



# VÝROČNÁ SPRÁVA za rok 2022

31. 12. 2022



*„Spravme si svet z vlúdnych slov a viet, láskavých činov ...“*

Ján Štrasser

## Obsah

1. ZÁKLADNÉ ÚDAJE O ORGANIZÁCIÍ .....	4
2. PERSONÁLNE ÚDAJE .....	5
3. AKTIVITY A ČINNOSŤ OBČIANSKEHO ZDRUŽENIA .....	6
Rok 2022 .....	6
December : .....	6
November : .....	8
Október : .....	11
September : .....	15
PhDr. Mária Kovaľová, PhD., MHA, MBA .....	19
August : .....	19
Júl : .....	22
Jún : .....	24
Máj : .....	27
Apríl : .....	28
Marec : .....	29
Február : .....	33
Január : .....	34
4. KURZY OPATROVANIA .....	35
ZÁVER.....	39
Prezenčná listina k Valnému zhromaždeniu OZ MOSTY POMOCI.....	40



## **ÚVODOM :**

Účel OZ je pomôcť opatrovateľom – ľuďom starajúcim sa o ľudí, ktorí sú na našu pomoc odkázaní. Opatrovatelia , či už profesionálni, alebo rodina starajúca sa o osobu na opatrovanie odkázanú, sú vystavovaní nadmernému psychickému tlaku, strate súkromia, možnosti relaxácie. Býva pravidlom, že ich finančná situácia sa veľmi zhoršila. Mnohí rodinní príslušníci ani nevedia, ako sa správne postarať o osobu na opateru odkázanú. Nevedia chrániť sami seba pri opatrovateľských úkonoch.

OZ umožňuje poskytnúť priestor na výmenu skúsenosti, poskytuje možnosť odbornej konzultácie, zoznámenie sa so základmi etikoterapie, aromaterapie, reiki. OZ vie zabezpečiť poskytnutie profesionálnej psychologickéj pomoci, prípadne právnu konzultáciu. OZ vie poskytnúť prípadnú materiálnu pomoc.

OZ zabezpečuje vzdelávanie v súlade s činnosťou a zameraním OZ – podľa Stanov OZ

Kurzy opatrovania – na základe akreditácie MPSVaR SR

V spolupráci s Operačným strediskom zdravotnej záchranej služby Slovensko – Mgr. Minár Jozef , Mgr. Esztergályos Árpád – zabezpečujeme kurzy 1.pomoci

V spolupráci s Dipl. fyzioterapeutkou p.Gerbelovou Miladou a sl.Malenkovou Veronikou zabezpečujeme poradenstvo v otázkach fyzioterapie

V spolupráci s Dipl. psychologičkou Dankou Janotovou zabezpečujeme odbornú psychologickú pomoc a poradenstvo

V spolupráci s KOS – Komora opatrovateľiek Slovenska a Asociáciou poskytovateľov sociálnych služieb zabezpečujeme poradenstvo pre opatrovateľky pracujúce na Slovensku

V spolupráci s IPB (Institut fuer Personenbetreuung – Wien), WKO Viedeň (Biba Kudziová) zabezpečujeme poradenstvo pre opatrovateľky pracujúce v zahraničí

V spolupráci s firmou SLOVCARE (Bc. Marcel Bor) zabezpečujeme zapožičiavanie a poradenstvo pri potrebe zdravotných pomôcok – hlavne pre opatrovanie v domácnosti.

V spolupráci s Magistrátom BA sme v kontakte s ďalšími proseniorskými organizáciami – napríklad s centrom Memory

## 1. ZÁKLADNÉ ÚDAJE O ORGANIZÁCIÍ

**Názov :** Mosty pomoci

**Právna forma :** Občianske združenie ( 701 )

**IČO :** 42 415 951 Štatistický úrad SR

**DIČ :** 212 0175 387

**Registrácia :** Ministerstvo vnútra Slovenskej republiky

Dňa 15. 01. 2015

Č. spisu : VVS/1-900/90 – 453 77

**Sídlo a korešpondenčná adresa :** Obchodná 545/9 / Zadunajská cesta 3434/8

811 06 Bratislava 1 / 851 01 Bratislava

[mostypomoci@gmail.com](mailto:mostypomoci@gmail.com) [www.mostypomoci.sk](http://www.mostypomoci.sk)

0903 762 722 Servátka Jaroslav – štatutárny zástupca

**Bankové spojenie :** FIO Banka (transparentný účet)

IBAN: SK4083300000002700735744

SWIFT/BIC: FIOZSKBAXXX

**Centrum OZ :** do: 31.12.2019 Obchodná 21 811 06 Bratislava 1

od: 01.01.2020 Fedinova 6 851 01 Bratislava – Petržalka

**Centrum / miesto stretávania, prednášok, skladových priestorov bolo zmenené z dôvodu vhodnejších ( 79 m<sup>2</sup> – oproti momentálnym 20 m<sup>2</sup> ) priestorov, vrátane WC, kuchynky, skladov, priestoru na reklamu a možnosti parkovania.**

**Zmena bola odsúhlasená všetkými členmi.**

## 2. PERSONÁLNE ÚDAJE

Správna rada : mandát bude končiť December 2023

Jaroslav SERVÁTKA - predseda, štatutárny zástupca

Henrieta SERVÁTKA IVANOVÁ - podpredseda

Mgr. Barbara SERVÁTKOVÁ – revízor účtov

Nora MATIAŠOVSKÁ – člen

Ľubica TOMANOVÁ – člen



### 3. AKTIVITY A ČINNOSŤ OBČIANSKEHO ZDRUŽENIA

*malé činy robené s veľkou láskou*

(matka Tereza)

#### Rok 2022

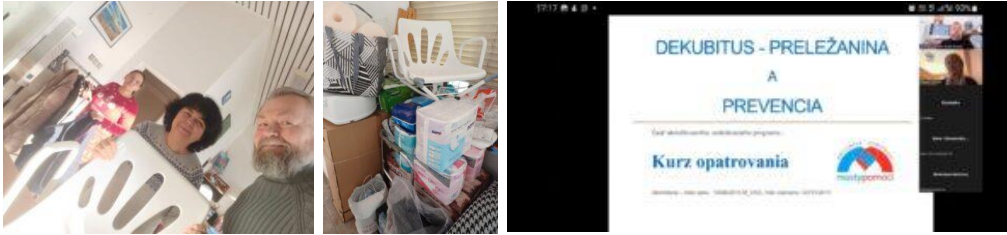
#### December :

