

VÝROČNÍ ZPRÁVA



2019

Unie ROSKA, reg.org. ROSKA České
Budějovice, z.p.s.

Jsme tu, abychom pomáhali pacientům
s roztroušenou sklerózou a jejich blízkým.

Roztroušená skleróza je chronické zánětlivé autoimunitní onemocnění, kterým na celém světě trpí kolem 2,5 milionu nemocných, v Česku se aktuální počet odhaduje na 20 tisíc pacientů a každý rok přibude dalších 700 lidí.

Dříve se pohybová aktivita pacientům s RS příliš nedoporučovala, aby se jim ještě více nezhoršila únava – jeden z častých a výrazně limitujících příznaků. Dnes už ale víme, že pravidelná péče o fyzickou i psychickou kondici je naprosto zásadní a je nezbytnou součástí úspěšného léčebného režimu.

Pro pacienty s RS je vhodná fyzická aktivita ve střední zátěži nejméně dvakrát týdně po dobu 30 minut, ideální je kombinace aerobního cvičení a posilování. Už půl hodina pravidelného cvičení totiž významně zvyšuje takzvaný neurotrofní faktor, který příznivě působí na nervové buňky – vede k jejich podpoře, růstu a vytváření nových nervových spojení.

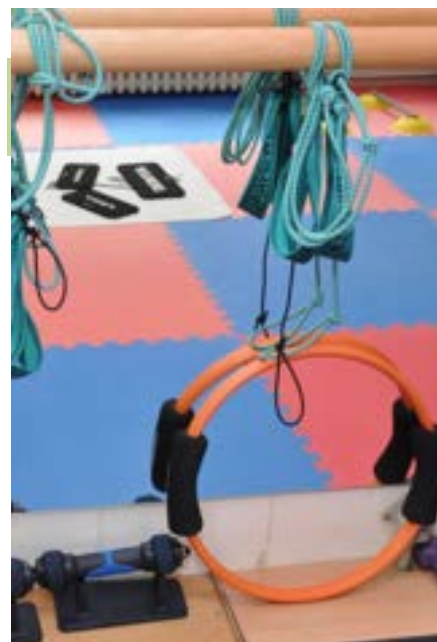
Pokud pacient začne takto pravidelně cvičit, už po 10 týdnech u něj můžeme pozorovat zlepšení svalové síly, snížení únavy, pacienti jsou ve větší psychické pohodě a celkově se jim zlepšuje kvalita života.

Čekací doby na rehabilitační oddělení mohou dosáhnout až několik měsíců. Proto jsme zbudovali rehabilitační centrum, kam mohou pacienti chodit cvičit pět dní v týdnu, osm hodin denně individuálně, ale i na skupinová cvičení pod vedením odborných fyzioterapeutek a cvičitelek.

Nyní už je to jen na každém z nás.

PŘEJI VŠEM PEVNÉ ZDRAVÍ A SKVĚLOU FYZIČKU!!

Věra Švábová
předsedkyně



Obsah

Slovo úvodem	1
Kdo jsme?	2
Rekondice Mačkov	2
Cvičení, plavání, přednášky	3
MaRS	3
Den RS a další aktivity	4
Plán činností	5
Výkonný výbor, členská základna	5
Finanční zpráva	6
Rozvaha	7
Poděkování	8

KDO JSME?

Jsme zapsaný pobočný spolek pacientů s roztroušenou sklerózou. Náplň naší činnosti je realizována podle schválených "STANOV" Unie Roska – české MS společnosti. Spolek je humanitární organizací, jejímž účelem je sdružování a všestranná podpora lidí s roztroušenou sklerózou.

MS CENTRUM ROSKA ČESKÉ BUDĚJOVICE jako informační, poradenské a kontaktní místo pro nemocné s roztroušenou sklerózou a jejich blízké vzniklo v červnu 2009. Od té doby nepřetržitě pomáhá pacientům s roztroušenou sklerózou bez ohledu na členství v naší organizaci.

