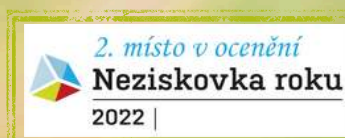


# VÝROČNÍ ZPRÁVA 2023



Mezigenerační  
a dobrovolnické centrum  
TOTEM, z.s.

[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)



Vážení přátelé,

s potěšením vám předkládáme výroční zprávu za rok 2023, který byl opět pro TOTEM, z.s. rokem plným výzev, ale i naplnění a smysluplné práce.

Uplynulý rok byl pro nás v mnoha ohledech výjimečný. Nadále jsme se věnovali našim stálým aktivitám, ať už se jednalo o podporu seniorů, pomoc rodinám s dětmi, nebo nabídce aktivního zapojení do života komunity pro všechny věkové kategorie. Snažili jsme se být oporou pro ty, kteří to nejvíce potřebovali, a s radostí jsme sledovali, jak se daří našim klientům rozvíjet se a plnit si své sny bez ohledu na věk.

Hned v lednu roku 2023 jsme převzali cenu Neziskovka roku v kategorii Velká neziskovka a užívali jsme si pocit ocenění naší práce nejen od klientů, ale i od odborné veřejnosti.

Samozřejmě, že i rok 2023 přinesl své výzvy.

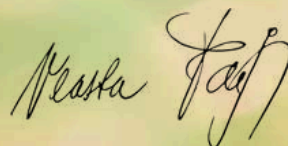
Museli jsme se vyrovnávat s dopady globálních událostí, které ovlivnily i naše aktivity. I přes tyto překážky jsme ale dokázali obstát a s odhodláním jsme se věnovali našim cílům.

Jsme nesmírně vděční za podporu, kterou jsme během roku 2023 od vás, našich dárců, dobrovolníků a přátel získali. Díky vám můžeme dělat to, co děláme, a měnit svět k lepšímu.

Do budoucna se díváme s optimismem. Věříme, že TOTEM má i nadále co nabídnout společnosti a že můžeme být důležitou součástí života mnoha lidí. Jsme odhodláni i nadále pracovat na tom, abychom svět dělali lepším místem pro všechny.

Děkujeme vám za vaši podporu a důvěru. Společně můžeme dosáhnout velkých věcí!

Předsedkyně Správní rady, ředitelka organizace



# Tým Evropského sboru solidarity naplňoval své poslání v roce 2023...



## Novinky roku 2023

- Od září 2023 jsme začali naši dobrovolníci více zapojovat do dalších aktivit organizace jako jsou různé dobrovolnické akce a setkání, což se velice osvědčilo. Dobrovolnice rychleji zapadla do týmu a zorientovala se v novém prostředí.

## Několik zajímavých čísel...

- **Hostili jsme 3 zahraniční dobrovolnice** z Německa a Španělska.
- **Vyslali jsme 1 českou dobrovolnici** do Francie.
- **Dobrovolnice odvedly více než 150 konverzačních hodin** v angličtině, němčině a španělštině.
- **Natočili jsme 22 konverzačních videí** v cizích jazycích (angličtina, němčina, španělština).



## Zvláště si ceníme...

- **empatie našich mladičkových dobrovolnic a jejich nadšení** pro práci se seniory.
- **zájmu, který dobrovolnice projevují o život u nás**, vzájemného rozšiřování obzorů a každé pomoci navíc, kterou dělat nemusí, ale udělají.
- **dobrovolnice Laily, která i když je sama, funguje v plném nasazení**, s maximální ochotou a vstřícností v mnoha směrech. Pomáhá nám často i mimo svoji obvyklou pracovní náplň a můžeme se na ni stoprocentně spolehnout.



# Tým **Sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením** pracoval na naplnění poslání sociální služby v roce 2023...



## Novinky roku 2023

- Pro velký zájem a dlouhodobou poptávku o cvičení jógy pro seniory se povedlo otevřít již 4. skupinu.
- Do programu IT vzdělávání jsme zařadili také workshopy digitálního vzdělávání, během kterých mohli senioři nahlédnout do světa umělé inteligence, 3D tisku, další příležitostí pro osvětu byly přednášky Telekomunikační akademie, v závěru roku jsme posilovali mediální gramotnost seniorů.
- Navázali jsme na spolupráci s Fakultou designu a umění Ladislava Sutnara ZČU tentokrát formou projektu "Kým jsme byli, kým jsme, kým budeme", na kterém se podílely studentky fakulty a klientky z aktivity Trénování paměti.

## Několik zajímavých čísel...

- Pracovali jsme s **425 klienty v pravidelných aktivitách**, z toho 72 mužů (17%) a 353 žen (83%).
- Otevřeli jsme **46 skupin kurzů a klubů**.
- Proběhlo **205 akcí prezenčně** s 1893 návštěvníky.
- Nabídli jsme **33 programů na YouTube**.

## Zvláště si ceníme...

- **dlouhodobé spolupráce se ZČG v Plzni a s DESOP - ochrana ptactva**, díky které jsme v TOTEMovém rozcestníku mohli nabídnout zajímavé, nevšední akce.
- **energie a nasazení (nejen) dobrovolných lektorů**, kteří seniorům pravidelně věnují svůj čas, znalosti a kousek sebe sama...
- **všech našich uměleckých souborů**, které kromě pravidelných aktivit také vystupují nejen na akcích TOTEMu, ale přináší radost také seniorům v různých zařízeních a domovech v Plzni i jinde.
- **toho, že se k nám klienti rádi vrací i po dlouhodobé nemoci či úrazu**, těší se mezi své přátele a pokračují ve svých oblíbených aktivitách.



