



Pečovateľské centrum
Praha 7



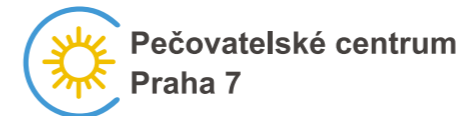
Výroční zpráva 2022

NAŠE POSLÁNÍ

UMOŽŇUJEME **ZŮSTÁVAT DOMA LIDEM,**
KTERÍ BY TO BEZ POMOCI NEZVLÁDLI.

POSKYTUJEME PROFESIONÁLNÍ SOCIÁLNÍ SLUŽBY
PODPORUJÍCÍ **KVALITNÍ A DŮSTOJNÝ ŽIVOT.**

PŮSOBÍME NA **PRAZE 7.**



ÚVODNÍK MARTINY POJAROVÉ

Náš vztah k pečovatelské a ošetrovatelské profesi se v průběhu našeho života proměňuje. Pokud v něm vše plyne bez obtíží, je pro nás tato profese vzdálená, moc o ní nepřemýšlíme, patří do života těch druhých.

Stačí ale jeden den, úraz na lyžích, pád dosud soběstačné maminky a postoj k pomáhajícím profesím se změní. Ať jsou to věk a **ubývající síly**, nebo **nemoc**, která dokáže člověka připravit o soběstačnost, v době, kdy je nám nebo našim blízkým úzko, hledáme dobrou a dostupnou **péči, pomoc, podporu, vystřídání**. A dobrou podporu a péči mohou dlouhodobě poskytovat jen motivovaní, vzdělaní, empatičtí a spokojení lidé. Proto se v Pečovatelském centru Praha 7 snažíme podporovat naše „rodinné stříbro“, kolegy v přímé péči i ty, kteří je podporují ze zálohy. Ve výroční zprávě z roku 2022 tak necháváme více nahlédnout pod interní personalistickou pokličku.

Pečovatelské centrum Praha 7 se bohužel ještě velkou část první poloviny roku 2022 potýkalo s pandemií Covid-19. Pak se ale, i přes šok z války na Ukrajině, život v Holešovicích a na Letné začal vracet do relativního normálu. Bylo třeba uzavřít a vyúčtovat dvouletý projekt na podporu péče u lidí s demencí a lidí v závěru života, vyrovnat se s vysokou „pocovidovou“ nemocností a vyčerpáním a dobře připravit předání některých činností dříve spjatých s pečovatelskou službou, které jsou už dobře nahraditelné komerčními službami. Ke konci roku 2022 jsme se rozloučili s provozem prádelny a s důvěrou ho předali od roku 2023

sociálnímu podniku Enticelle, a naopak jsme naplno obnovili provoz Poradny.

Byl to rok nových začátků i loučení. Odlehčovací centrum přišlo kvůli nevléčitelné nemoci o kolegyni z přímé péče, a pro mnohé i kamarádku. Během roku jsme za kolegy, odcházejícími za novými pracovními výzvami, do důchodu i na rodičovskou, stěhujícími se po Čechách i do ciziny, přivítali postupně téměř dvě desítky nových kolegů a kolegyň. Tento boom nováčků si vyžádal větší úsilí s jejich dobrým zapracováním, a tak vznikl formát setkávání s novými kolegy „Bábovky“, pojmenovaný po skvělém moučníku paní Marušky z kavárny odvedle, která ho na každé setkání připravuje s obavou, „co bude uvnitř“.

Hlavním posláním našich služeb bylo i v roce 2022 umožňovat **život doma** lidem, kteří by to bez pomoci nezvládli, a poskytovat na Praze 7 profesionální sociální služby podporující kvalitní a důstojný život.

Když jsme v rámci jarního strategického plánování hledali hodnoty, které naše týmy spojují a které jim pomohly projít složitým obdobím posledních dvou let, našli jsme **znalosti a odbornost, odvahu**, schopnost spolupráce i schopnost reakce na změny a fokus na zachování důstojnosti všech aktérů péče.

Za zachovávání těchto hodnot, za odhodlání hledat řešení tam, kde ostatní cítí beznaděj, děkuji kolegům v přímé péči i těm, kteří je vedou a podporují.

Martina Pojarová,
ředitelka Pečovatelského centra Praha 7



PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

vedoucí Mgr. Bedřiška Kotmelová
ve spolupráci s Mgr. Petrem Krbcem, DiS.

361 klientům

jsme v roce 2022 poskytli
některou službu

365 dní v roce

poskytujeme naše služby.

22 363

hodin přímé péče jsme strávili u klientů
(bez dovážky obědů a praní prádla).

**Kromě seniorů jsme pečovali
o lidi s chronickým onemocněním
či tělesným postižením.**

44

klientů Pečovatelské služby
navštěvovaly naše pečovatelky
prakticky každý den v roce.

4 704 hodin provozu

Pečovatelská služba
zajistila.

33

K tolika klientům jsme
v r. 2022 chodili třikrát
či vícekrát za den.



88 let

byl průměrný věk klientů
Pečovatelské služby v roce 2022.

90 let

a více bylo 114 klientům
naší Pečovatelské služby.