V roce 2019 jsme usilovali o zprovoznění vlastního rehabilitačního centra, protože pravidelný pohyb a cílená rehabilitace jsou pro pacienty s RS nedílnou a velice důležitou součástí léčby. Ve zdravotnických zařízeních jsou dlouhé čekací doby a rehabilitace, která má být intenzivní (tzn. 2-3 rehabilitace týdně) často probíhá s frekvencí 1x za týden či 14 dní, což je velmi nedostačující a často má za následek jen minimální zlepšení. Náš záměr se nám podařil a 26.9.2019 jsme slavnostně otevřeli NAŠE rehabilitační centrum. Centrum má 4 zaměstnance, kteří jsou zaměstnáni na chráněných pracovních místech. Jejich mzda je hrazena z velké části z příspěvku na podporu zaměstnávání osob se zdravotním postižením.



ZPRÁVA O ČINNOSTI

V roce 2019 jsme uspořádali:

REKONDICE V MAČKOVĚ - konala se **2.-9.11.2019**. Účastníků bylo 9. Rekondice byla financována z prostředků státního rozpočtu, naší regionální organizace a spoluúčasti zúčastněných. Program byl koncipován podle vypracovaného odborného návrhu lékařského garanta Unie Roska Doc. MUDr. Evy Havrdové CSc. pro postižené roztroušenou sklerózou. Každodenní bohatý program se sestával z rehabilitačních cvičení, jízd na koni, plavání v bazénu a procházkách po okolí. Po večerech jsme zpívali za doprovodu kytary. Rekondici a cvičení vedla odborná cvičitelka Bc.Věra Švábová.



REHABILITAČNÍ CVIČENÍ

V první polovině roku se konalo každé kalendářní úterý od 17.00 do 18.00 hod v rehabilitačních prostorách polikliniky JIH - cvičení vedla odborná cvičitelka Věra Švábová. Zúčastnilo se 9 osob. Od září jsme začali cvičit v nově zbudovaném rehabilitačním centru Rosky České Budějovice, kde mohou pacienti cvičit každý den od pondělí do pátku od 8.00 do 17.00 individuálně nebo na skupinových lekcích. Nabídka je bohatá.

- Jóga - Mgr. Zuzana Kornatovská
- Kruhový trénink pro pacienty s roztroušenou sklerózou - Mgr. Edita Strusková
- Feldenkraisova metoda - Jitka Hosnedlová
- Rekondiční cvičení – Věra Švábová

Cvičení byla částečně hrazena ze státní dotace Ministerstva zdravotnictví a příspěvků zúčastněných. Jednorázové vstupné pro lidi s doporučením neurologa 50 Kč nebo zakoupení permanentky na 10 vstupů za 300 Kč.



REHABILITAČNÍ PLAVÁNÍ

Pro pravidelné plavání je vhodný bazén v Českých Budějovicích, který má bezbariérový vchod, a je tedy vhodný i pro imobilní pacienty. Další možností byly návštěvy bazénového komplexu v lázních Aurora Třeboň. Plavání je hrazeno ze státní dotace Ministerstva zdravotnictví a příspěvku zúčastněných, kterých bylo 9.

Účast na rekondici a všehnu rehabilitaci i cvičení dotované ze státních dotací je možné provádět **jen se souhlasem odborného lékaře - neurologa.**

PŘEDNÁŠKY

Pacienty jsme podporovali nejen ve cvičení, ale uspořádali jsme pro ně přednášky.

28.3. - přednáška **Změny financování kompenzačních pomůcek**, kterou vedla Mgr. Marcela Kryski a zúčastnilo se jí 10 zájemců. Součástí byla i ukázka kompenzačních pomůcek a rehabilitační cviky při inkontinenci.

18.9. - seminář pro nově diagnostikované pacienty **Vstoupila mi do života roztroušená skleróza – a co dál?**

3.10. - neurorehabilitační seminář na téma **Jak může pravidelný pohyb pomoci u chronických neurologických onemocnění (jako je Parkinsonova nemoc nebo RS)?**

11.12. - přednáška **Význam pohybu v léčbě RS**

Všechny přednášky byly uskutečněny u příležitosti otevření nového rehabilitačního centra.

