbírka byla zřízena za účelem financování hlavní činnosti Elpidy, o.p.s. a byl pro ni zřízen samostatný sbírkový účet 2838425028/5500, na který zasílají dárci finance přímo nebo prostřednictvím DMS. V roce 2016 jde o stovky drobných dárců:

- Prostřednictvím DMS bylo vybráno 6 612 Kč, které byly využity na financování projektu Linka seniorů a vydávání časopisu Vital.
- Přímo na účet bylo zasláno 164 850,56 Kč od čtenářů časopisu Vital. Tyto prostředky byly využity na úhradu nákladů spojených s vydáváním časopisu Vital.

10. Zúčtování hospodářského výsledku

Hospodářský výsledek roku 2015, zisk ve výši 493 tis. Kč, byl zúčtován ve prospěch účtu Zúčtování hospodářského výsledku. Daňová úleva ze zdaňovacího období roku 2015 Kč byla použita na financování hlavní činnosti v roce 2016.

11. Sestavení účetní závěrky

Okamžik sestavení účetní závěrky je 31. 03. 2017

V Praze dne 31.03.2017

Ing. Antonín Petula

Ing. ANTONÍN
PETULA

Digitálně podepsal Ing. ANTONÍN
PETULA
Datum: 2017.06.19 18:40:52 +02'00'

ZPRÁVA NEZÁVISLÉHO AUDITORA

PRO SPRÁVNÍ RADU, STATUTÁRNÍ A DOZORČÍ ORGÁN SPOLEČNOSTI

Elpida, o.p.s.

IČ: 279 48 706

Výrok auditora

Provedla jsem audit přiložené účetní závěrky společnosti Elpida, o.p.s., (dále také „Společnost“) sestavené na základě českých účetních předpisů, která se skládá z rozvahy k 31. 12. 2016, výkazu zisku a ztráty za rok končící 31. 12. 2016 a přílohy této účetní závěrky, která obsahuje popis použitých podstatných účetních metod a další vysvětlující informace. Údaje o Společnosti jsou uvedeny na straně 1 přílohy této účetní závěrky.

Podle mého názoru účetní závěrka podává věrný a poctivý obraz aktiv a pasiv společnosti Elpida, o.p.s. k 31. 12. 2016 a nákladů a výnosů a výsledku jejího hospodaření za rok končící 31. 12. 2016 v souladu s českými účetními předpisy.

Základ pro výrok

Audit jsem provedla v souladu se zákonem o auditorech a standardy Komory auditorů České republiky pro audit, kterými jsou mezinárodní standardy pro audit (ISA), případně doplněné a upravené souvisejícími aplikačními doložkami. Moje odpovědnost stanovená těmito předpisy je podrobněji popsána v oddílu Odpovědnost auditora za audit účetní závěrky. V souladu se zákonem o auditorech a Etickým kodexem přijatým Komorou auditorů České republiky jsem na Společnosti nezávislá a splnila jsem i další etické povinnosti vyplývající z uvedených předpisů. Domnívám se, že důkazní informace, které jsem shromáždila, poskytují dostatečný a vhodný základ pro vyjádření mého výroku.

Ostatní informace uvedené ve výroční zprávě

Ostatními informacemi jsou v souladu s § 2 písm. b) zákona o auditorech informace uvedené ve výroční zprávě mimo účetní závěrku a moji zprávu auditora. Za ostatní informace odpovídá statutární orgán Společnosti.

Můj výrok k účetní závěrce se k ostatním informacím nevztahuje. Přesto je však součástí mých povinností souvisejících s ověřením účetní závěrky seznámení se s ostatními informacemi a posouzení, zda ostatní informace nejsou ve významném (materiálním) nesouladu s účetní závěrkou či s mými znalostmi o účetní jednotce získanými během ověřování účetní závěrky nebo zda se

jinak tyto informace nejeví jako významně (materiálně) nesprávné. Také posuzuji, zda ostatní informace byly ve všech významných (materiálních) ohledech vypracovány v souladu s příslušnými právními předpisy. Tímto posouzením se rozumí, zda ostatní informace splňují požadavky právních předpisů na formální náležitosti a postup vypracování ostatních informací v kontextu významnosti (materiality), tj. zda případné nedodržení uvedených požadavků by bylo způsobilé ovlivnit úsudek činěný na základě ostatních informací.

