

Cerebrum

Výroční zpráva

2024



**Pacientská organizace
pro osoby se získaným
poškozením mozku**



úvodní slovo

Naše loď pluje vesele dál, stále s radostí přibírá nové cestující, a tak se z malé plachetnice stává poměrně velký parník Cerebrum. Snažíme se, aby na této lodi nikdo nebyl se svou nemocí sám, a tak na Cerebru plánujeme aktivity na celý týden ať jsou to tréninky kognitivních funkcí, vyrábění, výlety, divadla i několikadenní pobyty. A mnoho jiných.

Pod kapitánskou čapkou naší ředitelky Magdaleny se nám pluje zlehka a radostně, občas je nějaká bouře a menší či větší problém, ale vždy na konci znovu vysvitne slunce, vysuší paluby a my jedeme dále s nadějí, že toho slunce bude stále více a bouří méně...

Jsem ráda, že jsem na tento parník před pár lety nastoupila, můj život to velmi obohatilo i změnilo – naučilo mě kormidlovat náš parník s respektem, klidem a láskou a navíc s velkým cílem!! Aby se z parníku stala zaoceánská loď, kterou by znal v ČR každý neurolog, fyzioterapeut, ergoterapeut, klinický logoped a klinický psycholog, každý, kdo pracuje s osobami po poškození mozku, každý, kdo pracuje s patientskými organizacemi.

A ptáte se proč? Odpověď je jednoduchá – proto, aby na naší budoucí zaoceánskou loď Cerebrum mohl nastoupit každý, kdo Cerebrum potřebuje, aby opravdu nikdo s poškozením mozku nebyl doma sám!!

Díky všem v Cerebru i mimo Cerebrum, že k takovému cíli náš parník kormidlují se mnou.



NATAŠA RANDLOVÁ

PŘEDSEDKYNĚ SPRÁVNÍ RADY



základní informace



**Cerebrum - Asociace osob po
získaném poškození mozku, z.s.**

Adresa a telefon:

Křižíkova 56/75, Praha 8,
+420 775 577 701 (poradna)
+420 773 540 589 (komunitní
centrum)

IČO a datová schránka:

jxyaek
IČO: 22665421

Správní rada:

JUDr. Nataša Randlová, Ph.D –
předsedkyně
MUDr. Dagmar Součková –
místopředsedkyně
Mgr. Miriam Kotrusová, Ph.D –
místopředsedkyně
Mgr. Jaromíra Kotíková - členka

Webové stránky + sítě:

www.cerebrum2007.cz

[Facebook](#)

[Instagram](#)

[LinkedIn](#)

Členská základna:

395

Bankovní spojení:

Fio Banka a.s.,
2100861130/2010
Transparentní účet – (veřejná
pokladnička) – Fio Banka a.s.,
2902942661/2010

Kontrolní komise:

PhDr. Libor Stejskal, Ph.D
Renata Klingerová
Zlata Vodenková (do 15.8.2024)
Bc. Jiří Bautz (od 15.8.2024)

Členství v organizacích:

- Stroke Association For Europe (SAFE)
- World Patients Alliance (WPA)
- Národní rada osob se zdravotním postižením ČR (NRZP ČR)
- Asociace patientských organizací (APO)
- Aliance pro individualizovanou podporu (AIP)
- Národní asociace patientských organizací (NAPO)
- Patientská rada ÚVN



lidé v organizaci

Ředitelka

Ing. Eva Sušická (do 31. 5. 2024)
Magdalena Pohnanová (od 1. 6. 2024)

Finanční manažerka

Ing. Iva Veselá

Manažer komunity:

Mgr. Barbora Veselá (do 30. 6. 2024)
Bc. Hana Svobodová (1. 7.-31. 8. 2024)
Evelína Milfortová, Dis. (od 1. 9. 2024)

Peer konzultant:

Marie Jandušíková

Zdravotní poradce:

Mgr. Gabriela Balabánová

IT podpora/Grafické práce:

Petr Hráský
Mgr. Lucie Hořejší

Administrativní podpora:

Miroslava Bečvářová

Psychoterapie a TKF:

PhDr. Mgr. Vladana Vasková
Mgr. Chipo Malambo
Ing. Eva Kubánková

Ergoterapie:

Mgr. Iveta Kovářová – rekondiční pobyty
Mgr. Jiřka Sýkorová Bonková – rekondiční pobyty
Mgr. Andrea Hančová – rekondiční pobyty
Mgr. Iveta Foffová - rekondiční pobyty

Logopedická podpora:

Mgr. Petra Valentová

Komunikace – Michaela Suchá

Yóga – Barbara Haráčová

Relaxace a dechová cvičení – Anna Beránková

Taneční terapie – Anděla Kubátová

Šachy – Petr Souček, Ondřej Medek

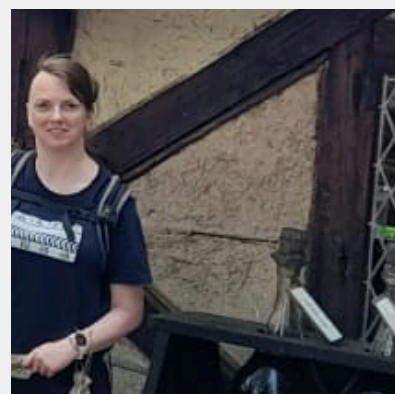
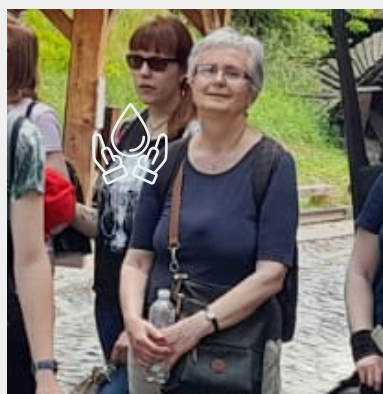
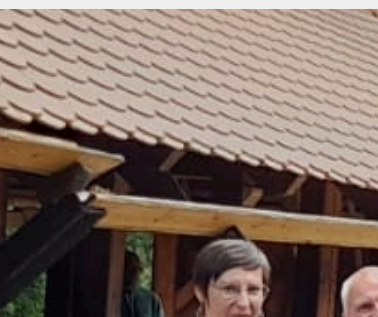
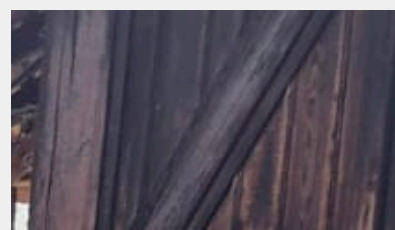
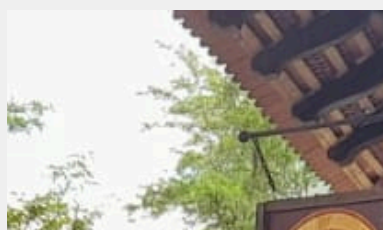
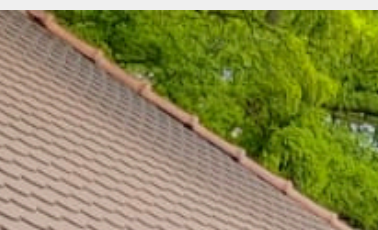


poslání

Naším posláním je přispívat k porozumění problematiky poranění mozku, poskytovat informace a zejména podporovat občany, kteří utrpěli traumatické či jiné poškození mozku, jejich rodinné příslušníky a pečující, a vytvářet pro ně komunitu, ve které se cítí dobře a bezpečně.