361



Provozní doba Pečovatelské služby
Po–Pá 7.30–21.00 hodin
So–Ne a svátky 7.30–19.30 hodin

SOCIÁLNĚ ODLEHČOVACÍ CENTRUM

vedoucí Bc. Radek Hušek

167 klientů

a jejich rodin jsme podpořili prostřednictvím
jednorázových i opakovaných pobytů.

365 dní

v roce jsme pečovali
v Sociálně odlehčovacím centru.

226 pobytů

se u nás uskutečnilo v roce 2022.



84 let

byl v roce 2022 průměrný
věk klientů, kteří trávili dny
v odlehčovacím centru.

312 hodin

jsme prožili na skupinových aktivizačních
programech (kulturních, hudebních i pohybových)
a nespočetně dalších na individuálních setkáních.



nonstop

Provozní doba Sociálně
odlehčovacího centra: nonstop

DENNÍ STACIONÁŘ

vedoucí Mgr. Barbora Benešová

918

klientských návštěv se uskutečnilo
v roce 2022 v Denním stacionáři.

6

mezigeneračních setkání
jsme si užili.



81 let

byl průměrný věk klienta
Denního stacionáře.



stacionář

Provozní doba Denního stacionáře:
Po–Pá 7.00–17.00 hodin

PORADNA

vedoucí Mgr. Klára Tomková

184 intervencí

telefonicky, e-mailem i osobně
poskytla Poradna za r. 2022.

5 minut až 1,5 hodiny
trvaly jednotlivé intervence.

minuty

Provozní doba Poradny:

Telefonické poradenství 8.00–16.00 hodin.

Osobní návštěvy vždy dle dohody, je možné sjednat návštěvu
i mimo uvedený čas i v domácnosti klienta.





NAŠI LIDÉ

Pokud je cílem naší organizace dobrá **péče o seniory a lidi se zdravotním znevýhodněním**, je primárním cílem vedení organizace dobrá péče o zaměstnance.

Do oblasti lidských zdrojů jsme získali dvě nové posily – HR specialistku PhDr. Zdenu Honsovou Filípkovou a personalistku Elišku Navrátilovou. Vedle standardní **podpory zaměstnanců** nám přibyla i možnost věnovat se více **vzdělávání a podpoře jednotlivých pracovníků**, plánování vzdělávání pro týmy i **procesu výběru a zaučování nových kolegů**.

Podle průzkumu, který v pečovatelském centru v roce 2022 probíhal, naši zaměstnanci nejvíce oceňovali **pracovní kolektiv, týmovou spolupráci a smysluplnost práce**. Samozřejmě se odhalila i bolavá místa, např. přemíra administrativy či materiálně-technické zázemí zejména ve starších budovách.

S potěšením jsme zaznamenali nárůst zájmu studentů SŠ i VŠ pedagogických a sociálních směrů o praxe či **stáže v našich službách**. Na tyto krátkodobé zaměstnance jsme od klientů i vedení služeb dostali převážně kladné ohlasy, část studentů si na službách rovnou domluvila letní brigády.

V listopadu tým Sociálně odlehčovacího centra doplnila nová aktivizační pracovníce Petra Selingerová, která nahradila odcházející Evu Plešnerovou. Eva po dlouhém působení u nás odešla do důchodu, aby měla konečně čas na vnoučata, částečně ale pro nás pracuje i nadále. Rozšířili jsme pečovatelský tým tak, aby bylo možné posílit noční služby.

Denní stacionář pod novým vedením Barbory Benešové v srpnu **úspěšně obhájil certifikát Vážka**, který na základě auditu uděluje Česká alzheimerovská společnost (ČALS). Jsme rádi za potvrzení, že jdeme správnou cestou. 12 z 19 oblastí získalo 85 %, zbývajících 7 (individualizovaná péče, důstojnost klientů, funkčnost zařízení, prostory pro klienty, zázemí pro personál, počet a kvalifikace pracovníků a kompetence pracovníků) dokonce 100 %.

V Pečovatelské službě jsme provedli týdenní mapování časových snímků dne. Potvrdilo se, že koordinace terénní pečovatelské služby je náročnou disciplínou. Sonda do denních činností pečovatelek dala podnět k plánování změn v organizaci práce.

U několika pozic se nám osvědčila výběrová řízení **„z interních zdrojů“**. Oceňujeme kratší adaptaci, lepší zaškolení na nové pozici i znalost „terénu“ a především vysokou motivaci kolegů pracovat na smysluplných změnách.



Tip Zdenky Honsové Filípkové: Pečovatelství je náročná disciplína, jak nevyhořet?

„Aby oheň přiměřeně hořel, ale nevyhasl nebo se nedostal mimo kontrolu, je potřeba o něj pečovat. Příkladat, ale „nerozfajrovat“ to moc, rozfoukávat, když uhasíná.