- Máme adventné obdobie a naša pomoc v podobe inkontinenčných pomôcok putovala do 2 domácností
- Poskytli sme rozhovor do blogu o.z. Seniori v pohybe - nájdete ho tu : <https://blog.sme.sk/seniorivpohybe/spolocnost/jaroslav-servatka-seniori-dokazu-prekvapit-a-prekvapuju-pravidelne-1-cast?fbclid=IwAR3iAIHVsscoiny-4c8z8XNiEcXInDjF5nvga-LRBJxko8k7DRwSft6L8JE>
- Pripravujeme ďalšiu prednášku na tému prevencia vzniku preležanín - termín 15.12.2022 od 13:00 hod. v priestoroch nášho o.z na Fedinovej 6. Prednášky sa môžete zúčastniť osobne, alebo online cez ZOOM. Neformálne opatrovatelky a opatrovatelia majú možnosť účasti bezodplatne
- Vďaka grantovému programu hlavného mesta SR / Bratislava pre všetkých / vám dokážeme pomáhať omnoho efektívnejšie. Aby tomu tak bolo aj v budúcnosti, mali sme možnosť zúčastniť sa workshopu na tému "Ako napísať dobrý projekt?" - 09.12.2022. V tento, síce upršaný, deň sme stretli viacero inšpiratívnych ľudí. V obednej prestávke sme stihli aj vianočné trhy :-)



- Pribudlo nám otočné sedátko do vane - ďakujeme [Monika Marettova](#)

Pripravujeme pomôcky pre pána prepusteného z nemocnice - hygienické podložky, plienky, skrátka čo bude potrebné 😊

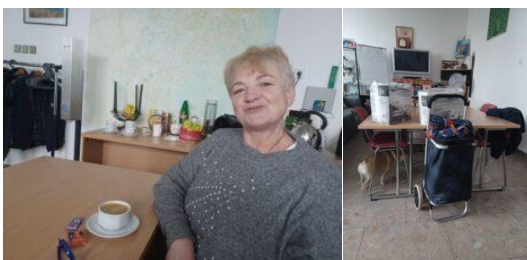


- Posledný Kurz opatrovania v roku 2022 úspešne ukončený, nasledujúci 16.01. - 03.03.2023 / už je ohlasený na MPSVaR



- Pred prednáškou sme ešte stihli pomôcť neformálnej opatrovatelke pomôckami 😊

Norika je naša členka a v tomto prípade je sprostredkovateľkou a doručovateľkou pomoci 🥰



- Vyučtovali sme - verím, že úspešne - pomoc z Grantového programu : Bratislava pre všetkých / projekt MOSTY+
- Ešte nás čaká výročná schôdza



## November :

- Trošku sme s Burgošom zmokli, ale 2% zaregistrované 😊👍

Priatelia, vďaka za vašu podporu ❤️



- Jesenný víkend 😊

Včera sa nám vrátil vozík, no dlho si neodpočinul 🌸

Už dnes si ho vyzdvihla pani Dušana pre svojho otca Dušana 👍

Sme radi, keď naše pomôcky pomáhajú ❤️



- Starému otcovi p. Broni sme vďaka Grantu z magistrátu BA vedeli zapožičať nový vozík 👍

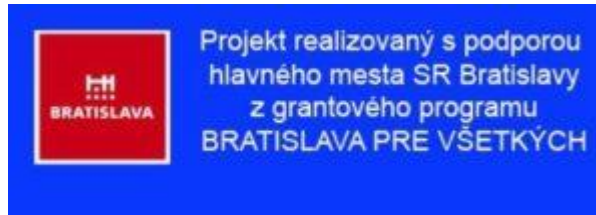
Dnes nás navštívila znovu a k vozíku pribudla štvorkolka - choditko 🌟

Pomôcky sú tradične zapožičiavané bezodplatne. Sme radi keď plnia účel ku ktorému boli vyrobené a nestoja v pivniciach 🤖

Súčasne so zapožičiavaním pomôcok prebiehajú konzultácie s rodinnými príslušníkmi.

Pekný deň priatelia 😊





- Tento mesiac otvárame posledný tohtoročný Kurz opatrovania, ktorého sa môžu bezodplatne zúčastniť neformálne opatrovatelky a opatrovatelia
- Záver kurzu opatrovania 🙌

Prebiehal súčasne v Bratislave a Bystrom. V Bystrom sme mali v komisii 2 naše lektorky pre 6 poslucháčov. PhDr. Mária Kovaľová, PhD., MHA., MBA a Mgr. Iveta Ždiľová - sú čerstvou posilou nášho tímu 🥰 a priebeh záverečnej skúšky sledovala aj Ing. Oľga Hláveková z Akadémie vzdelávania a výskumu v sociálnych službách 🙌

V Bratislave to bola klasická zostava pod vedením štatutára. Hostom bola Danka Grafiková - predsedkyňa Komory opatrovateliek Slovenska (o.z.)

Skúšky prebiehali súčasne, obidve skupiny boli spojené cez ZOOM. Všetci všetko videli, počuli a praktická časť bola samozrejme najpútavejšia.

Na záver si účastníci, namiesto klasických kytíc, odniesli vianočné ruže 🌸 Veríme, že im krásne rozkvitnú 🌸



• Prišla nás pozrieť aj Mirka Grecová-Hubinská, ktorej sme do KOLOBEHu <https://www.facebook.com/groups/2364375730512874> pribalili inkontinenčné pomôcky - samozrejme bezodplatne.





- Vďaka grantu hlavného mesta SR Bratislavy 🙌 nám - pre vás - pribudli ďalšie zdravotné pomôcky. Pomôcky slúžia na pomoc v domácnostiach, pre neformálne opatrovatel'ky/opatrovatel'ov a sú prioritne určené na krátkodobú pomoc, pokiaľ sa nevybaví pomôcka z poisťovne, prípadne z úradu práce 💗

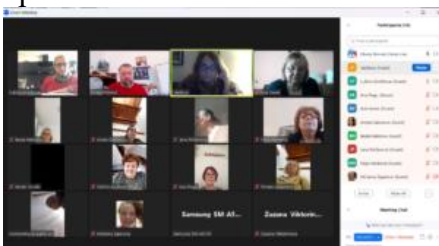
Tiež slúžia na vyskúšanie - či osoba, pre ktorú je určená, bude pomôcku akceptovať 😊



- Ďalšia prednáška - téma Dekubity a prevencia preležanín. Prednáška je prístupná bezodplatne neformálnym opatrovatel'kám, osobným asistentom, ľuďom, ktorí sa starajú o svojich blízkych :-)
- Stále pracujeme na Modrej skrinke :-) do tlačovej podoby by sme ju mali dostať začiatkom budúceho roku - verím, že sa nájdu financie. Elektronická podoba už nabera veľmi konkrétne tvary