hlavní cíle

- Zvyšovat povědomí české veřejnosti o širokém spektru následků získaného poškození mozku a možnostech jejich rehabilitace.
- Sdružovat občany se získaným poškozením mozku, jejich rodiny, pečující a hájit jejich zájmy.
- Provozovat komunitní centrum.
- Poskytovat informace a mapovat služby, které jsou určeny lidem po poranění mozku.
- Prosazovat systémové změny v organizaci péče a rehabilitace osob se získaným poškozením mozku v České republice (např. prostřednictvím programů komplexní rehabilitace).
- Spolupracovat se zahraničními asociacemi, zejména těmi evropskými, na prosazování zájmů osob se získaným poškozením mozku.



projekty

Profesionalizace činnosti Cerebra vedoucí k edukaci laické i odborné veřejnosti a ke zvýšení úrovně péče o osoby po získaném poškození mozku

Projekt **ZD-MGS3-005**

Doba realizace: 3/2022–4/2024

Projekt byl realizován za finanční podpory Fondů EHP a Norska.

Projektem Cerebrum naplnilo své dlouhodobé cíle: profesionalizací dlouhodobě stabilizovat rozsah a kvalitu péče, pomoci a služeb poskytovaných cílovým skupinám. Spolu s profesionalizací projektového řízení a fundraisingu probíhala osvětová kampaň zaměřená na prevenci poškození mozku MP3 (Mozek: prevence – pomoc – péče), kdy byly vydány články a vysílány TV pořady, které oslovily širokou veřejnost a upozornily na problematiku poškození mozku. Byly vytvořeny a vysílány TV spoty, které byly také propagovány na webu projektu, webu organizace a sociálních sítích. Díky aktivnímu zapojení na veřejných akcích, vysílání TV pořadů a publikačních činnostech byly naplněny stanovené aktivity projektu pro rok 2024.

Každá hlava má svá práva 2024

Projekt **ZP240058**

Doba realizace projektu: 01/2024–12/2024

Projekt byl realizován za finanční podpory Úřadu vlády České republiky.

Hlavním cílem projektu bylo komplexně podpořit komunitu osob se získaným poškozením mozku, jejich pečující i rodiny a zajistit dostupnost kvalitních informací týkajících se této problematiky. Cílili jsme na zlepšení kvality života osob se ZPM prostřednictvím dostupnosti adekvátních praktických informací a poznatků včetně zajištění jejich edukace a motivace k zapojení zpět do aktivního života tak, aby se zabránilo jejich izolaci a stagnaci, případně dalšímu zhoršení zdravotního stavu.

Dalším cílem bylo zajistit kvalitní poradenské služby v rámci ČR: poradenský servis, správa a aktualizace poradenských databází, vyhledávání nových příležitostí pro zapojení osob z cílové skupiny, mapování a vyhledávání nových možností a podpůrných služeb, navazování spolupráce s dalšími pomáhajícími organizacemi, se zdravotnickými a ambulantními rehabilitačními zařízeními.

Dílčími cíli bylo poskytnout osobám se získaným poškozením mozku vzdělávací a poradenské aktivity, zvýšit osobní motivaci a odborné kompetence pro další osobní rozvoj těchto lidí, snížit sociální izolaci a závislost na pečujících osobách, obnovit zručnost a získat nové znalosti, vytvořit vzájemné kontakty a pospolitost osob cílové skupiny prostřednictvím svépomoci a peer konzultací.

Úřad vlády České republiky



Iceland
Liechtenstein
Norway grants

projekty

Edukační, informační a poradenský servis pro pečující o osoby po poškození mozku

Projekt **DOT/82/03/003050/2024**

Doba realizace projektu: 01/2024–12/2024

Projekt byl realizován za finanční podpory MHMP.

Hlavním cílem projektu byla komplexní podpora pečujících o osoby se získaným poškozením mozku a zkvalitnění jejich informovanosti včetně nabídky možností následné terapie formou vzdělávání a odborného poradenství. Dílčími cíli projektu je poskytování odborného a psychosociálního poradenství, vzdělávací a poradenské aktivity, orientace na trhu práce a volby vhodného zaměstnání, zvyšování osobní motivace pro další osobní rozvoj a snižování sociální izolace a závislosti, obnova znalostí a zručností, získání nových znalostí pečujících, upevňování psychického a fyzického zdraví pečujících.

Komunitní rehabilitační program pro osoby po poškození mozku

Projekt **DOT/81/01/002123/2024**

Doba realizace projektu: 01/2024–12/2024

Projekt byl realizován za finanční podpory MHMP.

Projekt se zaměřil na poskytování komunitních rehabilitačních programů pro osoby po získaném poškození mozku. Cílem bylo zlepšit kvalitu života klientů prostřednictvím rehabilitace a podpory kognitivních, exekutivních, fyzických i komunikačních schopností, a také řešit jejich zdravotní, psychické a sociální potřeby. Hlavní aktivity zahrnovaly: trénink paměti a kognitivních funkcí, kondiční cvičení fyzických funkcí, logopedické konzultace a psychologické konzultace. Realizace probíhala primárně v komunitním centru v sídle organizace s možností některých aktivit online. Díky flexibilitě projektu mohli klienti vstoupit do programu kdykoliv během roku na základě telefonické či osobní domluvy a vstupního pohovoru. Program byl otevřen široké klientele ze všech městských částí Prahy. Díky online formě některých aktivit se mohli zapojit i ti, kteří nemohli docházet osobně.

PRA HA
PRA GUE
PRA GA
PRA G



projekty

Výměna zkušeností patientských organizací se specializací na pacienty s poškozením mozku

Doba realizace projektu: 09/2024–03/2025

Projekt byl realizován za finanční podpory Fondů EHP a Norska.