Když se nám nedaří podle našich představ, **je správné si říct o pomoc**. V naší profesi jsem nejdůležitější „pracovní nástroj“ já sám – **mé fyzické zdraví i psychická pohoda**. Nemůžu dobře pomáhat druhým, když sám/sama nejsem v pořádku. Je potřeba při všem tom pečování se umět dobře starat sám o sebe – přiměřeně jíst, spát, hýbat se, nezapomínat se smát. Když se objeví problém, vždy má řešení, ale musí se o něm vědět – tedy problémy netutlat. **Máme zkušené vedoucí či koordinátory, kteří jsou z praxe, vědí, znají, umí: naslouchat, pomoci, případně předat tomu, kdo umí pomoci nejlépe.**

V Pečovatelské službě máme kazuistické semináře, kde je možné rozebrat těžké příběhy lidí. Každý zaměstnanec má možnost využít krizovou konzultaci se spolupracujícími interventy a lektory Lucií Salačovou nebo Janem Vališem. Případně se lidé mohou obracet na mě.“

lidé

VZDĚLÁVÁNÍ

V naší organizaci používáme každý rok obnovované „Vzdělávací menu“. V roce 2022 bylo menu zaměřené především na péči o lidi s demencí a péči v závěru života. Při jeho tvorbě jsme využili jak standardní nabídky osvědčených vzdělavatelů, tak kurzy na klíč. Dvacetihodinový kurz kinestetiky podpořil kolegy v přímé péči v šetrné manipulaci s břemeny, a přispěl tak k prevenci onemocnění zad.

Know-how café

Odstartovali jsme cyklus neformálního vzdělávání s názvem „Know-how café“. Pravidelně jedenkrát za dva měsíce se zaměstnanci centra napříč pracovními pozicemi scházeli nad novinkami v oblasti péče a podpory seniorů. Během roku jsme otevřeli témata, jako např. možnosti sebezpečí v době krize, podpora péče PetBotem, virtuální realita, epidemie osamělosti jako rizikový faktor pro zdraví, nebo jsme zhlédli příběh švédské blogerky v dokumentu „Život začíná po stovce“. **Děkujeme kavárně Liberál** za vstřícné prostředí a všem pozvaným odborníkům na daná témata za spolupráci.

Pečovatelské centrum Praha 7
Know-how café PCP7
podpora a profesní rozvoj (nejen) pro pracovníky Pečovatelského centra Prahy 7
Kdy: 31. srpna od 15.30 hodin
Kde: Kavárna Liberál, Heřmanova 6, Praha 7
Zveme vás na další setkání z cyklu **Know-how café**, které PCP7 připravuje pro své pracovníky a všechny, kteří se zajímají o aktuální témata a novinky v oboru sociální práce a péče o seniory.
Vítání jsou skutečně všichni, od pečovatele a řidičů po ekonomku a účetní!
Téma 31. srpna: Být aktivní a mít vůli učit se stále novým věcem není otázkou věku! O tom se přijďte společně přesvědčit na promítání filmu **Život začíná po stovce**, který vypráví o švédské blogerce Dagny narozené již v roce 1912. Skrze svůj příběh ukazuje, že je třeba odhodit strach – **na to je život příliš krátký.**
Pro příští setkání z cyklu Know-how café si zarezervujte **19. října a 14. prosince.**
Pivo a párek zajištěny. Těšíme se na vás!
Martina Pojarová

Pečovatelské centrum Praha 7
Know-how café PCP7
podpora a profesní rozvoj (nejen) pro pracovníky Pečovatelského centra Prahy 7
14. prosince od 15.30 hodin
Kavárna Liberál, Heřmanova 6, Praha 7
Přijdeš na prosincové Know-how café do Liberálu?
No nevíme, to téma osamělosti je docela těžké.
Mně tuhle přijde důležitější to řešit. Zvlášť, protože před Vánoce...
Dáko je fakt, že je to u našich klientů celkem častý.
Vlastně tak jako všude kolem.
To je pravda, mělo by se hodně o tom vědět víc.
Do pojď. A když to bude prude, alespoň dáme pivo a párek.
Ok, tak já přijdu.
Věděli jste, že osamělost zkracuje délku produktivního života a její dopady na zdraví mohou být srovnatelné s kouřením nebo obezitou? Nechtěná samota dopadá především na seniory. Někteří odborníci dokonce mluví o epidemii osamělosti. Jak ale můžeme osamělost zmírňovat a čím pomoci našim klientům? Zveme vás na další setkání z cyklu Know-how café, kde o tomto tématu můžeme společně pohovořit.
Pivo a párek zajištěny. Těšíme se na vás!
Martina Pojarová

Edukace a trénink poradců – odborné sociální poradenství pro lidi se syndromem demence a jejich rodinné příslušníky

Díky podpoře **projektu** financovaného z EU mohla většina sociálních pracovníků centra absolvovat komplexní kurz „**Edukace a trénink poradců**“ pořádaný **Českou alzheimerovskou společností** v celkovém rozsahu 80 hodin. Kurz byl zaměřen vedle poradenské edukace i na předávání zkušeností z dobré

poradenské praxe a výsledné zlepšování kvality života osob pečujících i opečovávaných, na redukcí břemene péče, pečovatelského stresu a zátěže jako základního předpokladu pro udržení a podporu péče o osoby s demencí v domácím prostředí. Velmi přínosnou součástí kurzu bylo i **setkání napříč organizacemi** a navazování potřebných kontaktů pro praxi.