## Tým **Akademie třetího věku**

pracoval na naplnění všech aktivit programu v roce 2023...

### Zajímavosti roku 2023

- **Nadále rozvíjíme kvalitu programu.** Seniorům jsme nabídli bonusová setkání v terénu v návaznosti na probíraná témata některých kurzů, nabídli jsme exkurzi do rokycanské hvězdárny a také terénní přírodovědnou vycházku v okolí Spáleného Poříčí.
- **Reagujeme na zájem seniorů.** Od září 2023 došlo k obohacení kurzů o nová témata, ve kterých jsme se zaměřili na období středověku a raného novověku v českých zemích nebo na malířství 20. století.

*"Jsem ráda, že něco takového, jako je činnost TOTEMu existuje, neumím si představit, že bych měla jen tak sedět na lavičce před svým domem, jak to u seniorů bývalo zvykem, děkuji všem lektorům TOTEMu za jejich obětavost a snahu pomáhat."* (seniorka Bohumila)

### Několik zajímavých čísel...

- **Otevřeli jsme 11 různých kurzů** Akademie třetího věku.
- V průběhu roku proběhlo **73 setkání**.
- Kurzy pravidelně navštěvovalo **136 unikátních klientů**.
- V kurzech jsme naplnili **148 míst** v letním semestru a **159 míst** v zimním semestru.
- **53% klientů** Akademie třetího věku **je doma v MO Plzeň 1**.

### Zvláště si ceníme...

- **stálého zájmu lektorů** připravovat zajímavá témata a realizovat poutavé přednášky a vycházky a podporovat tak rozvoj seniorů, jejich sebedůvěru a zájem o další učení.
- **dílčího zapojení některých účastníků kurzů** **Základy ekologie a Zoo** jinak do akce May Day v plzeňské Botanické a zoologické zahradě, kde se aktivně podíleli na celodenním programu zaměřeném na podporu ochrany přírody.



**TOTEM LETÍ**  
už čtvrtstoletí!



[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)

V roce 2023 proběhla úžasná třídenní akce

## Třetí festival - Setkání aktivních seniorů

### Zajímavosti roku 2023

- Pro slavnostní zahájení festivalu jsme získali úžasné místo - **kostel Nanebevzetí Panny Marie v Plzni**. Proběhla zde i pěvecká vystoupení jednotlivých souborů. Akustika kostela a jeho interiér působily magickým dojmem a celý večer se nesl v dechberoucí atmosféře.
- Vystoupení pěveckého souboru Andílci bylo **pro účastníky krásným překvapením**.
- V rámci exkurzí po Plzni **jme navštívili Semlerovu rezidenci**, která je opravdovým architektonickým skvostem, ale i další zajímavá místa.
- V rámci projektu Erasmus+ **jme přivítali hosty ze slovenské Žiliny**, kteří se festivalu aktivně zúčastnili a také nám pomáhali při organizaci.
- Dalším **pohlazením po duši byla návštěva z Velkých Hořtic**, pro všechny účastníky vlakem přivezli úžasné hořtické koláče.
- **Letošní festival získal novou grafickou podobu**, těšili jsme se tak z nového loga a dalších materiálů.

### Několik zajímavých čísel...

- Připravili jsme festivalový program na 3 dny.
- Zapojilo se 18 seniorských souborů z České republiky a ze Slovenska.
- Programu se zúčastnilo 216 seniorů a senierek.
- Uspořádali jsme 12 exkurzí, 8 workshopů.
- Proběhl sedmihodinový Komponovaný pořad.

### Zvláště si ceníme...

- **obrovské podpory a pomoci kolegů z TOTEMového týmu a dobrovolníků**.
- toho, že se k nám **mnoho souborů každé 2 roky vrací**.
- **neuvěřitelné energie všech vystupujících souborů, krásných tanečních kostýmů a originálních choreografií**.
- **podpory a zázemí VOŠ a SPŠE Plzeň a kulturního domu JAS v Plzni**.



## Tým **Místa setkávání se**

**pracoval na naplnění všech aktivit programu v roce 2023...**

### **Zajímavosti a novinky roku 2023**

- Významnou kulturní akcí byl **každoroční Sousedský jarmark** - sousedská slavnost se zapojením desítek vystupujících všech generací z mnoha souborů, stovek návštěvníků jako diváků a mnoha organizací s možností prezentovat se na veřejnosti.
- Uspořádali jsme **dvě třídenní akce Velikonoce v TOTEMu, Svatý Martin v TOTEMu**, do kterých se zapojilo pokaždé přes 200 dětí z plzeňských MŠ, ZŠ, a to především z MO Plzeň 1.
- Mezi novinky patřil **Krajský SVIŽNÍK 2023** - první ročník sportovního klání pro kolegy ze sociálních služeb. Zapojilo se celkem 10 družstev z devíti organizací a energie akce byla naprosto úžasná.
- Na společném setkání **Tanec napříč generacemi** se potkaly TOTEMové seniorské tanečnice a děti ze ZUŠ Sokolovská Plzeň.

### **Několik zajímavých čísel...**

- Prezenčně proběhlo **119 akcí** (besedy, sportovní akce, společenské události, vernisáže, výtvarné dílny, výlety...).
- Během roku jsme uspořádali **17 výstav spojených s vernisáží**.
- Uspořádali jsme **2 příměstské letní tábory**.
- Podpořili jsme **16 studentek a studentů** v rámci jejich odborné praxe.