Cílem iniciativy tohoto projektu bylo zlepšit kvalitu péče a podpory pro pacienty s mozkovým poškozením a afázií prostřednictvím mezinárodní spolupráce mezi Islandem a Českou republikou.

Účelem bylo seznámit se s dopadem kampaně islandské organizace Heilaheill pokud jde o zrychlení dosažitelnosti lékařské péče pro osoby s příznaky mrtvice přes aplikaci SLAG a zjistit možnosti využití v ČR.

Společná práce obou organizací spočívala mimo jiné v přípravě a vydání praktické brožury pro skupinovou komunikaci (logopedii) pro osoby se získaným poškozením mozku.

Iceland
Liechtenstein
Norway grants



nadace ČEZ

V listopadu jsme se pustili s Nadací ČEZ do aktivního pohybu a díky všem, kteří nás sportováním podpořili, jsme získali částku 99.000 Kč na mzdu pro našeho koordinátora komunitního centra.

MOC A MOC DĚKUJEME !!!



21:52

< PODPOROVANÉ PROJEKTY

Druhý život
pro pacienty s poškozením mozku

Cíl dosažen
Praha

Cerebrum je patientská organizace, která se věnuje lidem se získaným poškozením mozku a provozuje komunitní centrum. Je to prostor pro vzájemnou motivaci a podporu, kde dáváme každému pocit, že na to není sám. Ročně je hospitalizováno 25.000 lidí po mrtvici a 35.000 lidí s poškozením mozku po nehodách



CEREBRUM - Asociace osob po získaném poškození mozku, z.s.
je patientskou organizací, jejímž posláním je přispívat k porozumění problematice získaného poškození mozku, poskytovat informace a především podporovat osoby, které poranění mozku utrpěly, i jejich rodinné příslušníky a pečující.

KONTAKTUJTE NÁS:

- TELEFONICKY: 775 577 701 / 773 540 589
- E-MAILEM: PORADNA@CEREBRUM2007.CZ

Nabízíme bezplatnou pomoc



KONTAKTUJTE NÁS:

- TELEFONICKY: 775 577 701 / 773 540 589
- E-MAILEM: PORADNA@CEREBRUM2007.CZ

On-line poradnictví
Kontaktujte nás na našem webu na adrese www.cerebrum2007.cz

Odborné poradenství
Poskytujeme psychologické a lékařské poradenství v oblasti zdravotní situace a pomáhame rozhodnout na další služby.

Telefonická poradna
Se svým dotazem se na nás můžete obrátit od pondělí do pátku od 9:00 do 17:00 hodin.

RADÍME V NÁSLEDUJÍCÍCH OBLASTECH:

- možnosti rehabilitace následků poranění mozku
- stavba a volba bydlení a hospodářských funkcí
- poruchy chování a problémy
- motivace k rehabilitaci
- zvládnutí péče, sociální dovedy

KOMU POMÁME:

- lidem po získaném poškození mozku
- jejich pečujícím, rodinným příslušníkům, přátelům

CO O NÁS ŘÍKAJÍ?

"Mnohdy jste nám na obtížnou nepřítel, ale se svou pomocí získáte novou důvěrnost, než začnete novou špičku své kariéry!"

"Je třeba říci, že v oblasti zdravotní pomoci jsem velmi spokojen, ale neobtěžuji poradnu mojí."

"Děkuji vám, jsem se propojil s velkou komunitou lidí."

CEREBRUM - ASOCIACE OSOB PO ZÍSKANÉM POŠKOZENÍ MOZKU, Z.S.
Číslo účtu: 25324, Účet: 1, 100 Kč

poradna

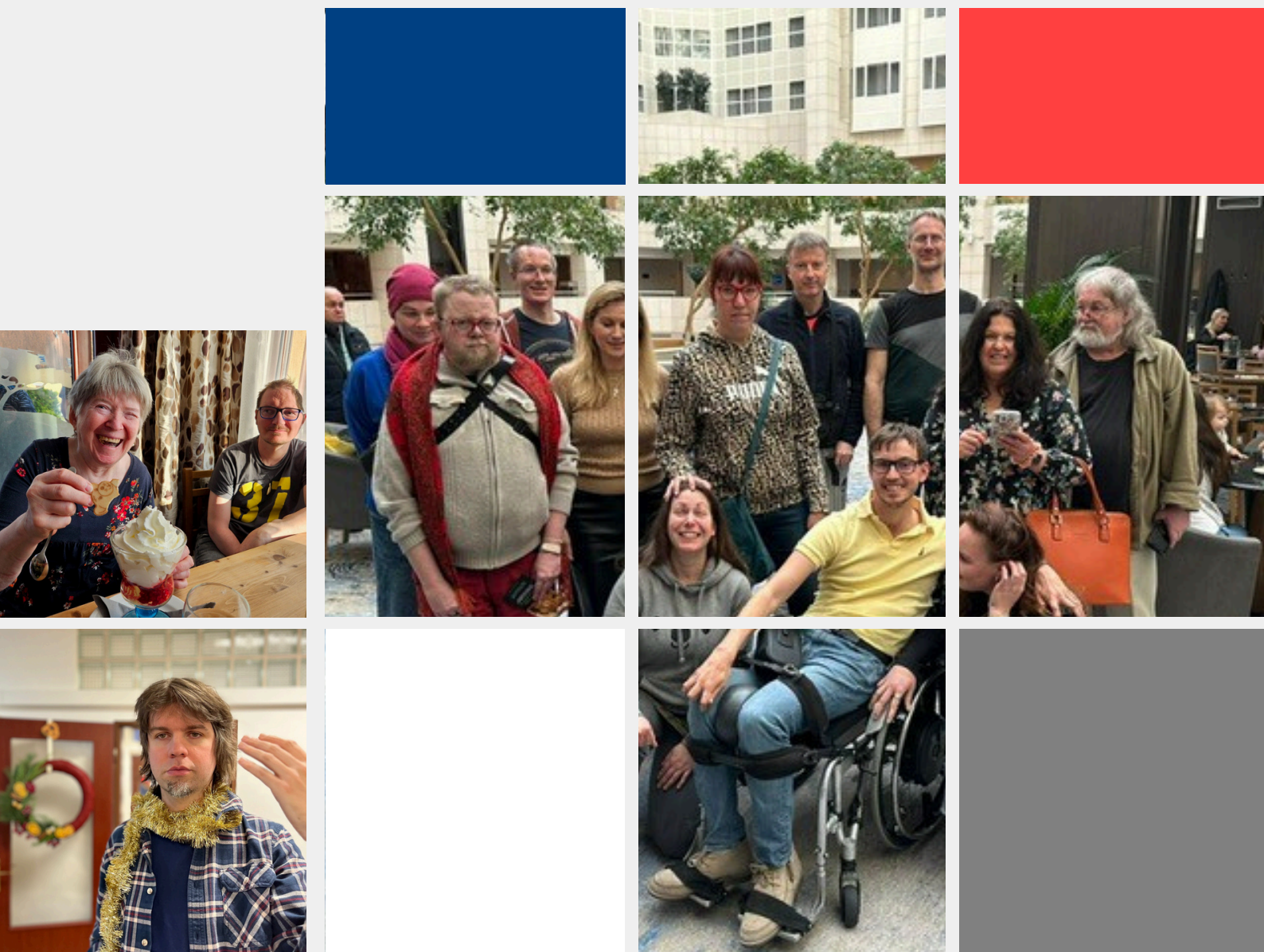
Odborné zdravotní poradenství jsme v roce 2024 poskytovali nejen lidem se získaným poškozením mozku, ale také jejich pečujícím a rodinným příslušníkům. Poradnu je možné kontaktovat telefonicky nebo mailem a je k dispozici lidem z celé republiky. Poskytovali jsme psychosociální a lidskou podporu v tíživé životní situaci a pomáhali nasměrovat na další služby. Poškození mozku může utrpět člověk v různém věku a každá věková skupina má svá specifika.