- Prednáška podávanie liekov v domácnosti mala hojnú účasť - okrem poslucháčov na učebni aj cez ZOOM. Prednáška bola voľne dostupná pre neformálne opatrovatel'ky a opatrovatel'ov



- 
-

## Október :

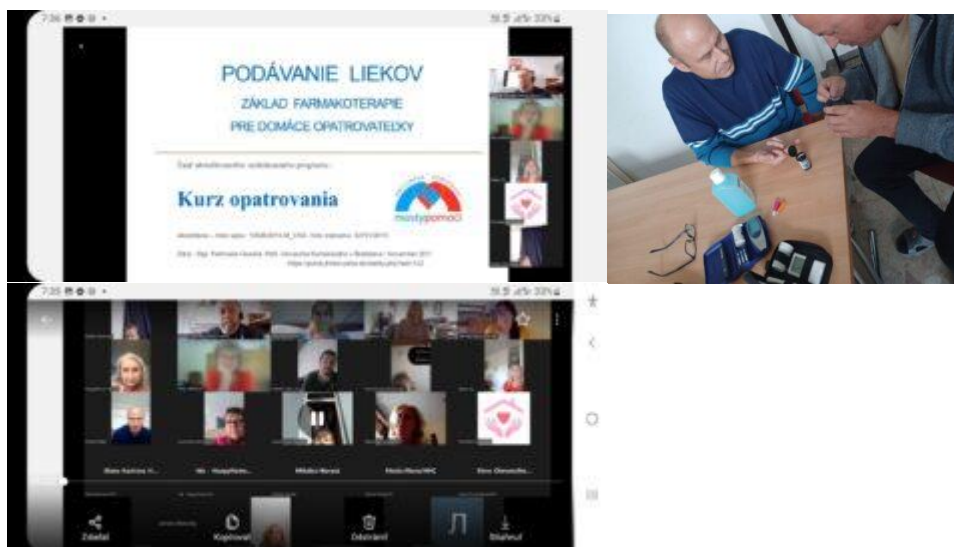
- Máme za sebou niekoľko prednášok 😊

Od Bazálnej stimulácie, cez podávanie liekov opatrovateľmi až po cukrovku.

Počas prednášok sa účastníci zoznamujú aj s meraním glykémie 🙌

Jednoduché ošetrovateľské úkony je potrebné naučiť opatrovateľov vykonávať počas praktickej prezenčnej formy. Slovenské zákony neumožňujú aby sa ich poslucháči naučili počas praxe, ani aby v nich počas praxe v zariadeniach získali zručnosť 🤔

p.s. nezabúdajte, že neformálne opatrovateľky a opatrovatelia majú vstup na prednášky naďalej bezplatný - vďaka programu Bratislava pre všetkých dokážeme udržať priestory na Fedinovej 6 v Petržalke ❤️



- Sme radi za každého, kto sa k nám pripojí. V mene príjemcov ďakujeme p. Martine ❤️ 🍷 🍷 🍷



- Na dnešnej prednáške sme mali vzácnu návštevu 🌸

PhDr. Anne Kriškovej PhD., a ostatným poslucháčom sme predstavili Modrú skrinku 😊

Projekt pre neformálne opatrovateľky a opatrovateľov 🙌



- Dlhodobá spolupáca so skupinou KOLOBEH - s Mirkou Grecovou Hubinskou je hlavne o tom, aby sa ľudia znovu naučili navzájom si pomáhať. Zmienka o nás v KOLOBEHU : Vďaka kamarátke Ivete Jakubcovej sme darovali choditko pre občianske združenie Mosty pomoci kde pomôže ďalším ľuďom zdravotne postihnutým alebo seniorom.
- Ďalšie stretnutie KOS na pôde o.z. Mosty pomoci 🤗

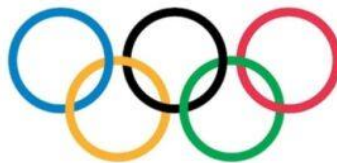
Tentokrát, po p. Galisovej a p. Kriškovej, nás navštívil PhDr. [František Drozd](#) PhD 🤗

Počas 4 hodinového stretnutia sme načali viacero tém. Od kompetencií cez vzdelávanie, nutnosť úpravy zákona o sociálnych službách, ako prilákať nových ľudí do systému. Časť debaty bola venovaná aj možnostiam komunitných centier = pre všetkých občanov, komunitných centier v tom pravom slova zmysle 🤗. Rozprávali sme sa o prípadnej možnosti spolupráce komory sociálnych pracovníkov s KOS. Zhodli sme sa na tom, ako často sa zabúda na toho, komu sú naše služby určené = ZABÚDA SA NA ČLOVEKA.

Nie iba na klienta, poberateľa, rodinného príslušníka, ale aj na personál - ľudí, ktorí sociálne služby prakticky zabezpečujú.

Sociálne služby sú o spolupráci a o potrebe nájsť spoločný cieľ, stavať na tom, čo nás spája a naučiť sa hovoriť spoločným jazykom.

To nám František, ako správny supervízor aj jasne graficky zobrazil v podobenstve olympijských kruhov 🤗👉



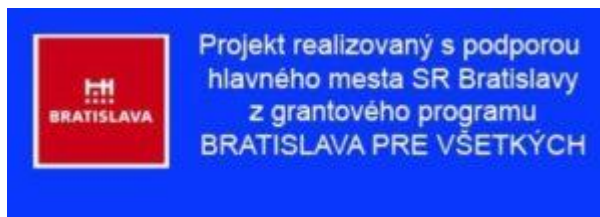
- Zúčastnili sme sa konferencie Aktívne starnutie a medzigeneračná spolupráca 🤗  
[Danka Grafik](#) to zvládla za dve organizácie 🤗

KOS - Komoru opatrovateliek Slovenska a aj za nás - Mosty pomoci ❤️



- Na naše prednášky majú stále voľný vstup neformálne opatrovatelky a opatrovatelia, aj vďaka podpore, ktorú nám poskytol magistrát BA vo forme pomoci s financovaním podnájmu priestorov a príspevku na nové zdravotné pomôcky.

Zapožičali sme vozík pre pani, ktorú po operácii srdca zajtra prepúšťajú z nemocnice. Tradične bezodplatne.



- Účtovníctvo v neziskových organizáciách.

Za Mosty pomoci sa prednášky, ktorú organizoval magistrát BA, zúčastnila [Danka Grafik](#) 😊

Jej reakcia :

Zaujímavé informácie a super prednáška. Srdečné poďakovanie patrí magistrátu za organizáciu a prednášajúcej p. Lukačovičovej, ktorá s neskutočnou trpezlivosťou odpovedala na naše otázky. 😊

V pauze diskusia s p. Ing. Dobrotkovou v krásnych priestoroch Primaciálneho paláca.