### **Zvláště si ceníme...**

- **všech, kteří přichází se svou nabídkou programu, know-how** a často nezištně jej nabízí k realizaci.
- **firemních dobrovolníků a firem, které zaměstnance k nám vysílají**, za pomoc s přípravou a realizací mnohých programů, ale i např. za mytí oken.



**TOTEM LETÍ**  
už čtvrtstoletí!



## Tým **Pobočky TOTEM Doubravka**

pracoval na naplnění filosofie **Místa setkávání se i v roce 2023...**

### Zajímavosti a novinky roku 2023

- **Unikátní je naše zahrada**, na které jsme opět udělali kus práce. Od jara do podzimu se na ní **scházeli a o zahradu se starali senioři a seniorky Zahradnického klubu**. Zahrada byla opět místem pro zajímavé akce - snídaně na terase, přednášky, Burza zahradních rostlin, Víkend otevřených zahrad atd.
- **Krásně jsme rozvíjeli mezigenerační programy s dětmi z MŠ, ŠD i studenty gymnázia**: mezigenerační zahradničení, tvoření ve školkách, společné vycházky, čtení, hrátky s hlavolamy, pétanque, turnaj ve hře Mölkky, Mikulášská nadílka, zdobení stromečku na TOTEMové zahradě, program Vaříme s babičkou, IT konzultace či kvízová hra se studenty Gymnázium Luďka Píka atd.
- **Zapojili jsme se do charitativního velikonočního jarmarku v 50. MŠ** - prodejem výrobků, které s láskou v TOTEMu vyráběly naše seniorky, jsme pomohli dobré věci.

### Několik zajímavých čísel...

- **Uspořádali jsme 293 jednorázových akcí** (vycházky, besedy, promítání, tvořivé dílny, sportovní i společenské akce).
- V létě **proběhl 1 příměstský tábor**.
- **Otevřeli jsme 13 kurzů**, ve kterých jsme obsadili **154 míst**.
- **Dlouhodobě jsme pracovali s 358 lidmi** a další desítky navštívily naše akce jednorázově.
- **Pracovali jsme se skupinou 30 seniorských dobrovolníků**.

### Zvláště si ceníme...

- **spokojených klientů**, kteří se k nám rádi vracejí a mají k nám důvěru.
- **hezké vzájemné energie na mezigeneračních akcích**, pocitu, že to má smysl.
- **30 skvělých seniorek a seniorů**, kteří se zapojovali aktivně (vymýšleli a vedli aktivity, byli důležitou součástí mezigeneračních akcí či pomáhali podle potřeby).
- **toho, že jsme zvládli realizovat všechny aktivity** první rok v režimu veřejné zakázky.



**TOTEM LETÍ**  
už čtvrtstoletí!



[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)



# Tým **Pobočky TOTEM Nová Hospoda**

pracoval na naplnění filosofie **Místa setkávání se i v roce 2023...**

## Zajímavosti a novinky roku 2023

- **Nově jsme otevřeli prostor pro Ruční práce** - organizované i neorganizované (háčkování, pletení, šití, ...).
- **Program jsme obohatili o TOTEMáček** - prostor pro rodiče s dětmi, **besedy, zpívané, Quizuj v TOTEMu, muzikoterapii.**
- **Zahájili jsme spolupráci se studentkami Vyšší odborné školy zdravotnické, managementu a veřejnosprávních studií, s.r.o.,** které pro naše seniory zorganizovaly kvízy a piškvorkový turnaj.
- Poprvé jsme pozvali návštěvníky naší pobočky na **Společnou vánoční večeři.** Zúčastnili se klienti nejen z Prostřední 48 a Krajní 5, ale i z jiných částí Plzně. Velmi je i nás dojalo vědomí, že nikdy nic takového seniři - obyvatelé sociálních bytů nezažili.

## Několik zajímavých čísel...

- **Uspořádali jsme 175 jednorázových akcí** (vycházky, besedy, promítání, tvořivé dílny, sportovní i společenské akce).
- V létě **proběhl 1 příměstský tábor.**
- **Otevřeli jsme 4 kurzy,** do kterých docházelo **70 unikátních osob.**
- **Dlouhodobě jsme pracovali se 149 lidmi** a další desítky navštívily naše akce jednorázově, podpořili jsme desítky dětí z MŠ našimi programy.
- **Pracovali jsme se skupinou 12 seniorských dobrovolníků.**

## Zvláště si ceníme...

- **pozitivních zpětných vazeb po mezigeneračních setkáních s MŠ** - akce se líbí jak dětem, tak seniorkám, které dětem pomáhají během programů.
- **aktivní spolupráce seniorů** při chystání různých akcí během celého roku.
- **nových i věrných účastníků našich programů,** kteří jsou nám inspirací a podporou. Bez nich by naše pobočka nemohla fungovat tak úspěšně, jak tomu je.
- **toho, že jsme zvládli realizovat všechny aktivity** první rok v režimu veřejné zakázky.



**TOTEM LETÍ**  
už čtvrtstoletí!



[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)

# Tým **Mentoringových preventivních programů**

pracoval na podpoře svých klientů v roce 2023...