Některé dotazy, s nimiž se na nás obrací lidé se ZPM:

- Mám psychické obtíže, probíhá pravidelná kontrola u psychologa nebo psychiatra, ale stav se spíše zhoršuje, léky pravidelně beru, co mám dělat jinak, lépe, aby se můj stav nezhoršil?
- Pravidelně docházím k psychologovi, nemohu si finančně dovolit více návštěv, hledám podpůrnou skupinu.
- Natolik se mi zhoršil psychický stav, že potřebuji ústavní péči, ale všude je plno, odmítají mou hospitalizaci, kam se mohu obrátit?
- Byl/a jsem OSVČ, odváděl/a jsem nízké daně a mám malý invalidní důchod, kam se mohu obrátit o pomoc? Finančně to nezvládám, žiji sám/a.
- Špatně mluvím, okolí to vnímá jako bariéru, nemohu vykonávat své povolání, kam se mohu obrátit, když potřebuji sehnat novou práci s nižším pracovním úvazkem?

Některé dotazy, s nimiž se na nás obrací pečující:

- Starám se o dítě po ZPM, je mi přes 70 let a již to nezvládám, hledám místo, kde by mohl důstojně žít můj syn, který téměř nemluví, je ochrnutý na celé tělo, ale myšlení má v pořádku. Je mu 50 let.
- Jsme čtyřčlenná rodina (dvě dospívající děti) a otec rodiny je 2 roky po poškození mozku. Má psychické obtíže, začíná být agresivní (jednou již škrtl našeho 15letého syna), ale nikde ho nechtějí vzít do péče, co máme dělat? Jsem s manželem doma, ale již to dlouho nezvládnou, finančně vycházíme obtížně, manžel je na mé péči závislý 24 hodin. Kam se mohu obrátit? Kde převezmou péči o agresivního pacienta?
- Můj rodič prodělal CMP, je na následné neurorehabilitaci, ale pozoruji, že se stav spíše zhoršuje. V nemocnici měl intenzivní rehabilitaci, trénink mluvení a terapie s ergoterapeutem, nyní ho převezli na lůžkovou rehabilitaci, ale po pár dnech mi ošetřující lékař řekl, že otce převezou do LDN. Je mu něco přes 60 let a chtěli bychom, aby se vrátil domů a s podporou rodiny a domácí péče mohl žít ve svém prostředí. Co mohu dělat pro to, aby RHB probíhala plně a ještě aspoň 2 měsíce? Nechci, aby byl rodič odložen do LDN.



komunitní centrum

Naše motto:

**„Nikdo nemusí být se
svým handicapem
sám.“**

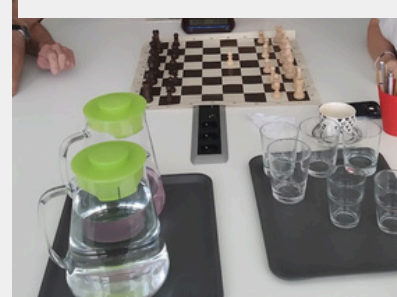


pravidelné lekce

Komunitní centrum funguje jako bezpečný prostor pro setkávání lidí se stejným handicapem. Začlenění do komunity zahrnuje uznání, že každý člověk je jedinečný a má různá nadání a dary, o které se může podělit. Společné aktivity pomáhají kvalitněji prožít volný čas a sdílet radosti, ale i starosti všedních dní. Pochopení a trpělivost léčí. Empatie je jedním z nejsilnějších aspektů terapie.

V roce 2024 jsme navázali na program z minulého roku a bohatou nabídku pravidelných i mimořádných aktivit ještě rozšířili.

Rozeslali jsme 21 newsletterů s přehledem komunitního programu a informacemi o naší činnosti. Počet odběratelů: 461



210

TKF

19

Lekcí jógy

24

Lekcí šachu

21

Lekcí
komunikace

trénink kognitivních funkcí

Trénink kognitivních funkcí je pro lidi se získaným poškozením mozku důležitou součástí rehabilitace. Zároveň je doménou našeho komunitního programu.

Od začátku roku bylo v pravidelném týdenním rozvrhu 5 lekcí kognitivního cvičení. 2 pondělní lekce vedla trenérka paměti Eva Kubánková. 3 čtvrteční lekce, z nichž 1 probíhala on-line, vedl ergoterapeut Chipo Malambo. Vzhledem ke zvyšující se poptávce jsme od října zařadili do programu ještě 1 lekci ve středu pod vedením Chipa. Přes letní měsíce jsme připravili na sociálních sítích kognitivní soutěž a každý týden zveřejňovali kognitivní výzvy k řešení. Podobnou kognitivní soutěž jsme přichystali také na Vánoce.

komunikační trénink

Komunikace je jednou z nejdůležitějších dovedností každého člověka. Jak si s ní poradit a jak obstát v každodenních situacích s účastníky procvičuje studentka logopedie Michaela Suchá. Do lekcí jsou zahrnuta také logopedická cvičení, trénink porozumění mluvenému i psanému textu, paměti, nácviku konverzace, vyjadřování se, vybavování si slov a jazykových obrátů.

Workshop probíhá jednou za 14 dnů vždy ve středu.