- Je za nami jedna zo záverečných prednášok kurzu opatrovania, 2 príjemné stretnutia a pomoc 2 ľuďom 😊

Dorazila štvorkolka = choditko pre otca p. Sidónie. A vďaka magistrátu BA sme objednali ďalší invalidný vozík. 😊👍

Už na neho čaká príjemca - mamka sl. Broni - čaká na prepustenie z nemocnice.



- 26. 10. 2022 prebehne vďaka spolupráci s OSZZS ďalší kurz 1. pomoci



- 07. 11. 2022 otvárame posledný tohtoročný kurz opatrovania - tradične s voľným vstupom na prednášky pre neformálne opatrovateľky a opatrovateľov
- Obedná káva v prezidentskom paláci 😊

S Dankou Grafikovou/ KOS - Komora opatrovateliek Slovenska/ sme sa zúčastnili stretnutia s p. Luciou Ďuranovou z politického odboru a p. Oľgou Gyárfášovou - poradkyňou prezidentky SR.

Venovali sme sa téme opatrovateliek a bezpečnosti poberateľov sociálnych služieb.

Potom rýchlo na Mosty, zbalit' tašku pomoci pre ZŤP p. Martu a jej 85 ročnú mamku a odviezť im ju do Starého mesta.

Za inkontinenčné pomôcky ďakujeme p. Martine a p. Eve 🌸 už pomáhajú ❤️



## September :

- Máme za sebou ďalší minikurz opatrovania - tentokrát ho absolvovali úspešne Andrejka a Ivanka :-)



- Tento mesiac opakovane ponúkame sériu prednášok, ktoré sú voľne dostupné verejnosti. Prednášky sú určené prednostne neformálnym opatrovatelkám a opatrovatelom.
- Začal ďalší kurz opatrovania.
- Pripravujeme sa na valné zhromaždenie Komory opatrovateliek Slovenska
- Dostali sme VIP vstupenky na galavečer Dobré srdce - tešíme sa na stretnutia

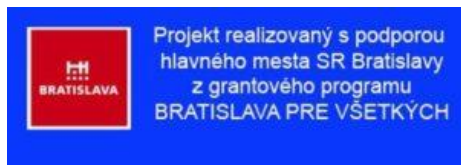


- V spolupráci s Operačným strediskom zdravotnej záchranej služby pripravujeme ďalší kurz 1.pomoci

- Absolvovali sme malý výjazd za pánom L.H. bol prepustený z nemocnice a rodina potrebovala poradiť a zaučiť manipulovať s 90 kg pánom.

Priniesli sme pomôcky na polohovanie, inkontinenciu a vo štvrtok sa ide pod sprchu a pomôžeme aj invalidným vozíkom, ku ktorému nám pomohol Magistrát BA 😊👍

Aj toto sú Mosty 😊



- Zúčastnili sme sa valného zhromaždenia KOS - [#Komora](#) opatrovateliek Slovenska o.z. 😊👍

Mali sme možnosť predstaviť činnosť nášho občianskeho združenia a pomoc ktorú ponúkame neformálnym opatrovatelkám a opatrovatelom 👍 Tiež spraviť osvetu nášmu edukačnému programu. Žiaľ, nebol priestor na predstavenie Modrej skrinky.

Niečo si teda necháme aj na budúci rok 😊



- Deň ešte nekončí 😊👍 Na Dobrom srdci sme boli piati z Mostov a veru stálo to za to ❤️



- Smutný odkaz tejto doby 😞

Oslovila nás pani Helena. Potrebovala zapožičať invalidný vozík pre mamku. Jednalo sa o čas, než dorazí vozík z poisťovne.

Vozík sme počas hovoru zabezpečili, dohodli všetky podrobnosti. Vozík mal byť zapožičaný vďaka grantovému programu Bratislava pre všetkých = bezodplatne, na dobu neurčitú. Keď mamka počula, že je to bezodplatne, dostala panický strach.



Domnievala sa, že im budeme dodatočne účtovať poplatky, ktoré by mohli byť pre ňu, ako dôchodkyňu likvidačné 😞

Takto sú nastavení naši seniori 🙄😞

Ten strach z podvodníkov im neumožňuje prijať reálnu bezodplatnú pomoc.

Príbeh nemá šťastný koniec - je lepšie mať doma kludnú mamu bez vozíka, ako vystresovanú s vozíkom.

Pekný deň priatelia 😞



- Ďalší krôčik k lepšiemu poradenstvu, nadviazali sme spoluprácu s Akadémiou vzdelávania a čaká nás viacero nových projektov. MBA štúdium odboru Kontroľing a poradenstvo kvality v sociálnych službách bol krok správnym smerom :-). Veríme že téma záverečnej práce: „[Kompetencie opatrovateliek pri jednoduchých ošetrovateľských úkonoch a s tým spojená dokumentácia](#)“ Pomôže domácim a neformálnym opatrovatelkám. Prácu nájdete v priečinku „Tak to vidím ja“ na tejto stránke.



- Eva Arnoldová 🌈 Veľká vďaka v mene ľudí, ktorým to pomôže 😊



- 
- Stretnutie na pôde MPSVR s pani štátnou tajomníčkou PhDr. Soňou Gaborčákovou. KOS - Komoru opatrovateliek Slovenska o.z. zastupovali predsedníčka p. Dana Grafiková a odborní poradcovia Ing. Milada Dobrotková a Jaroslav Servátka MBA.

Na stretnutí boli preberané viaceré, už chronicky známe témy. Nedostatok opatrovateliek, platobné ohodnotenie, porušovanie zákona, neformálne aj formálne opatrovatel'ky, systém hodnotenia v privátnom aj „štátnom" sektore, vyplácanie odmien ...

Poukázali sme na fakt, že než sa Slovensko spamätá a dlhodobé plány nadobudnú účinnosť, môže systém padnúť.



- 
- Opustilo nás sedátko do vane a pribudol nám vozík z grantového programu Bratislava pre všetkých. 😊👍

Súčasne prebehla prednáška na tému dekubity 👍

Neformálnym opatrovatel'kám a opatrovatel'om, osobám vykonávajúcim osobnú asistenciu 🗣️

Vstup na prednášky máte stále bezodplatný vďaka podpore magistrátu 🌸😊



- Máme novú lektorku na prednášky a kurzy opatrovania :-)

## PhDr. Mária Koval'ová, PhD., MHA, MBA



- 
- Prednášky bežia, rovnako beží aj Kurz opatrovania. Čaká nás práca na projekte Odborná opatrovatel'ka v Liptovskom Mikuláši a ďalšie projekty na pomoc opatrovatel'kám, opatrovatel'om a osobám na ich pomocnú ruku odkázaným.