## Zajímavosti a novinky roku 2023

- V roce 2023 jsme **navázali spolupráci se studenty Speciální pedagogiky FPE ZČU**, kteří mohou dětem s SPU či PAS lépe pomoci v rámci své odbornosti.
- V průběhu roku vznikla **třetí skupina programu KOMPAS®**.
- Pilotně jsme zkoušeli **nový mentoringový program Druhé ruce** zaměřený na pomoc rodinám s dvojčaty a vícerčaty nebo s dvěma a více dětmi v předškolním věku.
- **Děti z programu KOMPAS® se se svými výrobky zapojily do TOTEMového adventního trhu** a přípravu výrobků si moc užily.
- Dobrovolníci z mentoringových programů se **aktivně zapojili do Dnů dobrovolnictví 2023**.

## Několik zajímavých čísel...

- Do programů KOMPAS®, PětP, Doučování, Druhé ruce, KAMPA 15+ bylo **aktivně zapojeno 46 dobrovolníků**.
- **Podpořili jsme 60 klientů**.
- Dobrovolníci a klienti **společně strávili 1257 hodin a měli 678 schůzek**.
- Pobytového tábora v Lázních Kynžvart se **zúčastnilo 13 dětí a 3 dospělí**.

## Zvláště si ceníme...

- dlouhodobé podpory **Klubu přátel dětí z DD**, zprostředkované naší spolupracující psycholožkou PhDr. Jarmilou Divišovou.
- aktivního zapojení do nabízených **vzdělávacích programů a seberozvoje**.
- dobrovolnického **podpory letních příměstských táborů i osobnostně rozvojového pobytu** dětí z mentoringových programů.
- **dobrovolníků, kteří se aktivně zapojují do zpětné vazby a hodnocení našich programů**. Jejich ochota sdílet zkušenosti a nápady je klíčová pro neustálé zlepšování a rozvoj našich aktivit. Toto partnerství a spolupráce jsou základem našeho úspěchu.
- také toho, že ačkoliv jsou naši dobrovolníci časově vytížení lidé, **vždy si najdou čas na pomoc druhým**.



**TOTEM LETÍ**  
už čtvrtstoletí!



[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)

# Tým **Dobrovolnický klub Klíč**

pracoval s dobrovolníky na zajištění úžasných akcí v roce 2023...



**TOTEM LETÍ**  
už čtvrtstoletí!

## Zajímavosti a novinky roku 2023

- **2 dny - 5 kurzů - 18 hodin vzdělávání.** Takový byl **DOBROvíkend**, který byl pro dobrovolníky šancí během dvou dnů podstoupit vzdělávací semináře z nejrůznějších oblastí, které mohou využívat jak v dobrovolnickém, tak soukromém životě.

## Několik zajímavých čísel...

- Naši dobrovolníci pomohli na **63 jednorázových akcích** nejrůznějšího charakteru, které v součtu **trvaly 227 hodin**.
- Dobrovolníci **odpracovali 1557 hodin s 399 dobrovolnickými vstupy**.
- V průměru nám na jednu akci **přišlo pomoci 6 dobrovolníků**, kteří **věnovali 3 hodiny svého času**.
- Naším **8 vzdělávacím kurzům**, které jsme pro dobrovolníky během roku pořádali, **věnovali dobrovolníci 130 hodin** svého času.



## Zvláště si ceníme...

- každého dobrovolníka, který nám v minulém roce přišel pomoci. Dobrovolnická pomoc je nenahraditelná a nepostradatelná jak pro nás, tak i pro ostatní organizátory, kteří naši podporu využívají.
- toho, jak široké spektrum jednorázových akcí, ve kterých se mohou naši dobrovolníci angažovat, jim můžeme nabídnout. Od běhů, přes kulturní akce až po sbírky či akce s dětmi. Což by nebylo možné bez jejich spolehlivosti, píle a důvěry organizátorů.
- také školitelů a lektorů, kteří věnují svůj čas a znalosti dobrovolníkům, na jejich cestě za rozšířením kompetencí.



[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)

# Tým projektu Management dobrovolnictví

podpořil dobrovolníky všech generací v roce 2023...



## Novinky roku 2023

- Těší nás **velký nárůst nově spolupracujících přijímajících organizací.**
- **Spustili jsme projekt FN NEURO**, jehož cílem je podpořit rekonvalescenci komunikačních dovedností pacientů na Neurologické klinice FN v Plzni a následně jim usnadnit návrat domů a zotavení. Projekt se zaměřuje na pacienty s menší mírou postižení po cévní mozkové příhodě, u kterých je naděje na obnovení řečových funkcí. Dobrovolníci navštěvují pacienty v nemocnici a po jejich propuštění docházejí do jejich domovů, kde s nimi po dobu 3-6 měsíců týdně rehabilitují. Rehabilitace zahrnuje cvičení paměti a řeči, která pacientům pomáhají s návratem k běžnému životu.



## Několik zajímavých čísel...

- Zapojili jsme **552 dobrovolníků**, z toho bylo **176 seniorů**.
- **Spolupracovali jsme s 87 přijímajícími organizacemi a projekty**, z toho **12 bylo nových**.
- Dobrovolníci za rok **odpracovali 18 009 hodin**.
- Dobrovolníci využili **51 hodin supervizní podpory** a **575 hodin bezplatného vzdělávání**.
- **Proběhly 4 prezentace dobrovolnictví**, další kampaně a prezentace v rámci velkých komunitních akcí pro veřejnost.
- **Seniorská dobrovolnice Jana**, která pracuje v Kafíčku, **odpracovala od roku 2012 do roku 2023 bezmála 6 000 dobrovolnických hodin**.



## Zvláště si ceníme...

- všech aktivních dobrovolníků a aktivní spolupráce s partnerskými organizacemi.
- toho, že se nám podařilo oslovit pro spolupráci i vzdálenější regiony v PK a Místní akční skupiny v regionu.
- zapojení firemních dobrovolníků.