MARATÓN S ROZTROUŠENOU SKLERÓZOU

Ve dnech 1.- 2.března. 2019. Jde o 24 hodinový maratón všech možných cvičení pro širokou veřejnost na podporu léčby roztroušené sklerózy. Akce se zúčastnilo 51 cvičenců a přestože startovné bylo dobrovolné, vybralo se 3.960,- Kč. Všechny tyto příspěvky byly použity na nákup cvičebních pomůcek, a vybavení nového rehabilitačního centra Rosky České Budějovice.

BENEFIČNÍ KONCERT K SVĚTOVÉMU A NÁRODNÍMU DNI RS

Naši nejvýznamnější a již tradiční akci, jsme letos spojili s jinou akcí, a to **ROZSVIŤME ČESKO!** pořádanou NF Impuls. Návštěvníci, kteří nás podpořili svou účastí, dostali krásnou sazenici slunečnice. Tak jako se slunečnice otáčí za sluncem, se i pacienti s RS otáčejí za nadějí ve šťastný život i s touto nevléčitelnou nemocí. Akce proběhla 30. května 2019 a ROSKA České Budějovice ji pořádala již podeváté. Koná se vždy u příležitosti Celosvětového a Národního dne roztroušené sklerózy (RS) a můžeme tedy mluvit o tradici. Je to benefiční akce s bohatým kulturním programem na jednom z největších a nejhezčích náměstí v Evropě. Smyslem Dne roztroušené sklerózy je nejen setkání pacientů a jejich blízkých při zajímavém kulturním programu, ale především šíření informací pro veřejnost, o životě s nevléčitelnou nemocí, o jejich projevech a způsobech léčby a hlavně o naději. **Naději, že diagnózou RS nic nekončí, ale i s ní můžeme žít kvalitní život.**



Přes nepřízeň počasí jsme si užili vystoupení Martina Maxy a dalších účinkujících jako např. mažoretky Hlubocké princezničky, Veliký ZUŠ Band, bubenický soubor AY CARAMBA, BIGY SBOR, taneční centrum Move 21 a divadlo DELL' ARTE.

Příprava akce tohoto typu je velmi náročná, a to nejen finančně a časově, ale hlavně po organizační stránce. Děkujeme také členkám, které přišly a aktivně se zapojily do organizace a poskytovaly informace všem zájemcům, kteří navštívili náš stánek. Je potěšující zjistit, že nejen pacienti, ale i lidé ze „zdravé“ části populace jsou ochotni nezištně pomoci při organizaci a celý den poskytovat servis s technickým zabezpečením akce.

Dle ohlasů to byla úspěšná akce, při které jsme se nejen pobavili, ale dozvěděli se i mnoho nových užitečných informací.

DALŠÍ AKTIVITY

Naše organizace je členem Krajské rady zdravotně postižených v ČR a předsedkyně je členkou výboru KRZP. Unie Roska v ČR je členem Národní rady zdravotně postižených v ČR.

Zúčastnili jsme se také projektu: **Burza Filantropie**, kam jsme přihlásili projekt „**Rehabilitační místnost pro pacienty s RS**“. Naše prezentace byla velmi úspěšná, od donátorů jsme získali neuvěřitelných 50.000,- Kč a konzultace v hodnotě 5.000,- Kč.



Radostnou a milou událostí byla také nominace předsedkyně organizace Rosky ČB Bc. Věry Švábové na **Cenu Ď** od pana Ing. Zdeňka Duspivy, ředitele ČRo České Budějovice: *“Pokud mám v Jihočeském kraji nominovat lidi na “cenu Ď pro člověka na svém místě”, vybírám paní Věru Švábovou z Unie Roska, reg. org. Roska České Budějovice (pomoc lidem s roztroušenou sklerózou - www.roska-cb.cz), která je skutečně na svém místě tak, jak by to vždy mělo být.”*

PLÁN ČINNOSTI NA DALŠÍ OBDOBÍ

V roce 2020 se zaměříme na rozvoj a propagaci rehabilitačního centra pro pacienty s RS. Otevření centra i zdravým cvičencům v rámci programu - **Fitko se sociálním přesahem**, podpoří naši snahu o samofinancování a omezí ekonomickou závislost na veřejných zdrojích.

