

Blíž k sobě - terapeutická podpora pro lidi se zdravotním znevýhodněním a jejich blízké

Okres: Pardubice

ORGANIZACE	
Název organizace	Rytmus Východní Čechy, o.p.s.
Krátké představení organizace	Posláním Rytmusu Východní Čechy je provázet lidi se zdravotním znevýhodněním, aby mohli pracovat, bydlet a žít samostatně. V rámci Sociální rehabilitace jim pomáháme najít a udržet práci, získat dovednosti pro nezávislý život, najít vhodné bydlení či přecházet ze školy do zaměstnání. Nabízíme individuální nácviky, skupinové kurzy i podporu ve volnočasových aktivitách. V Pardubickém kraji působíme od roku 2000 a máme 13 zaměstnanců (HPP), z toho 11 pracuje přímo s uživateli služby. <i>Historie, zaměření, počet zaměstnanců/dobrovolníků ... (max. 800 znaků vč. mezer).</i>
Adresa organizace	Heydukova 392, 537 01 Chrudim <i>Sídlo.</i>
Web organizace	www.rytmusvychod.cz
Kontaktní osoba	Bc. Šárka Stará
E-mail	stara@rytmusvychod.cz
Telefon	730 891 326
PROJEKT	
Název projektu	Blíž k sobě - terapeutická podpora pro lidi se zdravotním znevýhodněním a jejich blízké
Místo realizace projektu	Pardubice/Chrudim
Stručná anotace projektu	Projekt je zaměřen na zajištění dostupných terapeutických služeb pro lidi se zdravotním znevýhodněním a jejich blízké osoby, které o ně dlouhodobě pečují. Nabídne individuální i skupinová setkání zaměřená na zvládání stresu, vztahové obtíže a náročné životní situace. Součástí projektu je také pořízení komunikačních/inspiračních karet a dalších pomůcek podporujících vyjadřování emocí a lepší porozumění v rodinách. <i>Pro umístění na web a do základního přehledu o projektech pro donátory. (max. 500 znaků vč. mezer)</i>
Cíl(e) projektu (SMART), včetně smyslu Vašeho projektu	Projekt Blíž k sobě reaguje na rostoucí potřebu dostupné terapeutické podpory pro lidi se zdravotním znevýhodněním a jejich blízké osoby. V naší praxi vidíme, že klienti i jejich rodiny čelí dlouhodobé psychické zátěži, stresu a obtížím v komunikaci či zvládání každodenních situací. Naším cílem je nabídnout bezpečný prostor, kde mohou získat odbornou podporu, sdílet zkušenosti a posilovat schopnosti zvládat náročné situace. V rámci projektu plánujeme realizovat minimálně 54 hodin terapie formou individuálních a skupinových setkání pro uživatele a pečující, s celkovým počtem minimálně 15 účastníků. Setkání se zaměří na zvládání stresu, vztahové obtíže, nastavení zdravých hranic a péči o vlastní psychické zdraví. Součástí projektu bude také pořízení speciálních terapeutických pomůcek, které umožní aktivní zapojení klientů: inspirační a komunikační karty, vizuální pomůcky a pracovní listy pro skupinovou práci. Tyto nástroje pomohou klientům s intelektovým znevýhodněním lépe komunikovat, vyjadřovat potřeby a řešit každodenní situace. Projekt bude zahájen na podzim 2026 a plánujeme jeho ukončení v červnu 2027. Naším cílem je posílit psychickou odolnost klientů i jejich pečujících, podpořit zdravé vztahy v rodinách a předcházet vyčerpání pečujících osob. Pravidelná setkání nabídnou prostor pro sdílení, vzájemnou podporu a konkrétní rady k zvládání každodenních i dlouhodobých výzev. <i>(max. 1500 znaků vč. mezer)</i>

