

Černobílý život z.s.

Výroční zpráva patientské organizace za rok 2023

Výroční zpráva je zpracována za období od 23. března 2023 do 31. prosince 2023 na základě vyhodnocení činnosti patientské organizace Černobílý život z.s. a jednotlivá ustanovení byla předmětem jednání členské schůze konané dne 21.5.2024.

Obsah:

1. Obecné informace
2. Hlavní činnost
3. Struktura
4. Členská základna
5. Hospodaření
6. Vize činnosti pro rok 2024

1. Obecné informace

Název:	Černobílý život z.s.
Sídlo:	Střelničná 1979/16, 182 00, Praha 8
IČ:	19149361
Právní forma:	spolek
Datum vzniku a zápisu do spolkového rejstříku: 23. března 2023	

Jsme nezisková patientská organizace, která vznikla za účelem podpory pacientů trpících emočně nestabilní poruchou osobnosti hraničního typu (dále jen HPO) a jejich blízkých. Cílem činnosti spolku je sdílet a předávat zkušenosti s léčbou a zvládáním každodenních činností, vzájemná pomoc a podpora pacientů, rodinných příslušníků a přátel, šíření informací a osvěty o této poruše, pořádání setkání, workshopů, edukací a pobytů, poskytování odborného poradenství, komunikace s odbornou veřejností a farmaceutickými společnostmi a v neposlední řadě spolupráce s dalšími spolky zaměřenými na duševní onemocnění.

2. Hlavní činnost

Černobílý život má svoji hlavní činnost vymezenou svými stanovami. Ve sledovaném období realizoval spolek tyto akce:

- 07. 07. 2023 Strategie zvládání stresu u osob s HPO – přednáška a diskuze
- 25. 07. 2023 Beseda pro osoby blízké
- 15. 08. 2023 Souvislosti mezi výživou a duševním stavem u pacientů s HPO – přednáška a diskuze
- 22. 08. 2023 Trnitá cesta ke stabilizaci s hostem Denisem – přednáška a diskuze
- 29. 08. 2023 Úvod do DBT terapie – edukace
- 05. 09. 2023 Úvod do DBT terapie, krizové dovednosti – edukace

- 12. 09. 2023 Cesty k zotavení a vlastní jedinečnosti s hostem Verčou – přednáška a diskuze
- 07. 11. 2023 Interaktivní beseda a diskuze o tématech spojených s HPO
- 21. 11. 2023 Partnerské vztahy u lidí s HPO – edukace
- 29. 11. 2023 Arteterapie/výtvarný workshop – výroba mýdel
- 05. 12. 2023 HPO a závislostní chování s hostem Aličkou – přednáška a diskuze
- 19. 12. 2023 Arteterapie/výtvarný workshop – výroba vánočních ozdob + předvánoční posezení
- 9/2023 – 12/2023 Terapeutická skupina s prvky DBT pod vedením psychoterapeutek

Přednášející, kteří se na edukacích, terapiích a přednáškách podíleli:

Martina Kulhánková

Mgr. et Mgr. Dagmar Halo

PhDr. Nelly Kalinová

Mgr. Barbora Mlázovská

Mgr. Judita Feuersteinová

Bc. Alice Kleplová

Veronika Tréglová, DiS.

Bc. Kateřina Perglová

Denis Russo

Miroslava Špišková

Všem srdečně děkujeme a budeme se těšit na další spolupráci.

Kromě výše uvedených aktivit se Černobílý život účastnil těchto akcí:

- 25. 04. 2023 Řekni si o pomoc „bez hranic“ 2 – panelová diskuze
- 04. 05. 2023 Dotazník 20 nej předsedkyně Černobílého života Marty Kulhánkové pro časopis Vlasta
- 02. 07. 2023 Výšlap na Sněžku s organizací Řekni si o pomoc
- 10. 09. 2023 Karlínský den duševního zdraví
- 18. 09. 2023 Premiéra dokumentárního filmu o HPO „Horská dráha“ režiséra Jonáše Motyčky
- 26. 09. 2023 Rozhovor předsedkyně Černobílého života Marty Kulhánkové pro Český rozhlas Plus
- 10. 10. 2023 Jak se z toho nezbláznit – debata organizovaná politologickým klubem FSV UK
- 22. 11. 2023 Řekni si o pomoc „bez hranic“ 3 – panelová diskuze
- 26. 11. 2023 Výšlap na Ještěd s organizací Řekni si o pomoc
- 19. 12. 2023 Rozhovor předsedkyně Černobílého života Marty Kulhánkové pro týdeník Echo

3. Struktura

Ve vedení patientské organizace stojí pětičlenný výbor, kdy jménem spolku jedná navenek ve všech záležitostech předseda nebo místopředseda samostatně. Pro potřeby zajištění chodu spolku se tým v průběhu prvního roku působení rozšířil o další spolupracovníky, mezi něž patří správci webových stránek nebo sociálních sítí Facebook a Instagram, dále též certifikovaní peer konzultanti – lidé s vlastní zkušeností s HPO.

4. Členská základna

Během prvních devíti měsíců fungování se členská základna rozšířila na více než 150 registrovaných osob. Jedná se o zletilé pacienty s diagnózou HPO a jejich blízké. Členové spolku mohli využívat výhody, jakými byla například možnost sledování záznamů z proběhlých edukací a besed, zasílání pravidelného newsletteru a získání drobných dáreků v podobě tužek a bloků s logem patientské organizace.


5. Hospodaření

Pacientská organizace Černobílý život z.s. v průběhu roku 2023 financovala svoji činnost zejména z členských příspěvků a jednorázových či pravidelných sponzorských darů. Veškeré příjmy nebyly předmětem daně z příjmu nebo byly od daně osvobozené. Daňová povinnost v roce 2023 byla 0,-.

6. Vize činnosti pro rok 2024

- Rozrůstání členské základny
- Nalezení stabilního zázemí pro pořádání besed, edukací, workshopů aj.
- Navázání kontaktů se sponzory
- Podání žádostí do dotačních a grantových programů
- Zapojení do fundraisingových a crowdfundingových platforem
- Další turnus DBT skupinové terapie
- Použití vědecké lékařské metody EEG Biofeedback v praxi v kombinaci s HPO – edukace
- Komplexní sociální podpora pacientům s HPO – edukace
- Výlety do přírody, pikniky, arteterapie – výtvarné workshopy, besedy s hosty

Více informací o neziskové organizaci Černobílý život z.s. lze dohledat na webových stránkách www.cernobilyzivot.cz, kde je možné dozvědět se vše o proběhlých i plánovaných akcích, zhlédnout fotografie z činnosti spolku, pro členy též zhlédnutí záznamů z edukací a besed. Aktivní jsme také na sociálních sítích Facebook a Instagram.



Martina Kulhánková
předseda
martina@cernobilyzivot.cz