

# Otevři dveře životu

Okres: Královéhradecký kraj - sever

ORGANIZACE	
Název organizace	Péče o duševní zdraví, z.s.
Krátké představení organizace	<p>Jsme organizace Péče o duševní zdraví a jsme přesvědčeni, že všichni lidé mají být přijímáni s respektem ke své jedinečnosti. Už 30 let podporujeme osoby, kterým do života vstoupilo vážné duševní onemocnění. V současné době tvoříme páteřní síť podpory v Pardubickém a Královéhradeckém kraji. Naší cílovou skupinou jsou osoby starší 16 let s vážným duševním onemocněním jako schizofrenie, bipolární afektivní porucha a další. Podporujeme i jejich rodiny. Náš tým centra duševního zdraví v Náchodě tvoří 23 odborníků = tým zdravotníků a sociálních pracovníků. Jsme převážně terénní služba, za lidmi domů jezdí i psychiatr = přenášíme podporu duševního zdraví k lidem a poskytujeme individuální podporu. Podporu u nás lidé dostanou velmi rychle, na setkání s psychiatrem se čeká max. 48 hodin.</p> <p><i>Historie, zaměření, počet zaměstnanců/dobrovolníků ... (max. 800 znaků vč. mezer).</i></p>
Adresa organizace	<p>Jana Palacha 1552, 530 02 Pardubice</p> <p><i>Sídlo.</i></p>
Web organizace	<a href="https://pdz.cz/">https://pdz.cz/</a>
Kontaktní osoba	Monika Kašíková
E-mail	monika.kasikova@pdz.cz
Telefon	731 529 103
PROJEKT	
Název projektu	Otevři dveře životu
Místo realizace projektu	Náchod - Tyršova 59, Náchod 547 01
Stručná anotace projektu	<p>Lidé, kterým do života vstoupilo vážné duševní onemocnění, si zaslouží znovu prožívat radost a cítit se součástí společnosti. Projekt „Otevři dveře životu“ prostřednictvím muzikoterapie, canisterapie, zahradní terapie, kreativních aktivit, výletů a společného vaření pomůže bourat bariéry izolace, budovat přátelství a posilovat sebevědomí. Podpořte nás: Společně můžeme vytvořit bezpečné, inspirativní místo, kde lidé najdou oporu, přijetí a šanci žít podle svých vlastních představ.</p> <p><i>Pro umístění na web a do základního přehledu o projektech pro donátory. (max. 500 znaků vč. mezer)</i></p>
Cíl(e) projektu (SMART), včetně smyslu Vašeho projektu	<p>Cílem projektu „Otevři dveře životu“ je rozšíření palety možností zapojení našich klientů do různých aktivit, které přinášejí radost, snižují stres a pomáhají lidem na cestě k duševní rovnováze, posilují psychickou pohodu, ale také vedou k osvojení zdravých návyků a navázání lepších sociálních vazeb. Dlouhodobě se snažíme o aktivní začleňování klientů do komunitního života i zlepšení jejich možností uplatnění v běžném i pracovním životě. Financováním bychom rádi zajistili širší nabídku klubových aktivit a tradičních činností během celého roku. Díky poskytnutým finančním prostředkům zajistíme pravidelné klubové aktivity pro cca 30 klientů, realizované 2x týdně. Mezi běžně zařazené aktivity patří muzikoterapie, canisterapie, zahradní terapie, rukodělné činnosti, výlety, návčiky vaření a pečení a další pestré aktivity.</p> <p><i>(max. 1500 znaků vč. mezer)</i></p>
Cílová skupina (skupiny) projektu a přínos pro ni - zaměření projektu	<p>Handicapovaní Jiné (uvedte níže)</p>
Jiná cílová skupina	<p>osoby s duševním onemocněním ohrožené sociálním vyloučením</p> <p><i>Vyplňte, pokud jste výše zvolil/a jiné.</i></p>