[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)

# Tým **Sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi** se stal oporou pro své klienty v roce 2023...



## Novinky roku 2023

- V rámci skupinového preventivního opatření **proběhla věková specializace na skupinu teenagerů a skupinu mladších dětí.**
- Díky spolupráci s OSPOD, SVP či školami a na základě jejich dobrých referencí rodinám **došlo k vytvoření a postupnému "rozjezdu" třetí skupiny** v rámci skupinového preventivního opatření.
- Na základě diagnostiky stávající i nové klientely **získala prostor a pozornost i nová myšlenka - rozšíření služby o čistě dívčí skupinu** s terapeutickými prvky, kde by děvčata mohla vzájemně sdílet své radosti i strasti a nacházet funkční modely ženského světa.
- Vzhledem ke stále většímu počtu klientů s PAS a potřebě kromě sociální také speciálně pedagogické práce s klienty **jsme uspěli s žádostí o rozšíření naší poskytované sociálně a aktivizační služby pro rodiny s dětmi od roku 2024.**

## Několik zajímavých čísel...

- Podpořili jsme **80 unikátních klientů**, z toho bylo **64 dětí a mládeže do 18 let** a **16 dospělých.**
- Jednotlivá opatření služby využilo **53 rodin s dětmi.**

## Zvláště si ceníme...

- toho, že jsme **vedli v život metodiku a odpilotovali jsme jako nové opatření** mentoringový program **Druhé ruce**, dokončili jsme přípravy pro jeho uvedení do praxe v roce 2024.
- **úspěšného monitoringu sociální služby** ze strany Plzeňského kraje (43 získaných bodů ze 45). **Služba je vnímána jako funkční a potřebná pro danou cílovou skupinu, je poskytována v dostatečné kvalitě i rozsahu nabízených činností.**
- toho, že naše žádost o rozšíření služby byla přijata a **SAS pro rodiny s dětmi se může od roku 2024 rozrůst o speciálního pedagoga.**
- **prohloubení spolupráce s OSPODy a SVP.**



# Tým projektu MOSTY

propojoval dobrovolníky a klienty v domácím prostředí v roce 2023...



## Novinky roku 2023

- V srpnu 2023 se na nás obrátila referentka Odboru státní sociální péče na MMP s **prosbou o pomoc pro pěstounskou rodinu, která se stará o holčičku se svalovou atrofií a LMR**. Hledali jsme někoho, kdo bude mít čas 1x týdně docházet s holčičkou do školy, doprovázet ji na zájmové kroužky a být jí kamarádem a oporou. **Podařilo se nám propojit pěstounskou rodinu s úžasnou dobrovolnicí, která se již stala součástí rodiny, s holčičkou se pravidelně schází a pomáhá jí.**
- V prosinci 2023 **proběhla supervize pro dobrovolníky** v projektu MOSTY, která byla velmi přínosná a ze setkání jsme si odnesli mnoho podnětů do další práce.

## Několik zajímavých čísel...

- **Zapojili jsme 42 dobrovolníků** do nakupování, doprovodů k lékaři, vyzvedávání léků, venčení psů, vynášení odpadků atd. osamělým seniorům, kteří se ocitli v krizové situaci.
- Podařilo se naplnit **1231 požadavků** od klientů, kteří se ocitli v aktuální krizi.
- **6 aktivních dobrovolníků vykonávalo službu přítel na telefonu** (pravidelné telefonování se seniory).
- **2 dobrovolníci píšou papírové dopisy, případně emaily.**
- **Podporovali jsme 38 stálých dvojic** (senior-dobrovolník), kdy dobrovolník kromě nákupů, vyzvedávání léků nabízí osamělému seniorovi společný čas a bezpečí, že se v době zdravotní či jiné krize nebo emočního diskomfortu má na koho obrátit.

## Zvláště si ceníme...

- **ochoty dobrovolníků pomáhat** - je pro nás obrovským přínosem a jistotou, že se můžeme spolehnout na silný dobrovolnický tým, který věnuje svůj volný čas pomoci ostatním.
- **empatie dobrovolníků**, které v našem týmu máme. Mnohdy se stane, že klient, kterému dobrovolník nakupoval, již nemá sílu fungovat i nadále v domácím prostředí a je hospitalizován v nemocnici či LDN. Tím by se mohlo zdát, že dobrovolnická služba zde skončila, ale opak je pravdou. Řada dobrovolníků i v takových případech za klienty dochází do zdravotnických zařízení, což je pro klienty obrovskou psychickou podporou.
- **aktivní spolupráce s dalšími úřady a organizacemi**. Poměrně pravidelně se na nás obracejí odborníci z různých organizací a úřadů, se kterými konzultujeme jejich klienty a možnosti naší pomoci.
- toho, že se nám stále **daří držet původní myšlenku projektu MOSTY** a párovat dobrovolníky s konkrétními klienty - dobrovolníci, kteří mají "svého" klienta již nějakou dobu, se nám často svěřují, že se stali součástí celé klientovy rodiny.



# Tým **Regionálního dobrovolnického centra**

podpořil obce, organizace i dobrovolníky v roce 2023...