PŘESMYČKY
Rozluštěte následující přesmyčky.
Změnou kombinace písmen najdete názvy vybavení bytu.

- ŽELID
- TLOSPE
- SOŘLEK
- LŮST
- KČIPALO
- MAPAL
- VOHANKIN
- DROLZAC
- TLESKO
- ODOMKA



jóga pro osoby se zdravotním omezením

Jóga posiluje soustředění a koncentraci, podporuje zdravé držení těla, snižuje stres a podporuje duševní pohodu. Lekce speciální jógy pro lidi se zdravotním postižením pokračovaly pod vedením jogínky Barbary Haráčové v pravidelném harmonogramu. Hodinová lekce se konala vždy jednou za 14 dnů v úterý.

pohybově taneční terapie

Na lekcích se soustředí na uvolnění svalových partií, relaxaci, dech, správné držení těla a uvolnění emocí prostřednictvím tance a hudby. 1,5hodinové lekce probíhaly jednou za 14 dnů vždy v úterý.

nordic walking

Zdraví mozku začíná pohybem. Pod vedením Evy Kubánkové se každé úterý v září a říjnu konaly lekce Nordic Walking. Tato aktivita zvyšuje srdeční frekvenci a zlepšuje krevní oběh, a tak snižuje riziko srdečně-cévních onemocnění. Navíc pohyb na čerstvém vzduchu přispívá k duševní pohodě.

šachy

Šachy zlepšují kombinační, strategické a logické myšlení. Podporují paměť, schopnost se soustředit, fyzickou kondici i výdrž. Proto nemohou chybět ani u nás v Cerebrum.

FM Petr Souček s mezinárodním ratingem ELO 2250, 4. trenérská třída, vedl šachový kroužek jednou za 14 dnů v úterý odpoledne až do června.

Po prázdninové přestávce převzal úterní šachové lekce Ondřej Medek, a to rovnou v pravidelném týdenním intervalu. Ondřej je student PORG a vášnivý šachista s mezinárodním ratingem ELO 1678.



divadelní klub 2024

Návštěvy divadelních a jiných kulturních představení se staly již neodmyslitelnou součástí programové nabídky. Zážitky z divadel a koncertů přináší nejen radost z prožitku, ale podporují také vzájemné sdílení a společenskou soudržnost.

- **LEDEN** – Divadlo v Dlouhé – Tajný deník Adriana Molea ve věku 13 a $\frac{3}{4}$
- **ÚNOR** – Enteria Arena Pardubice - Police Symphony Orchestra
- **BŘEZEN** – Hudební divadlo Karlín – Rebelové
- **DUBEN** – Divadlo Na Jezerce – Saturnin
- **KVĚTEN** – Divadlo v Dlouhé – O líné babičce
- **ČERVEN** – Divadlo na Vinohradech – Večer tříkrálový aneb cokoli chcete
- **ČERVENEC** – Letní scéna Muzea Kampa – Forman
- **SRPEN** – Občanská plovárna – koncert Bratři Ebenové
- **ZÁŘÍ** – Divadlo ABC – Na Zlatém jezeře
- **ŘÍJEN** – Divadlo Rokoko – Oddací list
- **LISTOPAD** – Obecní dům – Charitativní koncert Antonín Dvořák
- **PROSINEC** – Hudební divadlo Karlín – Anděl Páně

12

DIVADELNÍCH /HUDEBNÍCH PŘEDSTAVENÍ





nepravidelné aktivity

Každý měsíc byl obohacený také nepravidelnými aktivitami:

LEDEN

Přivítání nového roku
Macramé workshop

ÚNOR

Taneční workshop
Exkurze: hotel Hilton
Keramická dílna

BŘEZEN

Pletení košíků
Sobotní tvořivé odpoledne
Výstava: Muzeum Kampa
IT mini akademie
Cestovatelská přednáška: Patagonie

DUBEN

Dramaterapie
Výlet: Brandýs nad Labem

KVĚTEN

Jarní rekondiční pobyt + Peer workshop
Dramaterapie v AJ
Výlet: Botanicus Ostrá
IT mini akademie
Jarní piknik

ČERVEN

Šachový turnaj
Hudební workshop v České filharmonii – Královna harfy
Cestovatelská přednáška: Albánie
Výlet: Hradec Králové – Open Skies for Handicapped





ČERVENEC

Cestovatelská přednáška: Peru
Společné odpoledne ve Stromovce

SRPEN

Cestovatelská přednáška: Kazachstán
Exkurze: Arcibiskupský palác
Pétanque
Deskovky

ZÁŘÍ

Origami workshop
Podzimní rekondiční pobyt
Výlet: Poděbrady

ŘÍJEN

IT mini akademie
Setkání s delegací z Islandu
Halloweenské tvoření

LISTOPAD

Přednáška: Krev (SYNLAB) – co lze vyčíst z naměřených hodnot
Hudební workshop v České filharmonii – Z bicí kuchyně
Bowling
Cestovatelská přednáška: Filipíny
Adventní tvoření

PROSINEC

Předvánoční tvoření
Předvánoční pečení
Vánoční bojovka



42

Nepravidelných aktivit

pomoc dobrovolníků



Na komunitním programu se podíleli také dobrovolníci.

Všem moc děkujeme za jejich čas, obětavost, ochotu a nezištnou pomoc. Jsou nepostradatelnou součástí naší komunity.

- **Lekce šachu** – Petr Souček a následně Ondřej Medek
- **Deskovky, pétanque a bowling** – Marek Pohnan
- **Cestovatelské přednášky** – Iveta Kovářová, Sonila Francová, Fiorella Seranno, Petr Muras a Rhea Dongallo
- **Dramaterapie v AJ** – Darren Copelanden, David Randl
- **Origami** – Rumi Matsumoto
- **Tvoření** – Milada Švecová, Terka Bečvářová, Nataša Randlová
- **Doprovod při exkurzích** – Milada Švecová, Terka Bečvářová
- **Jarní piknik** – Mária Hybenová, Zuzana Andreas, Frank Devecchis, Ivana Sulíková, Marek Gawlik
- **Osobní trenér ve fitness Chrupa Sport** – Alena Smolařová





osvětová činnost

Osvětová činnost je jedním ze základních pilířů aktivit Cerebra. Prostřednictvím osvětových aktivit zvyšujeme povědomí o problematice poškození mozku a upozorňujeme na prevenci. Osvěta je důležitá pro podporu integrace lidí s tímto handicapem do společnosti, pomáhá vytvářet prostředí, kde mají lepší příležitosti pro běžný život, práci i sociální interakce. V roce 2024 jsme mimo obvyklé aktivity jako je měření tlaku, testování na riziko mrtvice a míru stresu více upozorňovali také na potřebu tréninku kognitivních funkcí. Ten je důležitý nejen pro lidi s handicapem, ale pro každého člověka bez ohledu na věk. Mozek potřebuje pravidelnou stimulaci pro zachování dlouhodobého zdraví, a tím vyšší kvality života.