### August :

- 1. a 4. Augusta sme mali možnosť odprezentovať činnosť Mostov na letnej univerzite , žiaľ sme PCR pozitívni a túto príležitosť sa nám nepodarí využiť.

Každopádne ďakujeme magistrátu hlavného mesta za podporu 🙏😊

- Pre pána Mariána sme objednali nový vozík - kópiu toho ukradnutého. Podarilo sa nám to vďaka vám priatelia a Grantu hlavného mesta Slovenska Bratislavy



- 
- Vozík pre pána Mariána stále nedorazil. Zapožičali sme mu zatiaľ jeden z našich - ten mu síce z dôvodu jeho postihnutia nevyhovuje, aspoň dočasne však rieši jeho situáciu
- Kurz opatrovania prebieha a s ním spojené verejné prednášky
- V spolupráci s Operačným strediskom zdravotnej záchrannej služby organizujeme kurz 1. pomoci



- 
- p. Máriovi sme prispeli aj na kauciu na bývanie - príspevok bol vzhľadom k výške kaucie skôr symbolický, veríme však že sa k nám pridajú viacerí
- Vďaka p. Igorovi a p. Silvii nám pribúdajú pomôcky pre inkontinetných - radi im nájdeme uplatnenie



- 
- Jedno pekné dopoludnie sme venovali inštruktáži základnej práce s PC 😊 Word, kopírovanie, zdieľanie, ukladanie dokumentov, atď..

Aj v tejto aktivite nám pomohol Magistrát BA. Vďaka grantu z programu Bratislava pre všetkých, sme mohli zakúpiť nový počítač 😊 ak vás naša ponuka zaujala, neváhajte nás kontaktovať - radi sa vám budeme individuálne venovať.

Jedná sa o základnú prácu s PC, tabletom či smartfónom 🌟



- Nadviazali sme spoluprácu s Akadémiou vzdelávania a výskumu v sociálnych službách



- Dostali sme pozdrav od našej absolventky Simonky, ktorá momentálne pôsobí v Afrike - aj tam sa už naši objavili :-)



- Máme úspešne za sebou niekoľko hodinový rozhovor s pani Evou, ktorá sa so súrodencami stará o rodičov. Prebrali sme viaceré témy - od opatrovania, opatrovateliek, ako postupovať pri vybavovaní príspevku na opatrovanie a mnohé ďalšie. Pani Evu sme skontaktovali s pani Martou a poskytli jej aj brožúry, ktoré sú voľne dostupné na našich stránkach. Súčasne sme jej pre mamku zapožičali zdravotné pomôcky - pokusne, či ich bude ochotná akceptovať. Veríme že jej pomôžu a budú motiváciou opäť opustiť byt a vyraziť napríklad do kostola, kde pred tým chodievala pravidelne. 😊 Aj touto aktivitou vám môžeme pomôcť vďaka magistrátu BA :-)



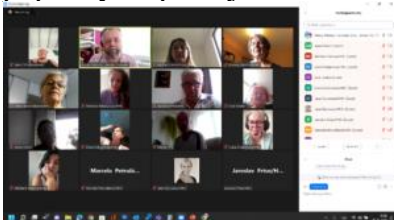
- Po dlhšej pauze tu máme ďalšiu spoluprácu s Vilom Rozborilom :-)) zabezpečujeme opatrovanie pre 63 ročného, imobilného, mentálne postihnutého pána po mozgovom infarkte. Je potrebné sa o neho postarať počas 9 dní natáčania / 24 hodín denne.



- Ak potrebujete opraviť, či nastaviť zdravotnú pomôcku, radi vám pomôžeme. Vďaka magistrátu máme uhradenú 1/4 podnájmu priestorov centra nášho OZ :-))



- Prednášky pre formálne aj neformálne opatrovateľky a opatrovateľov stále pokračujú - tentokrát to bola téma: Podávanie liekov pri opatrovaní. Aj na týchto prednáškach má magistrát BA svoj podiel :-)) minulý rok nám prispel na notebook a tiež uhradil poplatky za prenájom a údržbu webovej stránky :-))



## Júl :

- máme k dispozícii ďalší materiál na zapožičanie - ďakujeme Ivan :-))



- 
- vďaka pomoci magistrátu BA organizujeme ďalšie voľne prístupné prednášky na témy spojené s opatrovaním - veríme, že pomôžu hlavne neformálnym opatrovatelkám a opatrovateľom



- 
- aj vďaka tomuto projektu vieme pomôcť skupine neformálnych opatrovateľov v Bratislave bezplatným zapožičaním zdravotných pomôcok
- Vďaka grantu, ktorý nám poskytol magistrát, sme dokázali tento týždeň pomôcť ďalšej domácnosti invalidným vozíkom a objednať do nášho centra germicídny žiarič 😊

Osobné stretnutia a prednášky budú zase bezpečnejšie.

- 1. a 4. Augusta odprezentujeme činnosť Mostov na letnej univerzite. Tešíme sa na vás v Zrkadlovej sieni :-)
- Snažíme sa pomôcť pánovi Mariánovi, ktorému ukradli invalidný vozík

- 
- Nadviazali sme spoluprácu s Happyhomecare. V rámci tejto spolupráce budeme preškoľovať slovenské opatrovatelky pôsobiace v Holandsku



- 
- Potešíme sa každej návšteve - o to viac, ak sa jedná o jedného z našich prvých absolventov a otca našej zakladajúcej členky Táničky :-) Igor, si u nás stále vrelo vítaný :-)



- 
- 

## Jún :

- Máme za sebou ďalší kurz 1. pomoci. Dlhoročná spolupráca s OS ZZS je fantastická.



- 
- Máme radosť, keď naše pomôcky pomáhajú. Tentokrát ďalšia spolupráca s Mirkou Hubinskou



- 
- Je to aj vďaka vám priatelia, vašej podpore, 2%, či Bratislavskému magistrátu 😊 a grantu Bratislava pre všetkých





- 
- Nedeľa a ďalšie stretnutie ❤️

Pani Zuzana nás požiadala o pomoc. Stará sa o 80 ročnú mamku po mozgovej príhode. Poradili sme jej v rámci našich možností, ukázali pár grifov, ktoré ponúka kinestetika, atď.