Jak kurz hodnotí samotní účastníci?

Petra Mančušková na kurz ráda vzpomíná, spousta věcí ji hodně ovlivnila a posunula v praxi dále.

„Pro mě osobně byly hodně důležité veškeré informace k vedení poradenských rozhovorů. Pomoc v komunikaci s vyčerpaným rodinným pečujícím nebo s pečujícím, který má pocit viny, že nezvládá pečovat a chce umístit svého příbuzného do pobytového zařízení. Různé typy rozhovorů jsme si během kurzu mohli v bezpečném prostředí s lektory vyzkoušet, ve své praxi z toho nyní hodně čerpám.“

Klára Tomková: „Kurz Edukace poradců mě utvrdil v přesvědčení, jak je důležitá dlouhodobá a pravidelná podpora rodinných pečujících tak, aby během náročného životního období mohli cítit podporu a zájem o jejich situaci a předcházelo se zbytečným krizovým situacím, vyhoření či kolapsu všech, kteří intenzivně pečují. Mám radost, že jsme v tomto duchu dokázali úspěšně napsat projekt, který bude v dalších letech realizován.“

Barbora Benešová: „Kurz mi umožnil nasbírat mnoho cenných informací a zkušeností pro mou praxi. Jednou z takových oblastí, kde jsem si mohla rozšířit obzory, bylo právní zastoupení. Cítím se tak jistější při nápomoci osobám při nutnosti vyřízení opatrovnictví a dalších institutů v rámci péče o jejich blízké.“

Olga Grulichová: „Nejvíc využiji, a už jsem využila, techniky krizové intervence u pozůstalých. Hned to zafungovalo, měla jsem z toho opravdu dobrý pocit.“

Know-how



Case management

Během roku 2022 se nám podařilo díky **spolupráci s MČ Praha 7 a Centrem pro důstojné stárnutí při organizaci Sue Ryder** odstartovat rozvoj péče a podpory seniorů metodou **case managementu**. Nejde o další prázdný pojem, ale o užitečnou komplexní metodu práce, která je vhodná pro řešení složitých životních situací a zdravotních potíží osob s vícečetnými problémy. Metoda case managementu propojuje různé složky systému služeb, hledá řešení tam,

kde je systém děravý. Vedle sociálních a zdravotních služeb spolupracuje se státní správou, komunitou a neformálními pečujícími. **Tento přístup klade důraz na hospodárnost celého procesu, a to z pohledu klienta i systému.** Naše sociální pracovníce se staly součástí pracovní skupiny, a podílely se tak na tvorbě výcvikového programu **Case management jako nástroj podpory seniorů**, který organizace Sue Ryder odstartuje už v roce 2023.

Kurz Rozvoj kompetencí pracovníků v sociálních službách v kontextu péče o klienty v závěru života nebo s život limitujícím onemocněním

Již od roku 2020 běží v naší organizaci kurz, který jsme akreditovali, zaměřený na těžká témata spojená s péčí v závěru života. **Kurzem nás provází lektorský tým Daniela Vodáčková, Ilona Peňasová, Lucie Salačová, Jan Vališ a v tématu bolesti Jana Hrachová.** Kurz má u kolegů velice kladné hodnocení. Vyvinula se z něj i tzv. kazuistická setkávání, kde pod vedením Lucie Salačové a Jana Valíše probírají pracovníci přímé péče ty nejtěžší situace s klienty z praxe.

Rovněž se na základě tohoto kurzu uskutečnilo zatím první setkání napříč týmy s **tématem komunikace a sebepéče v extrémně obtížných situacích**, kterým nás provázel stejný tým lektorů z předchozího kurzu. Kolegyně si z praxe vybraly dvě témata týkající se **neshod v rodině** v tom, jak by se mělo pečovat o klienta naší služby, a **nevhodného chování** ze strany klientů nebo rodinných příslušníků klientů k pracovníkům přímé péče.

2022



AKCE

Kulatý stůl Svěprávnost

Základní myšlenkou a zároveň hlavní funkcí formátu Kulatých stolů je otevřeně diskutovat **nejvýznamnější a aktuální témata**, se kterými se sociální pracovníci setkávají napříč organizacemi. Kulatého stolu s tématem „**Svěprávnost a její omezení a další podpůrná opatření v péči o lidi s demencí**“ se účastnilo celkem 9 organizací, které se s tématem svěprávnosti setkávají.

Letní večírek

Již se stalo pravidlem, že kvůli proticovidovým opatřením byly vánoční večírky rušeny. Po dlouhé době se jeden takový podařilo zorganizovat v (dnes již zrušeném) domku **Domus Vitae ve Stromovce**. Vánoční večírek v létě se tak konal 23. 6. 2022.

Naše pozvání přijaly také odbornice na danou problematiku **Mgr. et Mgr. Hana Číberová**, soudkyně řešící opatrovnickou agendu, a **Mgr. et Mgr. Tereza Brunerová**, psycholožka a právnička s praxí v podpoře seniorů a pečujících v akutních krizových situacích, seniorů s demencí a jejich rodin. Akci jsme pořádali ve spolupráci s Odborem sociálních věcí, oddělením sociální práce MČ Praha 7.