14.3. – ÚVN – setkání odborníků s pacienty na téma „Onemocnění a úrazy mozku“.

16.3. – Akademie věd – Týden mozku

6.4. – Beachklub Ládví – Mezinárodní dny sportu a zdraví

15.5. – Albertovský sportovní den, na kterém jsme pokřtili brožuru „Poranění mozku a co dál“

6.6. - Cerebrovaskulární kongres v Mikulově

20.6. – Oblastní nemocnice Kladno – Den zdraví

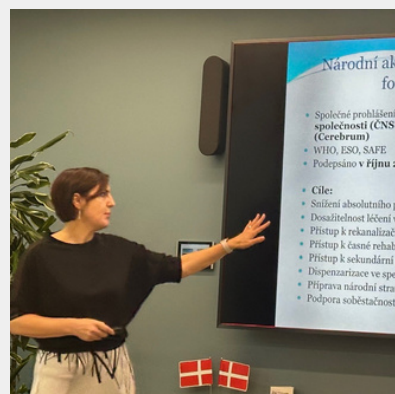
21.9. – Karlínský den pro duševní zdraví

23.9. – OC Krakov – Den zdraví a sociálních služeb

10.10. – ÚVN – Den patientských organizací

11.11. – OC Nový Smíchov – Světový den diabetu

13.11. – Světový den diabetu ve společnosti NovoNordisk





konference

V loňském roce jsme uspořádali dvě konference. Přednášejícími byli lékaři a zdravotničtí odborníci jak z ČR tak z Islandu.

26.3. 2024 - Starejme se o náš mozek (Projekt ZD-MGS3-005 - Fondy EHP a Norska)

17.10. 2024 - Island - život neurologických pacientů (Projekt BAZD2 -Fondy EHP a Norska)



Konference STAREJME SE O NÁŠ MOZEK



Cerebrum, nezisková pacientní organizace pro osoby se získaným poškozením mozku **Vás zve na konferenci**

STAREJME SE O NÁŠ MOZEK úterý 26. 3. 2024 v 13.00 - 16.00 hod.

Budějovická 1550/15a, 140 00 Praha 4,
budova **Tetis Office**, 6. patro - **Randis Training**
(možnost i on-line připojení prostřednictvím Webex)

Program:

13.00-13.30 / lehký oběd

13.30-15.30 / přednášky

Pohyb pro zdraví mozku

doc. MUDr. Yvana Angerová, PhD., MBA, přednostka,

Klinika rehabilitačního lékařství TLF UK a VFN.

Zapomenutý orgán?

doc. MUDr. Robert Zajíček, PhD.

Přednostka kliniky populační medicíny FNKV a 3. LF UK.

Mrtvice: jak rozpoznat příznaky a umět pomoci

MUDr. Dagmar Součková, neurolog,

Nemocnice Na Homolce, Senoláb.

Výsledky projektu EHP fondů

„Professionalizace Cerebrum“ a dotazníkové šetření

tykajícího se risku emoce a úrovně stresu

JUDr. Natálie Randlová, PhD., předsedkyně správní rady

pacientské organizace Cerebrum.

15.30-16.00 / kávové zakončení se sládkou, tečkou,

diskuse

Registrace do 19. 3. 2024

barbora.vesela@cerebrum2007.cz

s uvedením zála prezentační či on-line.

Pozvánka na on-line verzí Vám bude zaslána na Vaš email.

Vstup po předchozí registraci zdarma.

Konference

ISLAND ŽIVOT NEUROLOGICKÝCH PACIENTŮ



Cerebrum, nezisková pacientní organizace pro osoby se získaným poškozením mozku **Vás zve na dopolední konferenci**

ISLAND ŽIVOT NEUROLOGICKÝCH PACIENTŮ čtvrtek 17. 10. 2024 v 9.30-12.30 hod.

Program:

9.30 - čas na kávu, registraci

10.00-12.30 - přednášky a diskuse (přehled zajištěn)

Thorunn Hana Halldorsdottir M.Sc.

Funkční pacientských organizací na Islandu a jejich

financování, představení Islandu.

Helga Thors Ph.D. CCC-SLP

Skupinová logopedická terapie neurologických pacientů

s účinkem na Islandu.

Thorunn Hana Halldorsdottir M.Sc.

SLAG - Islandská aplikace, která dokáže zachránit život,

hádá nastane divná modifikace příjmu

Mgr. Jana Horynová Ph.D. / Evoline Miller, DIS.

Představení Islandského projektu -

Island Česká republika

12.30-13.00 - oběd

Přehled výstavby fotografií Isny Gimové

ISLAND - kouzlo ledu a tmy.

Registrace do 10. 10. 2024

inf@islandnorway2024.cz

s uvedením zála prezentační či on-line.

Pozvánka na on-line verzí Vám bude zaslána do 15. 10. 2024.

Vstup po předchozí registraci zdarma.

Budějovická 1550/15a, 140 00 Praha 4,

budova **Tetis Office**, 6. patro - **Randis Training**

(možnost i on-line připojení prostřednictvím Webex)

O přednášejících:

Thorunn Hana Halldorsdottir M.Sc.

studijní psychologie na Islandské univerzitě a logopedi

di na katedře lidské komunikace na Dalhousie University

v Kanadě. Má rozsáhlé zkušenosti s prací s neurogenet

poruchami komunikace v oblasti čtenářské literatury.

V současnosti pracuje v rehabilitačním centru Kjarfjör jako

logopedka. Kde vede týmovou práci a má na starosti re-

habilitační programy. Zároveň je odbornou asistentkou na

Islandské univerzitě, se specializací na práci s pacienty

s těžkými tělesnými a duševními poruchami mozku

a na alternativní a augmentativní komunikaci.

Mgr. Jana Horynová, Ph.D.

vyšší odborná logopedka na Katedře speciální pedagogiky

Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy v Praze, kde také

dosahuje své doktorské studium.

V současnosti pracuje jako pedagožka logopedie na Pe-

dagogické fakultě a 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy

v Praze. Vlastní svého pracovního času jako klinič-

ký logoped na Klinice rehabilitačního lékařství Všeobec-

ní fakultní nemocnice v Praze, kde se věnuje doplnění

pacientům se získanými neurogenetickými poruchami ko-

munikace a poskytuje jim individuální a skupinovou lo-

gopedickou práci.