Další významné akce plánované na rok 2020 jsou:

- Cvičení na Marsu 6.-7. března 2020
- Den RS v Českých Budějovicích na náměstí Přemysla Otakara. II. 4.6.2020
- Zapojení se do projektu „Rozsviťme Česko“
- Benefičně- sportovní akce - Trousíme se na Kleť 26.9.2020
- Hledání nových možností spolupráce s podnikatelskou sférou a společensky zodpovědnými firmami
- Přihlášení projektu do Burzy filantropie

ČLENSKÁ ZÁKLADNA

Ke dni konání členské schůze má naše organizace 70 členů.

V roce 2019, pracoval výkonný výbor RO ROSKA České Budějovice v tomto složení:

- Bc. Švábová Věra – předsedkyně
- Koklar Pavel – místopředseda
- Švábová Michaela – členka výboru
- Bc. Pavel Štoček – člen výboru
- Osvaldová Lenka – členka výboru
- Ludmila Sedláčková - samostatná revizorka

IČO 650 11 732

Bankovní spojení:

ČSOB, Poštovní spořitelna Praha

č. účtu: 233003835/030

Číslo účtu pro Veřejnou sbírku:

242 164 841/0300

e-mail: roska@roska-cb.cz

web: www.roska-cb.cz



FINANČNÍ ZPRÁVA K 31. 12. 2019

Spotřebované nákupy	193 174,00 Kč
Spotřeba materiálu	158 623,00 Kč
Spotřeba energie	33 982,00 Kč
Prodané zboží	569,00 Kč
Služby celkem	336 482,00 Kč
Cestovné	4 452,00 Kč
Náklady na reprezentaci	10 360,00 Kč
Telefony	17 252,00 Kč
Internet	4 332,00 Kč
Nájem	62 890,00 Kč
Ubytování a stravování	31 791,00 Kč
Plavání a cvičení	10 740,00 Kč
Opravy a udržování	1 798,00 Kč
Poštovné	2 397,00 Kč
Ostatní služby	174 853,00 Kč
Nákup SW	2 354,00 Kč
Reklama	13 263,00 Kč
Mzdové náklady	649 463,00 Kč
Hrubé mzdy	504 263,00 Kč
Zákon. sociál. pojištění	115 385,00 Kč
Zákon. zdrav. pojištění	24 369,00 Kč
Ostatní soc. náklady	5 446,00 Kč
Ost. daně a poplatky	1 533,00 Kč
Dary	- Kč
Jiné ost. náklady	
Poskyt. členské příspěvky	3 920,00 Kč
NÁKLADY CELKEM	1 184 572,00 Kč

Tržby	89 257,00 Kč
Tržby z prodeje služeb	32 770,00 Kč
Tržby z prodeje reklamy	55 205,00 Kč
Tržby z prodeje zboží	1 282,00 Kč
Ostatní výnosy	- Kč
Úroky	18,00 Kč
Přijaté dary	242 044,00 Kč
Veřejná sbírka	11 172,00 Kč
Přijaté členské příspěvky	10 150,00 Kč
Granty	684 367,00 Kč
Grant Jč. Kraje	286 746,00 Kč
Státní dotace	26 700,00 Kč
Provozní dotace	140 000,00 Kč
Město České Budějovice	33 833,00 Kč
Příspěvek ÚP	197 088,00 Kč
VÝNOSY CELKEM	1 037 008,00 Kč