Pečovatelské centrum
Praha 7

**Radujme se, veselme se,
sejdeme se...**

VÁNOČNÍ VEČÍREK V LÉTĚ
23. 6. 2022 od 15.30

DOMUS VITAE ALIAS
„DOMEČEK“
(Královská obora 74)

Pojďme se spolu sejít, popovídat, radovat a seznámit se se svými kolegy mimo pracovní povinnosti v neformálním prostředí a oslavit další společný rok.

Ke správné veselici patří i dobré jídlo a pití:

Jako vždy pro každého
1 jídlo + 2 nápoje od PCP7

&

Dobrovolné domácí dobroty od
nás zaměstnanců
(nejlépe připravené rovnou ke konzumaci bez
nutnosti dalšího servírování)

*Partneři, děti i čtyřnozí parťáci vítáni!

Zažít město jinak

V roce 2022 jsme se opět připojili k akci **Zažít město jinak, tentokrát s tématem „Bez zábran“**. Návštěvníky jsme přivítali přímo na zahradě našeho Sociálně odlehčovacího centra v Kamenické ulici. Pro zájemce byl připravený oblek stárnutí (ageing suit), který pomáhá simulovat zdravotní obtíže (nejen) starších osob, např. bolest zad, zákal oční čočky, zúžení

Den zdraví na Sedmičce

V listopadu jsme se zúčastnili akce **Den zdraví na Sedmičce**, která se konala na Poliklinice Prahy 7. Poradit zájemcům byly připraveny sociální pracovníce Klára Tomková a Petra Mančušková. „Nejen, že jsme mohly poradit těm, kteří v hledání pomoci ve stáří či nemoci tápou, ale také jsme si mohly popovídat s našimi současnými a třeba i budoucími klienty naživo. Toho jsme si po covidovém období zvláště cenily. A protože se v praxi často setkáváme s dost smutnými příběhy, mile nás dojalo vyprávění starší paní, která zcela nezištně pomohla své osamělé sousedce.


zorného pole, ztrátu sluchu (na vysoké frekvenci), omezení pohyblivosti hlavy, ztuhlost kloubů, ztrátu svalové síly, sníženou schopnost úchopu nebo snížené koordinační schopnosti. **Program se uskutečnil ve spolupráci s Českým institutem informatiky, robotiky a kybernetiky ČVUT v Praze.**


Začalo to drobnou pomocí s vyhledáním lékařské pomoci a skončilo zajištěním stěhování paní sousedky do seniorského bydlení, protože její pobyt doma už nebyl možný. Nebýt přemýšlivé a akční sousedky, možná by byl osud osamělé ženy nasměrován rychlou záchrannou službou do nemocnice a následně LDN... Takové příběhy všímavosti a solidarity nás vždycky potěší,” shodují se Klára s Petrou.

AKCE

Vánoční večírek

Po covidových letech jsme se konečně dočkali skutečného **vánočního večírku**, který proběhl v **úžasném klubu Avion ukrytém ve vnitrobloku blízko našeho ředitelství**. Děti zaměstnanců ředitelství ve věku od 4 do 14 let vlastnoručně namalovaly přání pro naše zaměstnance a spolupracovníky, nechyběly domácí perníčky a adventní výtvarná dílna.



 Pečovatelské centrum
Praha 7

Pozvánka na vánoční večírek PCP7

Milé kolegyně a milí kolegové,
po dvou letech...je to tu! Tímto vás srdečně zveme na opravdový, prosincový vánoční večírek Pečovatelského centra.

Klub Avion, Heřmanova 25, Praha 7
Čtvrtek 24. 11. 2022 od 15.30 hodin

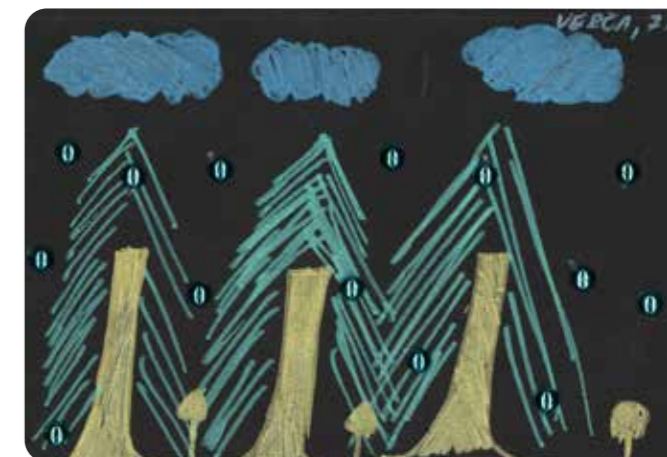
Občerstvení bude pestré a proběhne formou rautu. Večírek bude těsně před začátkem adventu, proto vám nabízíme možnost vyrobit si a odnést **adventní věnec**.