Helga Thors Ph.D. CCC-SLP

vyšší odborná logopedka, lingvistická zmkovatelka jazyka

a tlumočnická zmkovatelka jazyka na Islandské univerzitě

Magistru jazyků a v oboru logopedie získala na univerzitě

v Readingu ve Velké Británii a doktorský titul v oboru ko-

munikativních věd a poruch na univerzitě v Jižní Karolině

v USA.

Na Islandu pracuje se sluhou klinické práci s pacienty

v univerzitní nemocnici Landspítali a poskytuje vlastní

soukromou práci, kde poskytuje logopedickou práci lidem

s neurogenetickými komunikativními obtížemi. Helga je také

docentkou logopedie na Lékařské fakultě Islandské uni-

verzity a koordinátorkou práce pro studenty logopedie.

Helga se specializuje na zvláštní modifikace příjmu, poruchy

ledí v doplnění, práci s pacienty na těžkých a v těžkých a v těžkých

studentů.



publikace

analýza průzkumu CMP

V březnu 2024 jsme vydali Analýzu průzkumu rizika mozkové mrtvice a úroveň stresu.

Průzkum probíhal pomocí dotazníkového šetření, prostřednictvím dotazníku, který byl vyplňován účastníky osvětových akcí Cerebrum, které probíhaly v období od března do prosince 2023 v rámci projektu ZD-MGS3-005 - Fondy EHP a Norska.

Dotazník ve spolupráci s pracovníkem Cerebra osobně vyplnilo 461 lidí a podařilo se získat 456 kompletně vyplněných dotazníků. Celková úspěšnost vyplnění dotazníku tak je 98,9 %. Dotazník se skládal z dvanácti otázek zaměřených na zjištění výskytu různých rizikových faktorů z hlediska ohrožení mozkovou mrtvicí u jednotlivých respondentů. U každé otázky vybírali účastníci průzkumu ze tří možností odpovědí, přičemž mohli vybrat právě jednu z nich. Součástí vyplňování dotazníků bylo rovněž změření tlaku a možnost změření obvodu pasu.



ANALÝZA PRŮZKUMU

**RIZIKO MOZKOVÉ MRTVICE
ÚROVEŇ STRESU**

březen 2024



Dotazník rovněž obsahoval individuální výsledky, které přítomní lékaři s respondenty probírali:

- 5 a více kladných odpovědí v prvním řádku dotazníku = vysoké riziko cévní mozkové příhody. Doporučení – respondent by měl co nejdříve navštívit svého praktického lékaře.
- 6-8 kladných odpovědí v druhém řádku dotazníku = určitá rizika cévní mozkové příhody, která lze snížit např. úpravou životního stylu. Doporučení – respondent by se měl poradit se svým praktickým lékařem.
- 9 a více kladných odpovědí ve třetím řádku dotazníku = riziko cévní mozkové příhody je nízké. Doporučení - respondent by neměl zapomínat docházet na pravidelné preventivní prohlídky ke svému praktickému lékaři, abyste si nízké riziko udržel i nadále.

publikace

člověk po poranění mozku na zdravotně-sociálních odborech

CEREBRUM Asociace osob po získaném poškození mozku Pacientská nezisková organizace sdružující občany, kteří utrpěli poškození mozku (cévní mozkové příhody, traumata, nádory mozku či jiné poškození), jejich rodinné příslušníky i pečující. Cerebrum poskytuje informace vedoucí k porozumění problematice poranění mozku. Provozujeme pro tyto osoby komunitní centrum – bezpečné místo pro každého. Prostor pro vzájemnou motivaci a podporu. Prostor, kde chce Cerebrum dát každému ten pocit, že na „to“ není sám.



Pomozte nám šířit dál tuto osvětu a staňte se naším dárce.
Naskenujte QR kód.
Váš příspěvek přináší uzdravení, naději a pomáhá vytvořit komunitu pro ty, kteří utrpěli traumatické poranění mozku.

Kontakty

Křížíkova 56/75A, Karlín, 186 00 Praha 8
Poradna - tel: +420 775 577 701
Všeobecné informace - tel: + 420 773 540 589
E-mail: info@cerebrum2007.cz
Web: www.cerebrum2007.cz

Sledujte nás na sociálních sítích. Jsme na Facebooku, Instagramu a LinkedInu.

ČLOVĚK PO PORANĚNÍ MOZKU NA ZDRAVOTNĚ-SOCIÁLNÍCH ODBOŘECH JAK MŮŽETE POMOCI?

2. vydání



Na podzim roku 2024 jsme vydali druhé vydání brožury Člověk po poranění mozku na zdravotně-sociálních odborech. Tato brožura byla původně napsána zejména pro úředníky zdravotně-sociálních odborů, také však pro sociální pracovníky, pracovníky v sociálních službách a další odborníky, kteří se dostávají do kontaktu s lidmi po poranění mozku. Brožura pokrývá základní fakta o poranění mozku, o možnostech přístupu a komunikace s lidmi po poranění mozku. Pozornost je také věnována chybám a doporučením v oblasti posuzování sociálních dávek u této cílové skupiny. Brožura je volně ke stažení na stránkách www.cerebrum2007.cz pod ikonou poradna/brožury ke stažení.

2. vydání této brožury bylo součástí projektu **Každá hlava má svá práva 2024**
Projekt ZP240058

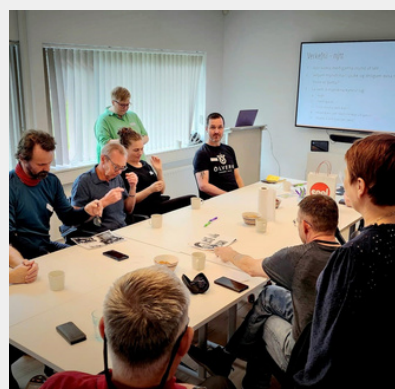


spolupráce s Islandskou patientskou organizací Heilaheill

V roce 2024 v rámci projektu podporovaného Fondy EHP a Norska proběhly dva výměnné pobyty:

První výměnný pobyt - Cerebrum na Island

proběhl ve dnech 18.–22. září 2024 na Islandu, kterého se účastnila tříčlenná česká delegace: koordinátorka projektu Evelína Milfortová, DiS., klinický logoped Mgr. Bc. Michal Kraft a klinická logopedka Mgr. Jana Horynová.