<b>Klíčové aktivity projektu</b>	<p>Rádi bychom klientům nabídli pestrou škálu činností, které poskytujeme v rámci klubových aktivit a které podporují duševní zdraví a sociální vazby: 1) Muzikoterapie výrazně pomáhá klientům zlepšit náladu a zmírnit stres, využívá hudbu k uvolnění napětí a podpoře emocionálního vyjádření. 2) Canisterapie využívá interakci s terapeutickými psy, má významný vliv na duševní a fyzické zdraví klientů. Kontakt se zvířaty přináší pocit bezpečí, klidu a radosti. Psi podporují rozvoj empatie a zlepšují komunikaci mezi klienty, což je klíčové pro rozvoj sociálních dovedností, a zvláště u klientů, kteří mají problémy se zapojením do skupinových aktivit nebo se potýkají s úzkostmi a osamělostí. 3) Zahradně terapeutické aktivity umožňují klientům aktivní odpočinek a smysluplnou činnost, která posiluje jejich vztah k přírodě a přináší pocit uspokojení z vlastní práce. 4) Výtvarné tvoření poskytuje klientům příležitost vyjádřit se kreativně, což je důležité pro zpracování emocí a zlepšení sebevědomí. Malování, kreslení, modelování nebo práce s různými materiály umožňuje klientům nejen seberealizaci, ale také rozvoj jemné motoriky a vizuální a prostorové představivosti. Tyto činnosti mají uklidňující efekt a pomáhají klientům soustředit se na přítomný okamžik, což přispívá k redukcí stresu. 5) Keramika je oblíbenou relaxační činností, která propojuje tvořivost s manuální zručností a přináší hmatatelný výsledek, což zvyšuje sebevědomí klientů. 6) Vaření a pečení podporuje soběstačnost a praktické dovednosti, a také nabízí prostor pro společné zážitky a sdílení tradic. 7) Výlety rozšiřují obzory klientů, podporují aktivní trávení času a pomáhají posilovat jejich schopnost orientace v novém prostředí. 8) Jednoduché cvičení pomáhá udržet tělo v kondici, zlepšují náladu a podporují vytrvalost. Díky těmto aktivitám vytváříme pestrý program, který respektuje individuální potřeby klientů, podporuje jejich duševní pohodu a pomáhá jim lépe se zapojit do běžného života.</p> <p><i>(max. 2000 znaků vč. mezer)</i></p>
<b>Harmonogram realizace projektu</b>	<p>Červenec 2025 – Červen 2026 Vždy v úterý a čtvrtek budou probíhat klubové aktivity, standardně 2 hodiny, v případě větších aktivit vyžadujících větší hodinovou dotaci se přizpůsobujeme programu.</p> <p><i>Začátek a konec projektu, další informace k průběhu.</i></p>
<b>Rozpočet projektu</b>	<p>- materiální náklady: výtvarné potřeby/suroviny na pečení/vaření, drobné občerstvení: 1 200,- /měsíc = 14 400,- - zařízení a vybavení: pomůcky na cvičení, antistresové pomůcky 7 300,- - lektoři, cestovné: • muzikoterapie: 1200,-/hod (4x/rok) = 4 800,- • canisterapie 300,-/2 hod (6x/rok) = 1 800,- • zahradně terapeutické činnosti: 1 500,-/2 hodiny (6x/rok) (zahrnuje osobní náklady na přímou i nepřímou práci, materiální náklady při libovolném počtu osob na rozmanité aktivity řízeného sociálně terapeutického programu v přírodní zahradě) = 9 000,- • keramika: 900,-/setkání (3x/rok) = 2 700,- = požadovaná finanční podpora projektu od donátorů Burzy filantropie celkem 40 000,-</p> <p><i>podrobné členění:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- osobní náklady</li> <li>- materiální náklady</li> <li>- zařízení a vybavení</li> <li>- služby</li> <li>- lektoři, cestovné, apod.</li> </ul> <p><i>= požadovaná finanční podpora projektu od donátorů Burzy filantropie celkem (max. MAX_CASTKA)</i></p>
<b>Požadavek od donátorů Burzy filantropie</b>	<p>40.000 Kč</p> <p><i>Celkový požadavek od donátorů Burzy filantropie nesmí překročit částku MAX_CASTKA.</i></p>
<b>Další zdroje projektu - již máte nebo jste schopni sehnat další finanční zdroje na realizaci/spolufinancování projektu?</b>	<p>Financování klubových aktivit v současné době probíhá v případě potřeby za částečné spoluúčasti klientů v možné minimální částce. Sami si hradí dopravu na místo konání akce. Některé z aktivit jsou poskytovány za velmi příznivých podmínek ze strany zúčastněných lektorů.</p> <p><i>Projekt může mít větší rozpočet, než organizace požaduje od donátorů. Uvedte prosím stav jednání - např. podaná žádost, přislíbená podpora, schválená dotace, apod. Uvedte další konkrétní sponzory.</i></p>
<b>Je pro Vás přijatelná i nefinanční podpora projektu/organizace? Napište příklad, co byste uvítali jako nefinanční dar (materiál, služba, poradenství)</b>	<p>Ano, využili bychom např. pomůcky na cvičení, antistresové pomůcky, výtvarné potřeby, suroviny na pečení/vaření.</p> <p><i>(např. budete v projektu žádat vybavení kanceláře a místo financí obdržíte 2 kancelářské židle a 2 psací stoly, nebo žádáte o finanční příspěvek na auto, nedostanete finance, ale slevu na dodavatele aut, propisky, reklamní plocha, konzultace ohledně PR, apod.)</i></p>
<b>Co uděláte s financemi, pokud podpora donátorů bude větší, než žádáte?</b>	<p>Finance využijeme na delší časové období nebo uspořádáme větší výlet, akci nad rámec klubových aktivit.</p>