Na základě provedených postupů, do míry, již dokáži posoudit, uvádím, že

- ostatní informace, které popisují skutečnosti, jež jsou též předmětem zobrazení v účetní závěrce, jsou ve všech významných (materiálních) ohledech v souladu s účetní závěrkou a
- ostatní informace byly vypracovány v souladu s právními předpisy.

Dále jsem povinna uvést, zda na základě poznatků a povědomí o Společnosti, k nimž jsem dospěla při provádění auditu, ostatní informace neobsahují významné (materiální) věcné nesprávnosti. V rámci uvedených postupů jsem v obdržených ostatních informacích žádné významné (materiální) věcné nesprávnosti nezjistila.

Odpovědnost statutárního orgánu a dozorčí rady Společnosti za účetní závěrku

Statutární orgán Společnosti odpovídá za sestavení účetní závěrky podávající 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 (materiální) nesprávnosti způsobené podvodem nebo chybou.

Při sestavování účetní závěrky je statutární orgán Společnosti povinen posoudit, zda je Společnost schopna nepřetržitě trvat, a pokud je to relevantní, popsat v příloze účetní závěrky záležitosti týkající se jejího nepřetržitého trvání a použití předpokladu nepřetržitého trvání při sestavení účetní závěrky, s výjimkou případů, kdy statutární orgán plánuje zrušení Společnosti nebo ukončení její činnosti, resp. kdy nemá jinou reálnou možnost než tak učinit.

Za dohled nad procesem účetního výkaznictví ve Společnosti odpovídá dozorčí rada.

Odpovědnost auditora za audit účetní závěrky

Mým cílem je získat přiměřenou jistotu, že účetní závěrka jako celek neobsahuje významnou (materiální) nesprávnost způsobenou podvodem nebo chybou a vydat zprávu auditora obsahující můj výrok. Přiměřená míra jistoty je velká míra jistoty, nicméně není zárukou, že audit provedený v souladu s výše uvedenými předpisy ve všech případech v účetní závěrce odhalí případnou existující významnou (materiální) nesprávnost. Nesprávnosti mohou vznikat v důsledku podvodů nebo chyb a považují se za významné (materiální), pokud lze reálně předpokládat, že by jednotlivě nebo v souhrnu mohly ovlivnit ekonomická rozhodnutí, která uživatelé účetní závěrky na jejím základě přijmou.

Při provádění auditu v souladu s výše uvedenými předpisy je mojí povinností uplatňovat během celého auditu odborný úsudek a zachovávat profesní skepticismus. Dále je mojí povinností:

- Identifikovat a vyhodnotit rizika významné (materiální) nesprávnosti účetní závěrky způsobené podvodem nebo chybou, navrhnout a provést auditorské postupy reagující na tato rizika a získat dostatečné a vhodné důkazní informace, abych na jejich základě mohla vyjádřit výrok. Riziko, že neodhalím významnou (materiální) nesprávnost, k níž došlo v důsledku podvodu, je větší než riziko neodhalení významné (materiální) nesprávnosti způsobené chybou, protože součástí podvodu mohou být tajné dohody (koluze), falšování, úmyslná opomenutí, nepravdivá prohlášení nebo obcházení vnitřních kontrol.
- Seznámit se s vnitřním kontrolním systémem Společnosti relevantním pro audit v takovém rozsahu, abych mohla navrhnout auditorské postupy vhodné s ohledem na dané okolnosti, nikoli abych mohla vyjádřit názor na účinnost jejího vnitřního kontrolního systému.
- Posoudit vhodnost použitých účetních pravidel, přiměřenost provedených účetních odhadů a informace, které v této souvislosti statutární orgán uvedl v příloze účetní závěrky.
- Posoudit vhodnost použití předpokladu nepřetržitého trvání při sestavení účetní závěrky statutárním orgánem a to, zda s ohledem na shromážděné důkazní informace existuje významná (materiální) nejistota vyplývající z událostí nebo podmínek, které mohou významně zpochybnit schopnost Společnosti nepřetržitě trvat. Jestliže dojde k závěru, že taková významná (materiální) nejistota existuje, je mojí povinností upozornit v mé zprávě na informace uvedené v této souvislosti v příloze účetní závěrky, a pokud tyto informace nejsou dostatečné, vyjádřit modifikovaný výrok. Moje závěry týkající se schopnosti Společnosti nepřetržitě trvat vycházejí z důkazních informací, které jsem získala do data mé zprávy. Nicméně budoucí události nebo podmínky mohou vést k tomu, že Společnost ztratí schopnost nepřetržitě trvat.