Skontaktovali sme ju s pani Monikou a pánom Andrejom, ktorí jej bezodplatne zapožičajú schodolez a tak jej umožnia vyskúšať, či ho dokáže uplatniť pri starostlivosti o mamku 🙌👉



- foto ilustračné
- Záverečné skúšky Kurzu opatrovania 🙌👉

Dievčatá, boli ste <sup>100</sup>percentné 🌟

Táto internacionálna = slovensko-ukrajinsko-srbská zostava sa dorozumela bez problémov.

Teraz už vieme, ako je to s vôňou a pachom 🤔 tiež, čo je to byť úžasný 🤩

Ďakujem vám všetkým.

Zvláštne poďakovanie patrí tebe [Nora Matiasovska](#) za bohaté skúsenosti s ktorými si sa s nami podelila a firme Hartmann - Rico za to, že väčšine účastníčok bol kurz prístupný ❤️

[Mikhail Gurov](#) a tebe priateľ, za tlmočenie počas prvých dní 😊

Máme vás radi - aj s Conorom.

Nech sa vám darí 🙌



- Opatrovanie kráča s dobou a tak pomôcky ako inteligentný tlakomer s funkciou EKG, či Biolampa, sa stávajú súčasťou našich domácností. Sme radi, že aj tieto prístroje sa nachádzajú v ponuke nášho OZ.

Už sú v teréne a pomáhajú neformálnym opatrovatelkám v Bratislave 😊



- Máme za sebou ďalších pár slov v televízii - tentokrát JOJ a na tému, ako zneužívajú podvodníci dôverčivých seniorov odkaz: <https://www.noviny.sk/video/af48831f-168b-473d-bf99-1d565663f9b4/okradanie-seniorov?>



- 
- už poznáme letný termín Kurzu opatrovania. Začne 11.07. a končiť bude 31. 08. 2022
- 

## Máj :

- Ešte rýchlo dofúkať kolesá a pomoc môže vyraziť k príjemkyni



- 
- Opúšťa nás ďalší vozík - veríme, že poslúži - tentokrát do zariadenia



- 
- Kyslíkový koncentrátor vyráža na ďalšiu misiu - tentokrát k pani, ktorá sa vracia z nemocnice bez polovice pľúc



- 
- Tinke sme dočasne zapožičali vozík - prajeme skoré uzdravenie



- 
- Zrealizovali sme 8 prednášok, bezplatne prístupných pre verejnosť - vďaka podpore mesta a grantového programu



- 
- Kurz opatrovania je tentokrát obohatený o poslucháčky z Ukrajiny a Srbska - na fotke Lena s Táňou :-). Máme aktuálne 3 dievčatá z Ukrajiny, 1 zo Srbska a 2 zo Slovenska - sú super.



- 
- Objavili sme sa v správach :-). Prečo dôchodcovia napádajú opatrovatelky - 24.05.2022 [RTVS](https://spravy.rtv.s.sk/2022/05/preco-dochodcovia-napadaju-opatrovatelky-podla-odbornikov-je-tazke-predist-utokom/?fbclid=IwAR2ff3z0RaufQh3qXktQK60pCLDqS-LCZdIZQRqvivj8a9nkHczB2Yd1i58)



- <https://spravy.rtv.s.sk/2022/05/preco-dochodcovia-napadaju-opatrovatelky-podla-odbornikov-je-tazke-predist-utokom/?fbclid=IwAR2ff3z0RaufQh3qXktQK60pCLDqS-LCZdIZQRqvivj8a9nkHczB2Yd1i58>
- 

## Apríl :

- Prpravujeme Kurz opatrovania s tlmočníkom do ruštiny - tlmočiť bude Jaro Slávik. Časť našej pomoci Ukrajine
- Máme za sebou ❤️ Veľmi príjemné stretnutie s p. Ľubicou Gálisovou z Fóra pre pomoc starším a Dankou Grafikovou z Komory opatrovateliek Slovenska



- 🌻 Jarné upratovanie v plnom prúde 🙌 Májový Kurz Opatrovania začne už 02.05. o 9:00 hod. Tešíme sa na vás.
- ❤️ Neformálne opatrovatelky a opatrovatelia - máte možnosť, tak, ako počas všetkých predošlých kurzov, zúčastniť sa prednášok bezodplatne. ❤️ V prípade záujmu nás oslovte : mostypomoci@gmail.com
- Tento kurz bude zase iný 😊 bude klasicky v slovenčine, no s prekladateľom do ruštiny 😊 Ak si chcete oprášiť ruštinu, radi vás uvidíme.
- Osobne sa na túto výzvu dosť teším. Ruštinu som naposledy použil v roku 1984 - keď som z nej maturoval 🙌🙌🙌



## Marec :

- Pomôcky pribúdajú ❤️  
Rebríček, či antidekubitová podložka päty - aj toto u nás nájdete.

Ďakujeme každému, kto sa pripája k činnosti nášho OZ 🙌😄

Aj malé skutky spolupatričnosti majú veľký význam ❤️



- Opustil nás ďalší invalidný vozík. Veríme, že pani Terézii dobre poslúži
- Máme termín na kurz 1.pomoci - 19.03.2022 - ďakujeme OSZZS za ústretovosť. Veríme, že túto ponuku využijú aj neformálni opatrovatelia



- Sme stále aktívni v pracovnej skupine Starší obyvatelia - magistrát BA
- Pribudla nám reklama :-) veríme, že vďaka nej nás ľahšie nájdete aj na podujatiach v exteriéri :-)



- Niečo z fb : Dobry den, chcem sa spýtať, mamina 86 rokov, momentálne zapal sedacieho nervu už chronické sa mi zda, dalo by sa u Vas požičať chodítko na vyskúšanie? Ďakujem :-) Samozrejme, že máme a radi pomôžeme - ako je u nás zvykom, bezodplatne :-)
- 🌻 Včera nás, na krátku dobu, opustil kyslíkový koncentrátor 😊 Putoval do zariadenia s covidom

Ešte sa vo svojom putovaní nezastavil. Je to asi najviac vyťažená zdravotná pomôcka, ktorú ponúkame ❤️



- Aj toto sú Mosty ❤️ Večerný rozhovor / Margarita a Natália

Ruska, ktorá pomáha Ukrajinke nájsť prácu na Slovensku 😊

Jedna končí náš kurz opatrovania, druhú - aj s dcérou na ňom čoskoro uvidíme.