Cílová skupina (skupiny) projektu a přínos pro ni - zaměření projektu	Handicapovaní
Jiná cílová skupina	<i>Vyplňte, pokud jste výše zvolil/a jiné.</i>
Klíčové aktivity projektu	<p>Projekt Blíž k sobě se zaměřuje na poskytování systematické podpory lidem se zdravotním znevýhodněním a jejich blízkým osobám, kteří o ně dlouhodobě pečují. Podpora bude realizována prostřednictvím pravidelných odborných setkání, která nabídnou kombinaci psychoterapie, skupinové podpory a práce s praktickými pomůckami. V rámci projektu plánujeme 54 hodin odborných setkání. Tato setkání nabídnou odborné vedení a praktické nástroje, které pomohou účastníkům lépe zvládat náročné situace v každodenním životě a zlepšit jejich psychickou pohodu. Psychoterapeutická část se zaměří na posílení odolnosti vůči stresu a vyčerpání, zvládnání separační úzkosti, nácvik nastavení zdravých hranic ve vztazích a podporu sebehodnoty. Skupinová setkání umožní sdílení zkušeností, frustrací i úspěchů, což posílí vzájemnou podporu mezi účastníky a nabídne inspiraci k řešení konkrétních situací. Součástí projektu bude také pořízení terapeutických a facilitačních pomůcek, jako jsou inspirační a komunikační karty, vizuální pomůcky a pracovní listy, které usnadní zapojení klientů s intelektovým znevýhodněním a umožní aktivní práci během setkání. Cílem projektu je nejen poskytnout okamžitou podporu, ale také vytvořit udržitelnou formu podpory, kde účastníci budou moci dále rozvíjet své dovednosti, získávat rady a sdílet zkušenosti i po skončení cyklu setkání. Projekt tím zajistí dlouhodobý pozitivní dopad na psychickou pohodu klientů i jejich blízkých a nabídne konkrétní nástroje pro zvládnání každodenních i budoucích výzev. Po získání podpory bude nastaven časový harmonogram a vzniknou 2 skupiny, každá s omezeným počtem účastníků, aby bylo zachováno bezpečné a důvěrné prostředí pro sdílení.</p> <p><i>(max. 2000 znaků vč. mezer)</i></p>
Harmonogram realizace projektu	<p>září 2026 - zahájení projektu, nastavení časového harmonogramu, domlouvání termínů, příprava a nákup materiálů říjen 2026 - červen 2027 - realizace jednotlivých terapeutických a skupinových setkání červen 2027 - vyhodnocení projektu a prezentace výsledků na sociálních sítích</p> <p><i>Začátek a konec projektu, další informace k průběhu.</i></p>
Rozpočet projektu	<p>1. Odborné terapeutické služby - individuální a skupinová setkání 81 000,- Kč • zahrnuje odměnu pro psychoterapeuta za 54 hodin individuální i skupinové psychoterapie pro uživatele a rodiny 1500,-Kč/hod. • pokrytí přípravy a vedení setkání, konzultací s pečujícími 2. Terapeutické a facilitační pomůcky 9 000,- Kč • inspirační karty a komunikační karty pro podporu vyjadřování emocí • vizuální pomůcky a pracovní listy pro skupinovou práci • relaxační a facilitační materiály pro praktické cvičení</p> <p><i>podrobné členění:</i> - osobní náklady - materiální náklady - zařízení a vybavení - služby - lektoři, cestovné, apod. = požadovaná finanční podpora projektu od donátorů Burzy filantropie celkem (max. MAX_CASTKA)</p>
Požadavek od donátorů Burzy filantropie	<p>90 000,-</p> <p><i>Celkový požadavek od donátorů Burzy filantropie nesmí překročit částku MAX_CASTKA.</i></p>
Další zdroje projektu - již máte nebo jste schopni sehnat další finanční zdroje na realizaci/spolufinancování projektu?	<p>NE</p> <p><i>Projekt může mít větší rozpočet, než organizace požaduje od donátorů. Uvedte prosím stav jednání - např. podaná žádost, příslibená podpora, schválená dotace, apod. Uvedte další konkrétní sponzory.</i></p>
Je pro Vás přijatelná i nefinanční podpora projektu/organizace? Napište příklad, co byste uvítali jako nefinanční dar (materiál, služba, poradenství)	<p>ANO - terapeutické a facilitační pomůcky.</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>
Co uděláte s financemi, pokud podpora donátorů bude větší, než žádáte?	<p>Navýšíme počet terapeutických služeb.</p>

<p>Na čem byste chtěli spolupracovat s potenciálními donátory?</p>	<p>Uvítáme poradenství v oblasti PR, marketingu a efektivního využívání sociálních sítí. <i>(např. společné akce, vzdělávání, osvěta). Odpověď uveďte konkrétní a nebojte se být kreativní.</i></p>
<p>Jste schopni a ochotni prezentovat Váš projekt před donátory na Burze filantropie prostřednictvím power point prezentace a mluveného slova?</p>	<p>ANO <i>Počítáte s tím, že nutnou podmínkou pro účast na Burze filantropie je osobní prezentování vašeho projektu?</i></p>
<p>Příloha 1 - Čestné prohlášení</p>	<p>cestne-prohlaseni-nno-bf-pardubice.pdf <i>Vložte podepsaný scan čestného prohlášení.</i></p>
<p>Příloha 2 - Logo organizace</p>	<p>logo-cb-pruhledne-pozadi-2.png <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>Příloha 3 - Fotka projektu</p>	<p>burza-filantropie-uvodni-foto.png <i>Vložte prosím fotku (jpg nebo png), kterou použijeme, k prezentaci Vašeho projektu na webu Burzy filantropie.</i></p>
<p>Příloha 4</p>	<p>- <i>Další volitelná příloha.</i></p>
<p>Souhlasím s pravidly Burzy filantropie</p>	<p>ANO, přečetl/a jsem Pravidla Burzy filantropie a souhlasím s nimi <i>Pro zařazení Vámi přihlašovaného projektu do Burzy filantropie je nutné souhlasit s pravidly Burzy filantropie.</i></p>