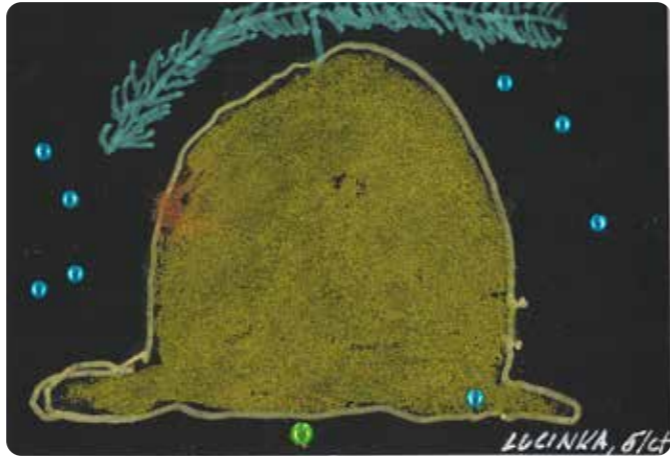
Výroba věnců s externí lektorkou začne v 17.30

Pokud máte zájem o zdobení věnce, **do 20.11. ZAŠLETE SMS na tel. 773 072 081 ve tvaru příjmení – věnec.**

Budeme objednávat zelené, již uvázané korpusy, potřebujeme znát přesný počet (1 věnec na osobu). Není třeba nosit žádné ozdoby, vše bude připraveno.


Děkujeme vám za celoroční spolupráci, těšíme se na vás,
Martina Pojarová





POMOC A ÚSPORY

Pomoc Ukrajině

24. února jsme se probudili do dne, kdy začala válka, pro mnohé v 21. století nemyslitelná. Tato **invaze** odstartovala v evropských poměrech nebývale velkou **migrační vlnu**. Proto se i naši kolegové aktivně zapojili do činností na pomoc uprchlíkům přijíždějícím na **Hlavní nádraží** v Praze nebo těm, kteří přišli do **Pražského kongresového**

Úspory za plyn, elektřinu a pohonné hmoty

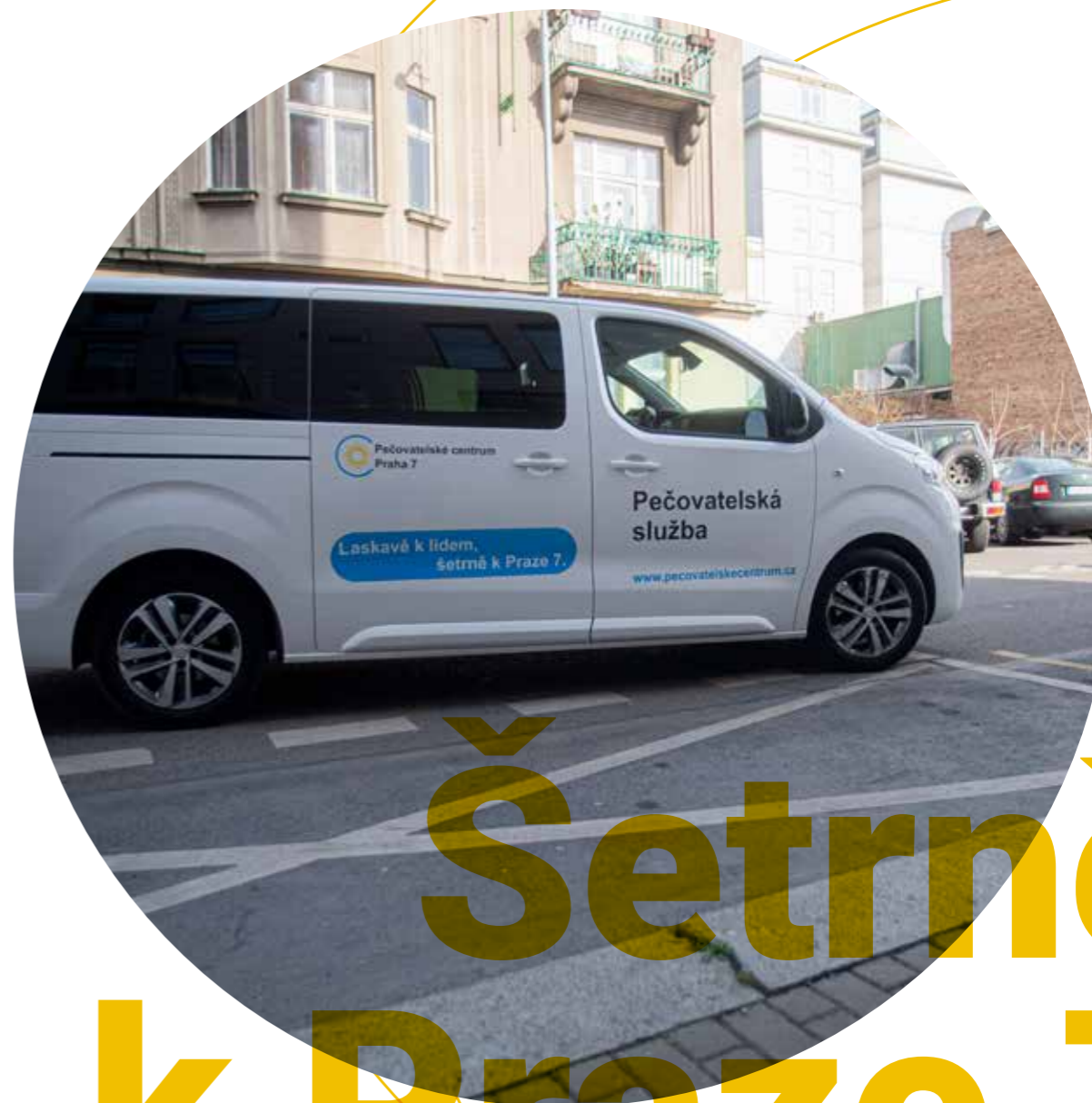
Kvůli válečnému konfliktu se tématem číslo 1 staly **energetické úspory**, nikdo totiž netušil, jak se budou v průběhu roku vyvíjet zásoby a ceny energií. Naštěstí se plán úspor připravoval již několik let.