<p><b>Na čem byste chtěli spolupracovat s potenciálními donátory?</b></p>	<p>- Spolupráce na přípravě volnočasových aktivit pro klienty - Spolupráce s uplatněním na trhu práce pro osoby s duševním onemocněním</p> <p><i>(např. společné akce, vzdělávání, osvěta). Odpověď uveďte konkrétní a nebojte se být kreativní.</i></p>
<p><b>Jste schopni a ochotni prezentovat Váš projekt před donátory na Burze filantropie prostřednictvím power point prezentace a mluveného slova?</b></p>	<p>ANO!</p> <p><i>Počítáte s tím, že nutnou podmínkou pro účast na Burze filantropie je osobní prezentování vašeho projektu?</i></p>
<p><b>Příloha 1 - Čestné prohlášení</b></p>	<p>cestne-prohlaseni-nachod-bf-2025.pdf</p> <p><i>Vložte podepsaný scan čestného prohlášení.</i></p>
<p><b>Příloha 2 - Logo organizace</b></p>	<p>logo-pdz-barevne.png</p> <p><i>Vložte prosím logo své organizace v jpg, png nebo pdf souboru. Logo bude umístěné na webu Burzy filantropie u Vašeho projektu.</i></p>
<p><b>Příloha 3 - Fotka projektu</b></p>	<p>bf-pdz-nachod-foto-2025.jpg</p> <p><i>Vložte prosím fotku (jpg nebo png), kterou použijeme, k prezentaci Vašeho projektu na webu Burzy filantropie.</i></p>
<p><b>Příloha 4</b></p>	<p>-</p> <p><i>Další volitelná příloha.</i></p>
<p><b>Souhlasím s pravidly Burzy filantropie</b></p>	<p>ANO, přečetl/a jsem Pravidla Burzy filantropie a souhlasím s nimi</p> <p><i>Pro zařazení Vámi přihlašovaného projektu do Burzy filantropie je nutné souhlasit s pravidly Burzy filantropie.</i></p>