- Vyhodnotit celkovou prezentaci, členění a obsah účetní závěrky, včetně přílohy, a dále to, zda účetní závěrka zobrazuje podkladové transakce a události způsobem, který vede k věrnému zobrazení.

Mojí povinností je informovat statutární orgán, správní radu a dozorčí radu mimo jiné o plánovaném rozsahu a načasování auditu a o významných zjištěních, která jsem v jeho průběhu učinila, včetně zjištěných významných nedostatků ve vnitřním kontrolním systému.

V Praze dne 19. června 2017



Ing. Jana Chvatlinová

Adresa sídla: Blažimská 3140, 149 00 Praha 4, Česká republika

Auditor, č. osv. 1581
Komora auditorů České republiky

Kontakty

Elpida, o.p.s.

Na Strži 40
140 00 Praha 4
Telefon: 224 231 914
www.elpida.cz
www.vitalplus.org

Centrum Elpida

Otevírací doba recepce
pondělí až čtvrtek 8:30–17:00,
pátek 8:30–16:00
Na kurzy a akce v Centru Elpida
se přihlašujte na tel. 272 701 335

Linka seniorů

Anonymní a bezplatná telefonická
služba pro seniory, osoby o seniory
pečující a osoby v krizi.
800 200 007
každý den od 8:00—20:00

Jiří Hrabě

ředitel a šéfredaktor časopisu Vital
tel.: 224 231 914
GSM: 724 301 281
jiri.hrabe@elpida.cz

Bronislava Hilliová

vedoucí kulturních projektů, ekonomka
tel.: 224 231 914
GSM: 725 571 844
brona.hilliova@elpida.cz

Jan Bartoš

vedoucí Centra Elpida
tel.: 272 701 335
GSM: 777 037 112
jan.bartos@elpida.cz

Kateřina Bohatá

vedoucí Linky seniorů
katerina.bohata@elpida.cz

Iva Fenglová

fundraiser
tel.: 224 231 914
GSM: 602 242 939
iva.fenglova@elpida.cz



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

Elpida, o.p.s., je zapsaná v rejstříku obecně
prospěšných společností vedeném Městským
soudem v Praze, oddíl O, vložka 515. IČ 279 48 706,
DIČ CZ27948706

Texty: Elpida, o.p.s.

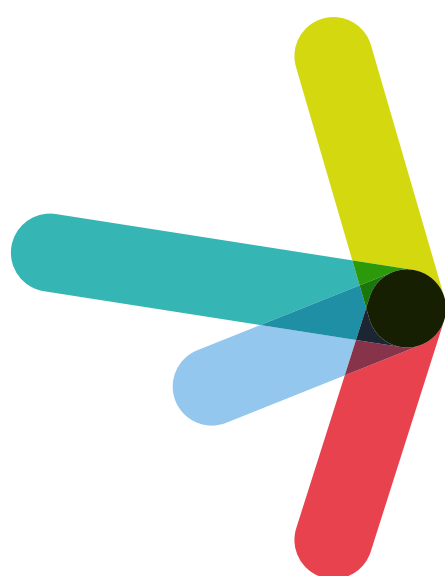
Jazyková úprava: Jarka Vaňková

Design a koncepce: Carton Clan

Fotografie: Jan Bartoš, Kryštof Kalina, Věra Fišbachová,
Broňa Hilliová, Bet Orten, Jiří Šeda a další.

Tisk:

Podpořte nás: zašlete příspěvek na č.ú.: 283 842 5001/5500
nebo SMS na číslo 87 777 ve tvaru DMS ELPIDA. Cena DMS je 30 Kč,
Elpida obdrží 28,50 Kč. Přispívat můžete i pravidelně, buď
dlouhodobým příkazem k úhradě (libovolná částka) nebo odesláním
SMS ve tvaru DMS ROK ELPIDA na číslo 87 777 – v tomto případě
vám bude každý měsíc odečtena částka 30 Kč.



E L P I D A