Druhý výměnný pobyt - Heilaheill do ČR

se uskutečnil v Praze ve dnech 16.–20. října 2024. Českou organizaci Cerebrum navštívila tříčlenná delegace z Islandu ve složení: Thorunn Hanna Halldorsdottir, M.Sc., Helga Thorsdottir, Ph.D., CCC-SLP a Anna Berglind Svansdottir – klinické logopedky s dlouholetou praxí s neurologickými pacienty.



dary



Přijali a použili jsme v roce 2024 finanční dary od fyzických a právnických osob na svoji hlavní činnost v celkové výši 357 tis Kč a nefinanční dary v hodnotě 37 tis Kč.

Velmi si jich vážíme a děkujeme, že společně s námi sdílí hodnoty solidarity a společenské odpovědnosti. Také díky těmto darům může naše organizace existovat a kvalitně fungovat.

Přes portál Darujme jsme obdrželi dary v celkové hodnotě 74.050 Kč, z toho 12.800 Kč od pravidelných dárců.

V roce 2024 jsme obdrželi příspěvky a finanční dary od následujících právnických a fyzických osob:

finanční dary (nad 10 tis Kč)

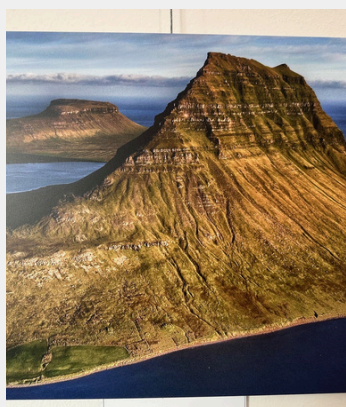
- **IPSEN Pharma – 305.000 Kč**
- **Citibank Europe plc – 103.200 Kč**
- **Nadace ČEZ - 99.000 Kč**
- **Randls Training, s.r.o. – 30.000 Kč**
- **Maruna Servis s.r.o. – 30.000 Kč**
- **PROFI-UNION, s.r.o. – 25.000 Kč**
- **Ing. Eva Sušická – 23.000 Kč**
- **Marie Jandušíková – 20.080 Kč**
- **Zdeněk Červinka – 20.000 Kč**
- **RNDr. Šárka Klementová – 15.000 Kč**
- **Ing. Martin Král - 10.000 Kč**
- **Hana Mašková – 10.000 Kč**

Menšími částkami přispěli:

Adela Čejková, Alena Smolařová, Dagmar Součková, Ditta Hlaváčková, Eva Procházková, Františka Osičková, Iva Veselá, Jan Škorpil, Jana Jarošová, Jana Poláčková, Jana Vitáková, Jarmila Chlumová, Kateřina Dandová, Ladislav Dědeček, Ladislav Koděra, Lukáš Sova, Marek Pohnan, Miriam Kotrusová, Monika Vilémová, Ondřej Homola, Patrícia Hudáčeková, Petra Havelková, Tomáš Tureček

charitativní výstava Ireny Grimové

Zvláštní dík patří Ireně Grimové, která Cerebru darovala veškerý výtěžek ze své vernisáže fotoobrazů Islandu, kterou organizovali společně s Randls Training. Od října do konce roku 2024 dosáhla částka výši 41.700 Kč. Irena i nadále pokračuje v prodeji fotoobrazů a podpoře naší organizace.



Věcné dary jsme obdrželi od právnických osob

- Botanicus, spol.s r.o. – vstupenky do Centra řemesel, dárkové balíčky pro využití v komunitním centru
- Albi – 5 společenských her pro potřeby komunitního centra
- Sonnentor – 300 ks ovocných a bylinných čajů pro potřeby komunitního centra



hospodaření

Půjčky

Účetní jednotka nemá uzavřenou žádnou půjčku.

Rozpis přijatých dotací

V účetním období spolek obdržel dotace na svoji činnost v celkové výši 1 522 tis. Kč. Jednalo se o dotace z Magistrátu Hlavního města Prahy, Úřadu vlády a Fondů EHP 2014-2021.

Pohledávky

Spolek má k datu účetní závěrky pohledávky ve výši 739 185,- Kč.

Závazky

Spolek eviduje k 31. 12. 2024 závazky z obchodních vztahů ve výši 6 388,- Kč, závazky k zaměstnancům ve výši 108 089,- Kč, k institucím sociálního a zdravotního pojištění ve výši 44 510,- Kč a závazek k finančnímu úřadu ve výši 8 318,- Kč. Žádné závazky vůči státu nejsou po lhůtě splatnosti.

Rezervy

Účetní jednotka v daném období netvořila žádné rezervy.

Výnosy z hlavní činnosti

Spolek v účetním období vykonával pouze hlavní činnost. Výnosy z této činnosti činily v roce 2024 celkem 3 843 tis. Kč.



CEREBRUM

Asociace osob po získaném
poškození mozku, z.s.

přehled o nákladech

Náklady v tis. Kč

2024

2023

Spotřeba materiálu a energie	263	539
Cestovné	178	11
Náklady na služby	142	868
Osobní náklady	2435	3077
Ostatní náklady	25	35
CELKEM	3843	4530

**CEREBRUM**Asociace osob po získaném
poškození mozku, z.s.

přehled o výnosech

Výnosy v tis. Kč

2024

2023

Tržby z prodeje a zboží	0	5
Tržby z prodeje a služeb	701	357
Ostatní provozní výnosy	140	0
Přijaté dary	1153	698
Dotace z veřejných zdrojů	1989	3472
CELKEM	3843	4532

**CEREBRUM**Asociace osob po získaném
poškození mozku, z.s.



poděkování

Děkujeme všem, kteří jste v uplynulém roce přispěli k činnosti naší organizace.

Děkujeme státním institucím a nadacím, které prostřednictvím grantů umožňují rozvoj našich aktivit. Díky této podpoře můžeme poskytovat služby a programy, které mají přímý dopad na kvalitu života našich klientů.

Velké poděkování patří našim dobrovolníkům, kteří věnují svůj čas, energii a srdce, aby přinesli pozitivní změny do životů druhých. Vaší práce a odhodlání si hluboce vážíme.

Děkujeme také našim dárcům, partnerům, příznivcům a podporovatelům za jejich důvěru a spolupráci. Bez vás by naše projekty a aktivity nemohly růst a přinášet skutečný dopad. Každý příspěvek, každá pomoc a každé zapojení nás posouvají dál.

Společně tvoříme komunitu, která věří v sílu pomoci a solidarity.

S vděčností se ohlížíme za uplynulým obdobím, kdy jsme díky vám mohli realizovat naše aktivity a přinášet podporu těm, kteří ji potřebují.

Výroční zprávu zpracovaly: Magdalena Pohnanová a Nataša Randlová 5/2025