Díky rekonstrukci plynové kotelny, kterou zorganizovala a financovala MČ Praha 7, jsme v odlehčovacím centru v Kamenické ušetřili 9 741 m³ plynu. Ještě před rokem by nás nenapadlo, jak moc to bude znamenat. Přepočítáno průměrnou cenou plynu za r. 2022 činila úspora hrubým odhadem 105 000 Kč.

centra, hlavního centra pomoci Ukrajině. Na těchto místech působilo během prvních třech nejkritičtějších měsíců dobrovolnicky pět našich kolegů, každý dle svých možností. Po první vlně pomoci jsme se začali s uprchlíky setkávat i v jiných situacích, jako se zájemci o práci, posléze kolegy nebo klienty Poradny.

V Kamenické 46 jsme také v součinnosti s MČ Praha 7 vyměnili stará svítidla za úspornější LED. Povedlo se nám tak částečně vykompenzovat navýšení spotřeby elektřiny kvůli dobíjení našich dvou elektromobilů. Díky elektrifikaci vozového parku jsme oproti minulému roku ušetřili 777 litrů pohonných hmot, a to i přesto, že jsme za rok 2022 najeli o 1 600 km více.

Nový elektromobil Peugeot e-Traveller má oproti našemu prvnímu elektro vozu navíc sklopnou nájezdovou plošinu pro přepravu imobilních klientů. Obě naše „elektro dodávky“ jsou označeny sloganem „**Laskavě k lidem, šetrně k Praze 7**“.



Šetrně k Praze 7

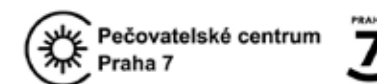





Snížení množství odpadu i emisí při rozvozu obědů

V červnu r. 2022 jsme přešli při rozvážce obědů z klasických třípatrových jídelnosičů a v době pandemie jednorázových obalů na znovupoužitelné **REkrabičky**. Jednorázové obaly jsme z ekologických důvodů už nechtěli používat a k jídelnosičům jsme se, také kvůli obtížné manipulaci a velkým nárokům na prostor při přepravě, vracet nechtěli.


Díky používání menších krabiček jsme tak mohli **omezit počet aut**, které obědy rozváží. Ve specifických případech (o víkendech nebo u zdravotního omezení, zejména pokročilého stadia demence) sice musíme používat jednorázové obaly, avšak celkový poměr je 85 ku 15 ve prospěch REkrabiček.



NÁVOD k používání:

 **REkrabička je vratná** včetně víčka a je majetkem PCP7

 **Nepoužívejte ji k ohřevu** jídla (mikrovlnná trouba, sporák apod.)

 **Nekrájejte v ni** potraviny nožem ani ostrými předměty

REkrabička

REkrabička

PODĚKOVÁNÍ DÁRCŮM A SPŘÁTELENÝM ORGANIZACÍM

Do **Denního stacionáře v Tusarově ulici** v průběhu roku pravidelně docházely **děti z MŠ U Uranie** v rámci dlouhodobé spolupráce zprostředkované organizací **Mezi námi**, o. p. s., Velikonoce děti oslavily s návštěvníky stacionáře tanečním a hudebním programem, příchod podzimu společnou výrobou draků, o Vánocích připravily děti s paními učitelkami divadelní představení Betlém. Zároveň jsme navázali spolupráci se **3. třídou ZŠ T. G. Masaryka** a ve vánočním čase společně zdobili perníčky. Klienti společně s pracovníci vyrobili dětem drobné dárečky jako poděkování.

Harmoniku a zpěv do stacionáře opakovaně přinesli **manželé Orságovi**, muzikanti, s nimiž spolupracujeme mnoho let. Ke konci roku udělal klientům Denního stacionáře radost svým hudebním vystoupením syn jedné z našich klientek, Petr Hloušek, společně s 10letým cellistou Tobiášem.

Díky holešovickému pekařství **Zrno a zrnko** bylo každou středu ke kávě i něco dobrého na zub. Skvělé pečivo a koláčky chutnaly i zkušeným pekačkám z Denního stacionáře!