## Novinky roku 2023

- **Národní cenu za dobrovolnictví** vyhlášenou MVČR získala Diecézní charita Plzeň a Martin Pejzl.
- Poprvé v historii jsme **pořádali Dny DOBROvolnictví v ČR jako jeden ze 6 krajů**. Konkrétně v Plzeňském kraji **jsme podpořili 63 akcí, zapojili 12 obcí a 42 organizací, zúčastnilo se 1418 lidí, 353 dobrovolníků a z nich bylo 70 nových dobrovolníků** z veřejnosti.
- Proběhlo **udílení ceny MAJÁK - ocenění pro koordinátory dobrovolníků** a došlo k rozšíření této myšlenky do Moravskoslezského kraje, kde byla v prosinci 2023 udělena první ocenění pro koordinátory dobrovolnictví.

## Několik zajímavých čísel...

- Celkem jsme **spolupracovali se 167 organizacemi, z toho 19 se jich zapojilo nově** v roce 2023.
- **Uspořádali jsme 6 x Dny otevřených dveří dobrovolnictví** (Všeruby, Nepomuk, Žihobec, Tachov, Stříbro a Rokycany).
- **Zorganizovali jsme 10 DobroSnídaní** pro koordinátory dobrovolnictví.
- **Kurz Koordinátor dobrovolnictví - profesní rozvoj a růst** úspěšně absolvovalo **10 koordinátorů** dobrovolnictví z celého Plzeňského kraje.
- Připravili jsme **supervize a 2 x workshop pro koordinátory dobrovolnictví** - Firemní dobrovolnictví, Fundraising pro NNO, **DOBROvíkend pro koordinátory dobrovolníky** - s 5 vzdělávacími workshopy.

## Zvláště si ceníme...

- **podpory, kterou dává Plzeňský kraj dobrovolnictví v regionu.**
- **spolupráce a vzájemné podpory mezi RDC** v rámci celé ČR a aktivního přístupu partnerů v regionu.
- **plzeňských lidí bez domova pod vedením spolku K srdci**, kteří každý měsíc dobrovolně uklízejí černé skládky v Plzni a okolí. Poprvé to vyzkoušeli v rámci akce Dny dobrovolnictví 2023.



## Tým projektu Letokruhy

podpořil seniorské dobrovolníky v roce 2023...



### Novinky roku 2023

- **Úspěšné bylo zapojení do projektu "DEKApro"**, kdy seniorky napletly a uháčkovaly neskutečné množství čtverců, ze kterých pak zkompletovaly deky. Tento charitativní projekt pro mobilní Hospic sv. Lazara v Plzni propojil studenty, ženy, muže, babičky i dědečky a ostatní nadšence se srdcem na pravém místě. Bylo uháčkováno nebo upleteno 772 dek, které propojily Město Touškov a obec Kozolupy po vybudované cyklostezce a dosáhly mnohem dál.
- **Stále větší popularitu si získávají prodejní výstavy** o Velikonocích a Vánocích, a to díky široké nabídce výrobků.

### Několik zajímavých čísel...

- V klubu Letokruhy jsme **pracovali s 24 aktivními seniorskými dobrovolníky**.
- Společně **odpracovali 384 dobrovolnických hodin**.

### Zvláště si ceníme...

- toho, že **seniorští dobrovolníci pomohli s uskutečněním mnoha koncertů pěveckého sboru Jamáček** (Měšťanská beseda, Lidový dům Černice, sociální lůžka FN, organizace Človíček, Základní škola speciální Merklín, MŠ Junikorn, Klub postižených, TOTEMový Třetí festival a další).
- toho, že se **seniorské dobrovolnice zapojují do mezigeneračních programů** při velkých akcích jako jsou Velikonoce, Sousedský jarmark a Svatý Martin v TOTEMU.
- toho, že celý rok dobrovolnice z aktivity Dobrotы z kuchyně **napekly moučníky pro pravidelné i jednorazové akce naše a partnerů**, jako Sousedský jarmark, Dobrokavárna, Dobrosnídaně, Dětské centrum, Třetí festival a různá setkání a koncerty.
- toho, že **pilným seniorským dobrovolníkem je pan Ladislav Šimon**, který pravidelně hraje na kytaru a zpívá pro potěšení klientů v Domově sv. Aloise. Kromě toho ochotně vystupuje na akcích, ale i na grilování pro naše klienty.





# Tým projektu Pohádkové čtecí babičky a mezigenerační setkávání se podpořil seniorské dobrovolnice v roce 2023...



## Zajímavosti roku 2023

- Oproti předešlému roku **jsme zaznamenali velký nárůst čtených hodin** i z důvodu, že některé babičky čtou ve více třídách a více dnů v týdnu.
- V průběhu roku proběhlo **několik setkání Klubu pohádkových čteček babiček**. A jako tradičně **jsme se zúčastnili akce v Praze na parníku**, kam jsou Pohádkové čtecí babičky každoročně zvány organizací Mezi námi, o. p. s, která celorepublikově projekt zastřešuje.
- V rámci dalších mezigeneračních programů se pravidelně střídaly dvě aktivity – **tvoření s dětmi z MŠ a Hravá kavárna - hraní s hlavolamy**.

## Několik zajímavých čísel...

- Do mateřských škol **pravidelně docházelo číst 29 seniorek**.
- Pohádkové babičky **četly v 27 mateřských školách**.
- Za rok **seniorky četly celkem 525 hodin**.
- Bylo **zrealizováno 19 setkání dětí z mateřských škol a seniorek** s tématem hlavolamů, rébusů či kreativního tvoření.