Empatia a solidarita = to sú opatrovatelky ❤️



- Ahojte priatelia 😊 Dostal som túto správu

Ak sa chcete pripojiť, viete, kde nás nájdete

❤️ Pred príchodom sa hláste 😊

Ak chcete pomôcť finančne, toto je číslo nášho účtu :

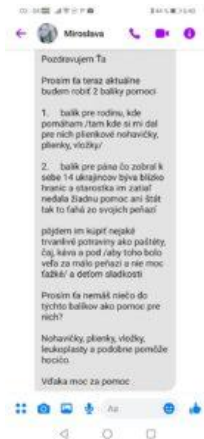
IBAN: SK408 3300 0000 0270 0735 744

transparentný účet : <https://ib.fio.sk/ib/transparent?a=2700735744>

Do poznámky uveďte Mirka - pomoc !!

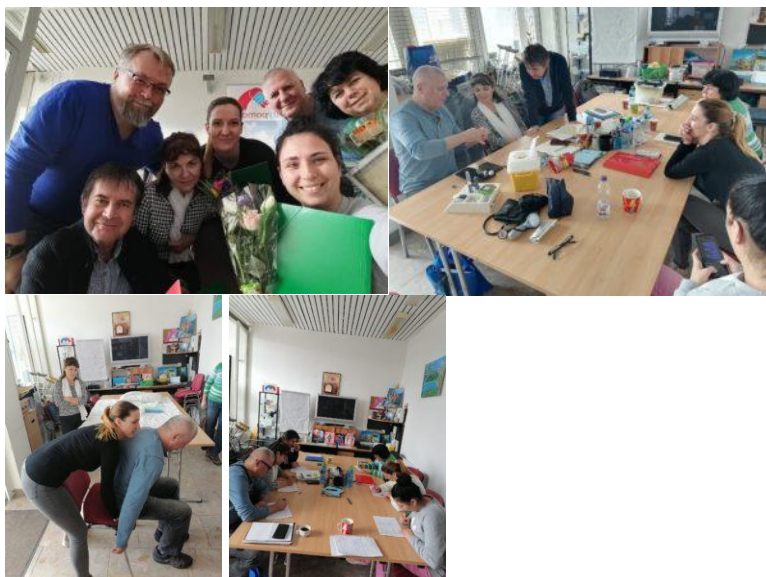
Aby sme mohli odlíšiť túto konkrétnu , od ostatných príjmov.

My samozrejme pomôžeme 👍 S Mirkou spolupracujeme dlhodobo 🙌

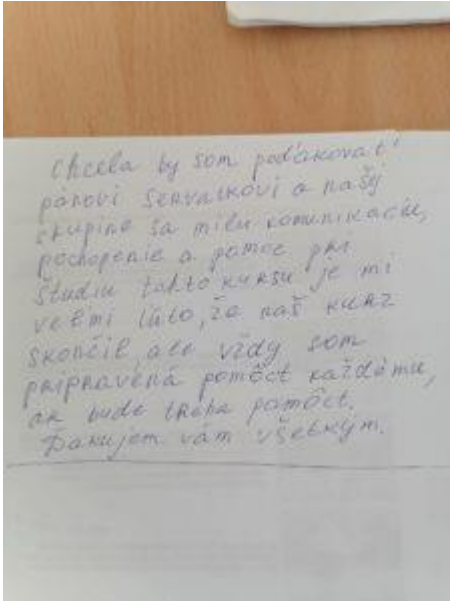


- Stále sa niečo začína, každý deň sa niečo končí 😊 Tak máme za sebou ďalší kurz opatrovania - aj s neformálnou opatrovateľkou.

Ďakujem vám, ste skvelí ❤️







- 
- Zúčastňujeme sa celoročného vzdelávajúceho cyklu Na občanoch záleží



- 
- Zdravotné pomôcky nás opúšťajú - tentokrát chodítka, pre pani, ktorá ešte nevie, či ho bude akceptovať a chce si ho pred zakúpením vyskúšať. My pomôcky nepredávame = naďalej ich poskytujeme bezodplatne / dlhodobo, či krátkodobo



- 
- 

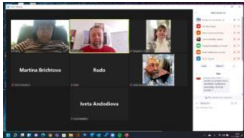
## Február :

- Pomôcky pribúdajú a vracajú sa 😊👏 Vďaka [Mimi Gerbelova](#) za chodítka ❤️

Vozík u p. Doroty splnil účel a čaká na ďalšiu misiu - momentálne cestuje do nášho centra 🙌👁️



- 
- Začal kurz opatrovania - prvý tohtoročný. Prednášky sú prezenčné, dištančné aj kombinované



- 
- Možnosť preplatenia kurzov cez Hartmann Rico pre platiacich / momentálne máme aj dvoch neplatiacich - neformálnych opatrovateľov :-)
- Vďaka milej, krásnej, žienke s veľkým srdcom nám pribudlo pár vecí pre tých, ktorí ich potrebujú



- 
- 

## Január :

- Okrem prednášky, sme dnes stihli pomôcť zdravotnými pomôckami a spravili radosť Natálke 😊

Natálka už dlho túžila po obrázku koníka. Teraz leží doma s vyvrtnutým členkom 🙄

Tak veríme, že ju poteší a príde na veselšie myšlienky ❤️



- 

- Sme radi, keď je MODRÁ SKRINKA inšpiráciou. Tentokrát na fb skupine pre opatrovanie v domácnosti. V každej domácnosti, kde pôsobia neformálni

opatrovatelia, by mala byť dokumentácia. Hovoríme o neformálnych, lebo v prípade profesionálnych, to považujeme za samozrejmosť. 🤓👉

[https://www.mostypomoci.sk/?page\\_id=1654](https://www.mostypomoci.sk/?page_id=1654)



- 
- V rámci projektu Mosty, sme zrealizovali ďalšiu otvorenú online prednášku - Imobilita / imobilizačný syndróm
- Prebiehajúci Kurz opatrovania čaká na ukončenie. Ďalší začína 07. 02. 2022 - 18. 03. 2022
- Zapožičiavame ďalší invalidný vozík

Beží prednáška na tému preležaniny

Zúčastnil som sa, ako zástupca KOS - Komora opatrovateliek SK (OZ) na krátkej tlačovke s Annou Ghannamovou pred úradom vlády. Viac informácií na skupine KOS



## 4. KURZY OPATROVANIA

Akreditácia : Min. práce, sociálnych vecí a rodiny

Bratislava 09.07.2015

Číslo spisu: 10926/2015-M\_OSS

Číslo záznamu: 32731/2015

Predĺženie : Číslo spisu: 10364/2018-M\_OAK

Číslo záznamu: 32072/2018

Predĺženie : Číslo spisu: 14046/2021-M\_OHKSSAA

Číslo záznamu: 9427/2021

Platná do : 31. Júla 2024      Schválená : 10. februára 2021

Kurzy 1. Pomoci : OS ZZS Akreditácia: Bratislava 24.09.2013      Číslo: Z43312-2013-OZdV

V Septembri 2015 sme začali so vzdelávacou činnosťou Kurz opatrovania – 238 hodinový. K tomu účelu sme prispôsobili aj Centrum OZ na Obchodnej 21 v Bratislave.