Již potřetí se návštěvníci **Kafe NA ZASTÁVCE** mohli stát Ježíšky. V prostorách útulné kavárny u tramvajové zastávky Maniny byla opět vyvěšena **přání návštěvníků Denního stacionáře na Stromu přání**. Mezi dárky, které si klienti přáli, se objevily například kosmetika (krémy tradiční české značky), veselé ponožky s hudební tematikou, pouzdro na mobilní telefon, teplá pletená čepice a rukavice, román současného autora nebo vitaminový balíček.

Velké díky patří také mnoha kolegům, kteří nás inspirovali a inspirují jak v oblasti organizace péče, tak práce s rodinami v obtížných situacích, i odborníkům na poli péče o lidi s demencí. Velkou radost máme i ze spolupráce se **sociálními pracovníky pracujícími na Praze 7** v příbuzných službách a na úřadě MČ Praha 7, s nimiž se snažíme hledat řešení tam, kde síly jedné organizace nestačí.

Děkujeme také našim dárcům:

Štěpánce Vykopalové za televizor Samsung v hodnotě 4 000 Kč.
Vlastě Fialové, že nám věnovala 20 000 Kč.
Od Ing. Miroslava Kajánka jsme získali 6 000 Kč.



Za poslední tři roky se svět, jak jsme ho znali, změnil.
Přesto jdeme dál vybaveni odvahou i odborností, schopností spolupracovat
i reagovat na změny se stálým zřetelem na důstojnost klientů i nás samotných.

Pojďte s námi do roku 2023!

    
Martina Poljarová Bedřicha Kitzelová Martina Melicharová Jan Poljar Petr Křibec

ČÍSLA – ÚČETNÍ ZÁVĚRKA

1 ROZBOR HOSPODAŘENÍ ZA ROK 2022

| Výnosy (v tis. Kč) | Hlavní činnost – skutečnost k 31. 12. 2022 | Doplňková činnost – skutečnost k 31. 12. 2022 |
|--|---|--|
| Tržby z prodeje vlastních výrobků a služeb | 14 441,7 | |
| Ostatní výnosy | 579,5 | 15,3 |
| Úroky | 1,6 | |
| Čerpání fondů | 299,0 | |
| Provozní dotace z rozpočtu MČ Praha 7 | 13 570,0 | |
| Neinvestiční dotace ze SR (MPSV ČR) | 24 416,8 | |
| Provozní grant z rozpočtu magistrátu HMP | 11 333,0 | |
| Výnosy z Projektu OPZ – výzva č. 99 | 1 264,7 | |
| Výnosy celkem | 65 906,3 | 15,3 |

| Náklady (v tis. Kč) | Hlavní činnost – skutečnost k 31. 12. 2022 | Doplňková činnost – skutečnost k 31. 12. 2022 |
|------------------------------|---|--|
| Spotřební materiál a energie | 4 332,5 | |
| Služby | 7 873,2 | |
| Osobní náklady | 51 991,1 | |
| (v tom mzdové náklady) | 37 552,8 | |
| Odpisy HIM a NHIM | 479,0 | |
| Ostatní náklady | 1 007,9 | |
| Daň z příjmu | 0,3 | |
| Náklady celkem | 65 684,0 | 0 |

| | | |
|-----------------------------|--------------|----------|
| Hospodářský výsledek | 222,3 | 0 |
|-----------------------------|--------------|----------|

2 ROZVAHA ZA ROK 2022 (v Kč)

| | |
|-----------------------------|----------------------|
| AKTIVA CELKEM | 66 643 510,12 |
| A. Stálá aktiva | 3 277 331,22 |
| Dlouhodobý nehmotný majetek | 0,0 |
| Dlouhodobý hmotný majetek | 3 204 619,22 |
| Dlouhodobý finanční majetek | 0,0 |
| Dlouhodobé pohledávky | 72 712,00 |
| B. Oběžná aktiva | 63 366 178,90 |
| Zásoby | 269 514,74 |
| Krátkodobé pohledávky | 53 639 246,60 |
| Krátkodobý finanční majetek | 9 457 417,56 |

| | |
|--|----------------------|
| PASIVA CELKEM | 66 643 510,12 |
| C. Vlastní kapitál | 7 777 437,86 |
| Jmění účetní jednotky a upravující položky | 2 640 598,01 |
| Fondy účetní jednotky | 4 899 232,11 |
| Výsledek hospodaření | 237 607,74 |
| D. Cizí zdroje | 58 866 072,26 |
| Rezervy | 0 |
| Dlouhodobé závazky | 2 213,37 |
| Krátkodobé závazky | 58 863 858,89 |

Poděkování dárcům a spolupracovníkům



NAŠE HODNOTY

OPÍRÁME SE O **ODBORNOST** A ZNALOSTI.

S **ODVAHOU** ZVLÁDÁME I TĚŽKÉ SITUACE.

TRVÁME NA **DŮSTOJNOSTI** KAŽDÉHO.

SPOLUPRACUJEME, ABYCHOM NALEZLI ŘEŠENÍ.

PROMYŠLENĚ **REAGUJEME** NA MĚNÍCÍ SE SVĚT.



Pečovatelské centrum
Praha 7

Pečovatelské centrum Praha 7, Heřmanova 1, Praha 7

www.pecovatelskecentrum.cz