## Zvláště si ceníme...

- **vstřícnosti a otevřenosti mateřských škol** a spolupráce s některými z nich již řadu let.
- toho, že se **seniorské dobrovolnice zapojují do mezigeneračních programů** a překonávají ostych např. z hlavolamů a nových situací, které jim tyto aktivity přináší.
- **podpory seniorských dobrovolnic na dalších akcích**. Díky nim pak vnášíme do programu tradičních akcí pro rodiny s dětmi netradiční mezigenerační rozměr.
- **pravidelnosti a soustavnosti**, s jakou Pohádkové čtecí babičky do mateřských škol dochází.



# Tým managementu organizace

přispěl k rozvoji organizace svou prací v roce 2023...

## Zajímavosti roku 2023

- V návaznosti na strategický plán organizace jsme zahájili projekt Příprava na budoucnost – inovace seniorských programů v TOTEM, z.s. s podporou MPSV Odělení projektů sociálních inovací.
- Rozvinuli jsme spolupráci s externími PR a získali tak do týmu kompetence pro rozvoj propagace TOTEMu a jeho programů.
- Na pobočce v Bolevci jsme vyměnili téměř všechna svítidla, čímž dojde v budoucnu k energetické úspoře.
- Přešli jsme s firemními účty do prostředí Google a začali organizaci převádět do služeb Google Workspace.
- Předali jsme péči o BOZP externí firmě a posunuli tak odborné zajištění této oblasti na vyšší úroveň.

## Několik zajímavých čísel...

- Podali jsme **37 dotačních žádostí** a **33 jich bylo podpořeno**.
- Uspořádali jsme **10 dárcovských kampaní**.
- Proběhlo **9 firemních dobrovolnických dnů**.
- Ze všech dotačních, nadačních zdrojů, od firem a soukromých dárců jsme získali pro provoz a realizaci aktivit téměř **21 mil. korun**.

## Zvláště si ceníme...

- Prošli jsme přísným a náročným procesem hodnocení při snaze získat titul **Neziskovka roku 2022 s výsledným krásným 2. místem** v kategorii Velká neziskovka.



**TOTEM LETÍ**  
už čtvrtstoletí!



[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)

# VÝSLEDEK HOSPODAŘENÍ A VÝROK AUDITORA



<b>Celkové výnosy</b>		<b>20 848 624,12</b>
Přijaté a zúčtované dotace		11 070 441,50
Příspěvky na vlastní činnost		3 754 717,45
Ostatní provozní výnosy		1 553 963,17
Tržby za vlastní činnost		3 907 505,00
Přijaté členské příspěvky		1 500,00
Tržby z vedlejší činnosti		560 497,00
<b>Celkové náklady</b>		<b>20 846 500,72</b>
Materiálové náklady		677 086,45
Spotřeba energie		567 870,81
Služby (telefony, internet, spoje, opravy, cestovné, dopravné, lektorné, propagace, kapesné a stravné evropských dobrovolníků, ostatní služby)		3 301 188,10
Mzdové náklady vč. odvodů		14 683 346,00
Ostatní provozní náklady (poplatky, pojištění, lék. prohlídky, odpisy majetku, apod.)		1 617 009,36
Výkaz zisků a ztrát:	provozní hlavní činnost	-69 835,79
	vedlejší činnost	71 959,19
<b>Zisk</b>		<b>2 123,40</b>

Firma AUDIT FINANCO, s.r.o. ověřila účetní závěrku spolku Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM, z.s., výkaz zisku a ztráty za období od 1. 1. 2023 do 31. 12. 2023 a přílohu této účetní závěrky, včetně popisu použitých významných účetních metod.

**Auditor konstatoval, že účetní závěrka podává věrný a poctivý obraz aktiv a pasiv spolku k 31. 12. 2023, nákladů a výnosů a výsledků jeho hospodaření za rok 2023 v souladu s českými účetními předpisy.**