HOSPODÁŘSKÝ VÝSLEDEK	-	147 564,00 Kč
-----------------------------	----------	----------------------

ROZVAHA k 31.12.2019

	k 1.1.2019	k 31.12.2019
A. Dlouhodobý majetek	9 348,00	9 348,00
B. Krátkodobý majetek	255 698,00	163 345,00
II. Pohledávky	5 914,00	35 095,00
1. Odběratelé	67,00	-
2. Poskyt. provozní zálohy	847,00	20 415,00
3. Jiné pohledávky	5 000,00	14 680,00
III. Krátkodobý fin. majetek	265 731,00	128 249,00
1. Pokladna	1 225,00	4 328,00
2. Účty v bance	264 506,00	123 921,00
AKTIVA	265 046,00	172 693,00

A. Vlastní zdroje celkem	257 770,00	110 207,00
I. Jmění	0,00	0,00
II. VH celkem	257 770,00	110 207,00
1. VH ve schval. Řízení	140 457,00	-147 563,00
2. Nerozdělený zisk, ztráta	117 313,00	257 770,00
B. Cizí zdroje	7 275,00	62 486,00
III. Krátkodobé závazky	7 275,00	62 486,00
1. Dodavatelé	-765,00	5 475,00
2. Zaměstnanci	3 730,00	35 169,00
3. Závazky k ZP a OSSZ	1 097,00	15 014,00
4. Ost. přímé daně	3 213,00	6 828,00
PASIVA	265 045,00	172 693,00

Bylo zpracováno a odevzdáno finanční přiznání za rok 2019. Je vedeno podvojně účetnictví. Byla provedena kontrola čerpání finančních prostředků samostatným revizorem organizace ROSKA České Budějovice. Zápis z kontroly je uložen v účetních dokladech organizace.

Nebyly zjištěny závady.

Čerpání veškerých peněžních prostředků odpovídalo schváleným grantům a žádostem.

Děkujeme všem, kteří v roce 2019 podpořili naši činnost:

- AVEXA
- BAYER
- BENU ČESKÁ REPUBLIKA, a.s.
- BIOGEN (CZECH REPUBLIC) s.r.o.
- ČEVAK a.s.
- DMA KOMPENZAČNÍ POMŮCKY
- GING s.r.o.
- HOCH a synové 1899, s.r.o.
- HAJNÁ EVA
- HOLISTIC MANAGEMENT, S.R.O.
- HOMMER FRANTIŠEK
- HOTEL LÁZNĚ VRÁŽ
- IMPULS, NADAČNÍ FOND
- INDUSTRIAL ADVISORS s.r.o.
- ING. JIŘÍ CÍSLER, MBA
- ING. JIŘÍ SVOBODA, PRIMÁTOR STATUTÁRNÍHO MĚSTA ČESKÉ BUDĚJOVICE
- ING. MARTIN VEIS
- ING. VIKTOR VOJTKO, Ph.D.
- INPRESS, s.r.o.
- JEDNOTA ČESKÉ BUDĚJOVICE, S.D.
- JIHOČESKÝ KRAJ – GRANT NA PODPORU SLUŽEB NEDEFINOVANÝCH V ZÁKONĚ Č. 108/2006 SB.
- KAUFLAND ČESKÉ BUDĚJOVICE
- M RESTAURANT s.r.o.
- MGR. JAN MATERNA
- MGR. IVANA STRÁSKÁ, HEJTMANKA JIHOČESKÉHO KRAJE
- MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ ČR
- NADACE ČEZ
- NOVARTIS s.r.o.
- OKRAM s.r.o.
- PEKÁRNA SRNÍN
- SLUNEČNICE - ŠÁRKA DOMINOVÁ
- STATUTÁRNÍ MĚSTO ČESKÉ BUDĚJOVICE
- TEPLÁRNA Č. BUDĚJOVICE, a.s.
- TKP GEO, s.r.o.
- ÚŘAD PRÁCE ČR
- VOJENSKÁ ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA ČR
- ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA MINISTERSTVA VNITRA ČR

„Nikdo není zbytečný na tomto světě, kdo ulehčuje břemeno druhým.“

Charles Dickens