Od Januára 2020 pokračujeme s našimi aktivitami na adrese Fedinova 6 , Petržalka

Tento rok absolvovalo kurz opatrovania 23 platiacich študentov a 6 neplatiaci.

Nezáujem o toto povolanie a pandémické roky sa odzrkadlili na účasti poslucháčov

Kurz 1. Pomoci sme, okrem našich poslucháčov, sprostredkovali viac ako 30 tím záujemcom.

Organizujeme pravidelné prednášky, besedy a workshopy zamerané na oblasť opatrovania a s ním spojené činnosti.

Rok 2022 sme zvládli aj vďaka podpore Magistrátu BA – Grantový program Bratislava pre všetkých a vďaka podpore našich priaznivcov a 2% z dane.



OZ hospodári v súčasnosti z prostriedkov :

- Získaných z kurzov opatrovania.
- Z 2 % dane – poukázaných nášmu OZ
- Z pôžičky – ktorú spláca p. Servátka
- Z dotácií – ktoré združeniu poskytuje p. Servátka – dotácie budú podľa možnosti OZ bezúročne vrátené. Bez udania obdobia navrátenia.
- V tomto roku sme projektom „, MOSTY+“ získali grant z magistrátu BA

**Podarilo sa nám zakúpiť viaceré invalidné vozíky, chodítka a iné pomôcky  
Uhradili sme vzdelávanie p. Servátkovi v sociálnej oblasti: Kontroling  
a poradenstvo kvality v sociálnych službách**

**V tomto roku úspešne ukončil štúdium MBA a jeho práca : Kompetencie  
opatrovateliek pri ošetrovaní a s tým spojená dokumentácia, bola  
vyhodnotená, ako najlepšia práca a získala zvláštne ocenenie AVVSS.  
Zakúpili sme prístup na stránky/aplikácie, ako je napríklad Mozaweb ,  
ktoré nám pomáhajú pri prednáškach a osвете**

**Pôžička z 18. 05. 2015 VUB vo výške 6.000,00 € -  
s úrokmi: 10.302,12 €  
Pôžička je na 9 rokov**

**Ostáva zaplatiť 1812,41 €**

**K vyúčtovaniu je potrebné uviesť, že nemáme uhradené  
kurzovné od 7 poslucháčov. Celková hodnota neuhradeného  
poplatku za kurz opatrovania je v sume 1599,90 €  
Úhradu očakávame v Januári 2023**

**V tomto roku sme nadviazali spoluprácu s 2 opatrovateľskými  
agentúrami v Holandsku a školíme ich slovenské  
opatrovateľky formou dištančných prednášok cez ZOOM.**

**K dnešnému dňu nebola možnosť uchádzať sa o GRANT BA**

## HOSPODARENIE / POROVNANIE 2022 - 2021

ROK 2022 TEXT	POKLADŇA		BANKA		ZOSTATOK
	príjem	výdaj	príjem	výdaj	
Rok 2022 príjem	3 015,00 €		11 375,19 €		14 390,19 €
Rok 2022 výdaj		2 953,28 €		11 085,06 €	14 038,34 €
Rok 2022 súhrn					351,85 €

Hospodarenie 2022	porovnanie	2022	2021	Rozdiel
Príjem z 2% dane		1 853,49 €	2 348,31 €	-494,82 €
Príjem z Kurzov a prednášok		4 567,00 €	3 004,35 €	+1562,65 €
Príjem z členského		300,00 €	210,00 €	+90,00 €
príjem grant BA		2 600,80 €	- 627,00 €	1 973,80 €
príjem = výdaj				0,00 €
Dlh VUB pôžička		1 812,41 €	2 957,09 €	1 144,68 €
Dlh voči p. Servatka Jaroslav		10 871,57 €	7 871,57 €	3 000,00 €

S debetom sme v prvých rokoch pôsobenia združenia rátali. Bol zakúpený majetok na činnosť OZ, vybavená učebňa na kurzy, investované do reklamy a internetových stránok

**Budúci rok rátame s priemerne 5 študentmi kurzu opatrovania na kurz, čo v súčasnosti plne pokryje náklady na činnosť OZ**

Združenie má nárok na 2% z dane. Na 2 % za rok 2022 – už sme zaevidovaní.

Súčasne sme dokázali finančne aj materiálne podporiť osoby na pomoc odkázané.

Podrobnejšie sa o hospodárení zduženia môžete dozvedieť z účtovných kníh, ktoré sú k dispozícii na nahliadnutie.

Audit vykonaný nebol: zákon č. 83/1990 Z.z. ho neukladá. Povinnosť auditu je len na základe § 19 ods. 4 zákona o účtovníctve – kritéria na túto povinnosť nespĺňame.

**V roku 2022 vynaložíme maximálne úsilie na zabezpečenie dostatku finančných prostriedkov tak, aby bolo hospodárenie občianskeho združenia vyrovnané.**



## ZÁVER

Pozitívnym ukazovateľom užitočnosti našej práce je fakt, že sa nám podarilo pomôcť viacerým ľuďom. Darí sa nám vstupovať do povedomia verejnosti a stále získavame členov, ktorí chcú myšlienky a cieľ združenia šíriť ďalej.

Darí sa nám vzdelávať ľudí. O naše prednášky prejavuje záujem čoraz viac spoluobčanov.

Už teraz máme nahlásených študentov, ktorí čakajú na budúci rok – na rekvalifikačný príspevok Úradu práce. Práve títo dlhodobo nezamestnaní majú šancu znova nájsť svoje miesto na trhu práce.

*Ďakujem vám v mene všetkých ľudí, ktorým pomáhame.*



**Prezenčná listina k Valnému zhromaždeniu OZ MOSTY POMOCI  
konanému dňa: 31. 12. 2022**

**TENTO ROK , SA VALNÉ ZHROMAŽDENIE KONÁ PROSTREDNÍCTVOM  
SOCIALNYCH SIETI / VIDEOKONFERENCIE  
PREZENČNÁ LISTINA BUDE PODPÍSANÁ DODATOČNE  
PODEĽA MOŽNOSTÍ**

<b>Meno a priezvisko</b>	<b>Podpis</b>
Jaroslav Servátka. MBA	
Henrieta Servátka Ivanová	
Mgr. Barbara Servátková	
Nora Matiašovská	
Linda Mišková	
Hana Hraško	
Ľubica Tomanová	
Pavol Toman	
Mgr. Iveta Ždiľová	
Dana Grafiková	