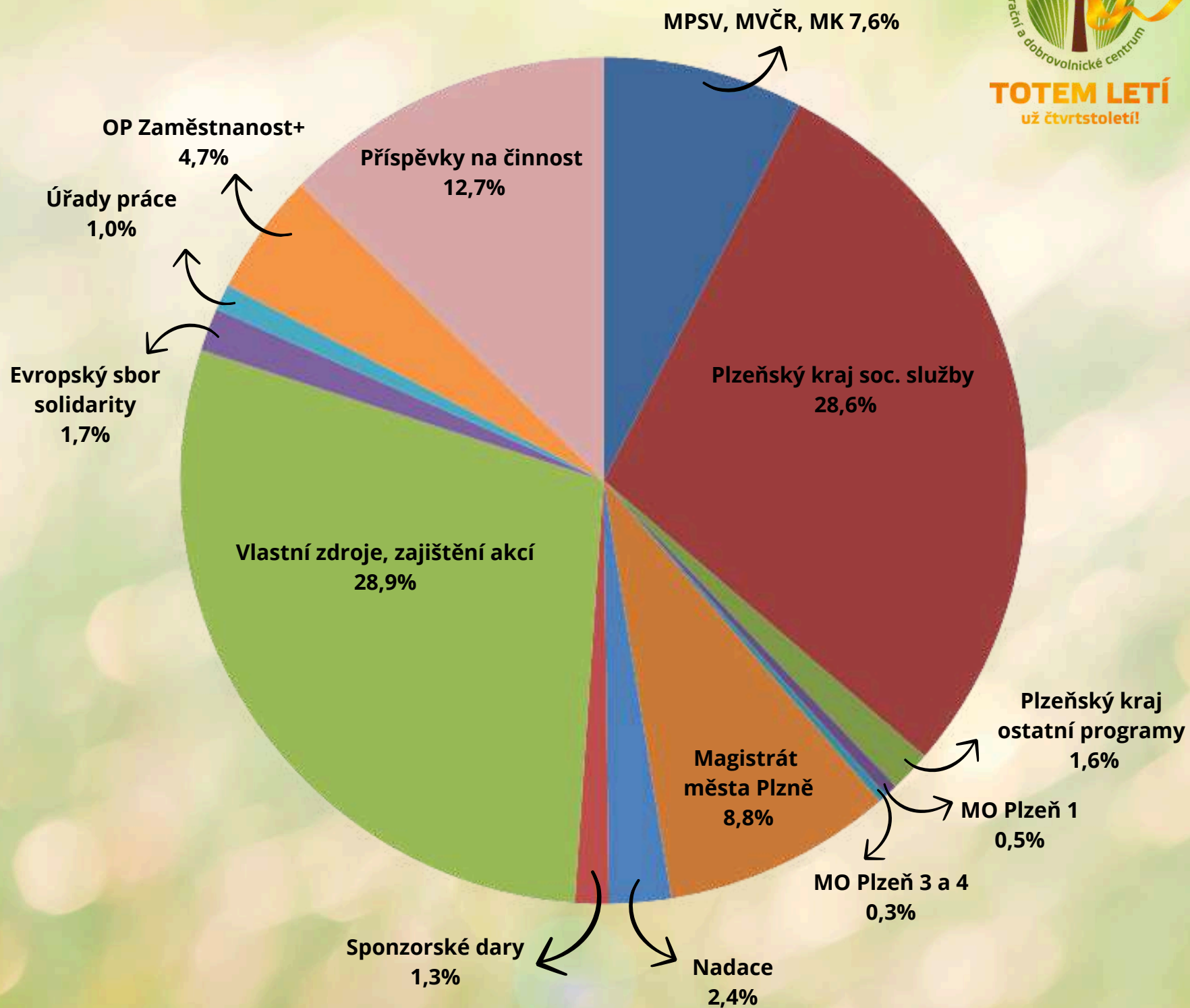


Kompletní zprávu auditora najdete na webu organizace



www.totemplzen.cz

# ZDROJE FINANCOVÁNÍ V ROCE 2023



# KONTAKTY NA MANAGEMENT ORGANIZACE

## **Bc. Vlastimila Faiferlíková**

*předsedkyně Správní rady,  
ředitelka organizace,  
garant dobrovolnických projektů,  
vedoucí Regionálního dobrovolnického centra*

*Plzeňského kraje*

Tel.: 736 489 755

faiferlikova@totemplzen.cz

## **Mgr. Petra Bláhová**

*místopředsedkyně Správní rady,  
zástupce ředitelky organizace,  
programový manažer*

Tel.: 734 672 579

blahova@totemplzen.cz

## **Mgr. Lenka Kropáčová**

*manažerka komunikace a dárcovství*

Tel.: 777 343 766

kropacova@totemplzen.cz

## **Daniela Čandová**

*finanční manažerka*

Tel.: 732 923 957

candova@totemplzen.cz

## **Monika Molcarová**

*provozní manažerka*

Tel.: 777 343 792

molcarova@totemplzen.cz

## **Za dlouhodobou aktivní činnost děkujeme Dozorčí radě:**

Mgr. Eva Zrostlíková – předsedkyně DR, Mgr. Šárka Chvalová – člen DR,  
Ing. Rudolf Schmieder – člen DR, Karel Ženíšek – člen DR.

**Zvláštní poděkování in memoriam patří panu Miloni Nussbauerovi – člen DR,**  
který v prosinci 2023 zemřel. Tím i z TOTEMu odešel člověk, který v něm ale  
zanechal nesmazatelnou stopu.

**Další kontakty na pracovníky najdete na [www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)**



**TOTEM LETÍ**  
už čtvrtstoletí!



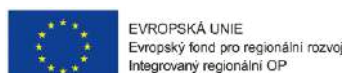
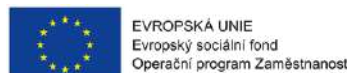
[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)

# PODĚKOVÁNÍ NAŠIM PARTNERŮM

Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM, z.s. děkuje všem, kteří financemi, darem, službou či osobním zapojením pomáhali i v roce 2023 naplňovat cíle a poslání organizace.



Děkujeme za podporu z evropských fondů, státní správy a samosprávy...



Děkujeme nadacím, které naše práce oslovila a finančně podporují naše programy...



Děkujeme firmám, spolkům, členům Klubu přátel TOTEMu a ostatním donátorům...



ANT studio s.r.o., Věra Bendová, Česká podnikatelská pojišťovna, a.s., Česká správa sociálního zabezpečení, Česká spořitelna - Sociální bankovníctví, Ecommerce Trade s.r.o., Hana Ederová, GIVT.cz s.r.o., Jana Havlíčková, Jiřina Hrubá, Vladimíra Jandová, Markéta Jungová, Jiří Lála, Vednula Linková, Jan Ludvík, Vladimír Malík, PhDr. Jaromír Murgaš, Nadační fond pomoci, Martin Pergl, Kamil Pošvic, Jan Rusnok, Sanicula s.r.o., Bc. Monika Sikorová, Jana Stehlíková, Lenka Uhlířová, Hana Valentová, Veronika Zborníková a dalším dárcům s částkou do 500 Kč z portálů Benevity, Donio, Darujme.cz, Znesnáze a podzimního kola výzvy ČSOB pomáhá regionům.



[www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz)