

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

Dobrovolnická  
Regionální  
Agentura  
DoRA

VÝROČNÍ ZPRÁVA 2015



## *JEDNO MALÉ PODĚKOVÁNÍ...*

*Každým rokem se na tomto místě snažím poděkovat našim milým donátorům za jejich finanční pomoc, bez níž by Dobrovolnická Regionální Agentura DoRA nemohla vykonávat svou práci a vlastně vůbec existovat.*

*Udělám to i tentokrát... DĚKUJEME.*

*Děkujeme nejen za sebe, že můžeme fungovat bez větších problémů, děkujeme, že může existovat DoRA Centrum a děkujeme za dobrovolníky a klienty organizací, kam naše dobrovolníky vysíláme.*

*Děkujeme také všem přátelům a podporovatelům za pomoc věcnou a morální, která je stejně důležitá jako ta finanční.*

*A nakonec děkujeme všem organizacím za úspěšnou a plodnou spolupráci a také všem našim dobrovolníkům za jejich čas strávený s námi a za čas věnovaný klientům. Bez jejich vůle, ochoty a nasazení by DoRA pozbyla samotný smysl své existence.*

*Pevně věřím, že naše aktivity a spolupráce budou moci pokračovat i v budoucnu ...*

*Mgr.Pavλίna Brabcová*

*statutární zástupce organizace*

## Dobrovolnictví ...

*„Dobrovolníci jsou odvážní lidé a jsou ochotni se za něco postavit. Jsou ochotni zasvětit své ruce, svou mysl a především svá srdce službě ostatním. Tím přinášejí lidem naději a dodávají jim sílu k překonávání jejich slabostí. Odměnou za to jim je vědomí, že jejich činnost má skutečný význam. Jejich odvaha a odhodlání by měly být pro nás pro všechny inspirací k činům.“*

*(Z poselství generálního tajemníka OSN Koffiho Annana k zahájení Mezinárodního roku dobrovolníků - 2001)*

## Dobrovolnictví ...

**Dobrovolnictví** je činnost, kterou konáme ve prospěch druhých, ve svém volném čase a bez nároku na finanční odměnu.

**Dobrovolníci** se zapojují do činností neziskových organizací, pomáhají v nemocnicích, dětských domovech nebo domovech pro seniory.

Motivace každého člověka k **dobrovolným** činnostem je jedinečná a přesto tak podobná.

**Dobrovolník** chce být užitečný ostatním, pomáhá a zvyšuje tak kvalitu života nejen klientovi ale i sobě.

**Dobrovolníci** jsou rádi s ostatními, mají rádi aktivní odpočinek a pocit, že mají pro ostatní svou cenu.

Každý **dobrovolník** dává a dostává zároveň. Přichází s otevřenou náručí, pomáhá a zároveň si odnáší zkušenosti, zážitky a přátelství.

**Dobrovolníkem** může být každý. Každý umí něco, co může nabídnout ostatním. Pomoci člověku s handicapem začlenit se do společnosti či pomoc při řešení každodenních situací...

**Dobrovolníci** zpřijemňují čas v nemocnicích dětem nebo seniorům. Vedou volnočasové aktivity pro postižené děti nebo organizují výlety pro děti z azylových domů.

A konají mnoho dalších aktivit.



## Dobrovolnická Regionální Agentura DoRA

*... se zabývá nábořem, školením a koordinováním dobrovolníků, kteří svou činnost mohou vykonávat v sociální, kulturní, zdravotnické či sportovní oblasti, ve školách a státní správě.*

Základním posláním organizace je rozvoj, propagace a podpora dobrovolnictví v Plzni a Plzeňském kraji, zviditelnění dobrovolnictví a šíření myšlenky dobrovolnictví. Chceme vzbudit v lidech zájem o dobrovolnickou činnost i respekt k těm, kteří ji aktivně vykonávají.

DoRA pracuje s/pro dobrovolníky v Plzni od roku 2012. Naše dobrovolnické aktivity ale realizujeme na území celého Plzeňského kraje. V databázi máme průběžně kolem 150 aktivních dobrovolníků, kteří docházejí do 34 organizací v Plzeňském kraji či vypomáhají při jednorázových akcích.

V roce 2015 byla organizaci udělena/prodloužena akreditace Ministerstva vnitra ČR na vysílání dobrovolníků v rámci dlouhodobé i krátkodobé dobrovolnické služby, č.j. MV-72472-5/OBP-2015, tím splňujeme podmínky pro vysílající organizaci podle § 6 odst.2 zák. č.198/2002 Sb., o dobrovolnické službě. Spolupracujeme také s Národním dobrovolnickým centrem Hestia.

DoRA zajišťuje kromě zákonem daných podmínek (pojištění) svým dobrovolníkům kvalitní proškolení, odborně vedené supervize a mnoho dalších doprovodných akcí (workshopy, semináře, kurzy). Dobrovolníci si tak mohou osvojit dovednosti, které dále využijí ve své dobrovolné pomoci.

Největší poptávka po dobrovolnících je ze strany poskytovatelů sociálních služeb. Jedná se většinou o dlouhodobou dobrovolnickou službu, v rámci které dobrovolníci docházejí cca jednou týdně do některé z přijímacích organizací. Zde podle druhu organizace dělají například společnost klientům a pacientům, věnují se dětem či lidem s handicapem, v nemocnicích navštěvují seniory či dětské pacienty, v domovech dělají společnost seniorům, osobám se zdravotním postižením. Mohou také pomáhat s doučováním dětí ze sociálně slabých rodin. Dále naši dobrovolníci spolupracují s koordinátory volnočasových aktivit, dělají klientům doprovod, organizují jednorázové akce, účastní se veřejných sbírek, asistují při pobytových táborech, pomáhají při organizování a pořádání kulturních a sportovních akcí.

Cílovou skupinou organizace nejsou jen dobrovolníci, ale sekundárně i klienti přijímacích organizací - pacienti nemocnic (děti i senioři), staří lidé v domovech pro seniory, klienti s mentálním či kombinovaných postižením, žáci ve škole pro zrakově postižené, rodiny s dětmi v azylových domech, maminky na MD, vozíčkáři. Také jsou to osoby nemocné, sociálně slabé či zdravotně znevýhodněné, v domácnostech i zařízeních.

V současnosti se počet cílových klientů pohybuje okolo cca 350 osob.

## DoRA CENTRUM

Od roku 2013 využíváme ke své práci prostory výměníku na Vinicích. Dobrovolníci tak získali zázemí pro supervize, školení a větší pocit jistoty a komfortu. Díky DoRA Centru jsme se také více otevřeli široké veřejnosti a všem věkovým kategoriím. Zájemci pravidelně využívají zrcadlový sál (obr. 1) pro kurzy jógy, bodyforming, tance apod., klubové místnosti (obr. 2) pro workshopy, semináře, čtenářský kroužek či ruční práce. Seniorům nabízíme dopolední německé konzultace s posezením u kávy nebo cvičení pro seniory.



Obrázek č. 1



Obrázek č. 2



DoRA CENTRUM

## Dobrovolnická Regionální Agentura DoRA

### *Nabídka současným i novým dobrovolníkům:*

- Pojištění pro případ újmy na zdraví či majetku třetí osoby
- Stabilní zázemí a kvalifikovaného koordinátora, který pro něho bude kontaktní osobou
- Pravidelnou supervizní podporu
- Možnost vybrat si svou cílovou skupinu, které se chce aktivně věnovat
- Pravidelné společné akce dobrovolníků, workshopy, semináře a mnoho kurzů
- Získání praxe v neziskovém sektoru

### *Práce s dobrovolníky zahrnuje:*

- Pravidelnou přípravu, výrobu a distribuci prezentačních materiálů o dobrovolnictví
- Monitoring potřeb přijímajících organizací
- Výběr, přípravu, proškolení a evidenci dobrovolníků
- Pomoc organizacím a dobrovolníkům při dobrovolné službě
- Vysílání do organizací v oblasti sociální, kulturní, zdravotnické a školské
- Zajišťování pravidelných supervizních setkání pro dobrovolníky
- Zajišťování průběžných přednášek a workshopů zaměřených na zvyšování odbornosti dobrovolníků
- Organizování a spolupráce při pořádání jednorázových akcí



# DOBROVOLNICKÉ PROGRAMY

## - 2015 -

- 1. Vysílání dobrovolníků do neziskových organizací** v rámci krátkodobé i dlouhodobé dobrovolnické služby v oblasti pomoci osobám sociálně slabým, seniorům, osobám zdravotně znevýhodněným, pomoc v péči o děti a mládež, pomoc rodinám s dětmi v jejich volném čase. V loňském roce jsme pokračovali ve spolupráci s 34 organizacemi Plzeňského kraje, které aktivně využívají práci dobrovolníků při své činnosti, realizování svých programů a projektů. V roce 2015 působilo v Doře celkem 166 aktivních dobrovolníků.



- 2. Doučování dětí ze sociálně slabých rodin** - v rámci tohoto projektu dobrovolníci zdarma pomáhají s doučováním dětí, jejich přípravou do školy a s nácvičkou pravidelného plnění školních povinností. Tato pomoc je určena sociálně slabým rodinám, které finančně nedosahují na komerční doučování. Dobrovolník navštěvuje dítě v domácnosti či se spolu setkávají v DoRA Centru. Doučování je klientům nabízeno prostřednictvím pracovníků SPOD, OSS či dalších organizací, které vybírají vhodné klienty právě do tohoto programu.



3. **Projekt Srdci blíž** - je specifický dobrovolnický projekt Dobrovolnické Regionální Agentury DoRA. Posláním projektu je poskytování informací, inspirace a podpory budoucím a stávajícím rodičům při budování empatického a kontaktního vztahu s jejich dětmi.

Toto poslání naplňují prostřednictvím realizace podpůrných skupinek v DoRA Centru, které vedou dobrovolnice - certifikované poradkyně. Klienti se mohou účastnit jednorázově i opakovaně, účast na skupinkách je bezplatná. Stále zvyšující se počet docházejících rodičů nás postupně přiměl k rozšíření počtu konzultačních hodin.

Konzultace je přínosná také pro těhotné ženy, které se v reálném životě často s kojením téměř nesetkají. Skupinka nenahrazuje předporodní kurz a jejím cílem není pouze socializace maminek na rodičovské dovolené, jako je tomu u klasických mateřských center.

#### **Aktivity projektu Srdci blíž:**

- podpůrná skupinka pro kojící maminky - probíhá každou první a třetí středu v měsíci od dvou do pěti hodin v DoRA Centru
- podpůrná skupinka pro kontaktní rodiče - probíhá každou druhou středu v měsíci od dvou do pěti hodin v DoRA Centru
- kurzy nošení dětí, kontaktního rodičovství, zdravého přebalování a přirozené hygieny miminek
- individuální poradenství při kojení
- besedy, společné výlety a další jednorázové akce pro zájemce o rodičovství a péči o děti založené na lásce a respektu



*Pravidelné setkávání maminek projektu Srdci blíž - v DoRA CENTRU*

4. **Aktivity pro dospělé** - probíhají pravidelně v sídle organizace na Vinicích - DoRA Centrum. Jedná se převážně o pohybové aktivity, pěvecký sbor MamiMina, tanečky pro matky s dětmi TanynyMaminy, Fit hodinka v rytmu country, bezlepkové vaření a tvořivé činnosti, kurzy německého jazyka, které jsou určeny jak pro produktivní věk, tak pro seniory.
5. **Aktivity pro děti předškolního věku** (DoRA Centrum) - škála aktivit a kroužků pro děti ve věku od 2 - 5 let. Projekty, které nabízí například vyučování Anglického jazyka, pohybové kroužky, Zpívanky pro děti či mnoho pohybových kurzů.
6. **Německý jazyk pro seniory** - projekt vzdělávání pro seniory, kde se senioři pravidelně schází každý týden v DoRA Centru a učí se německému jazyku.
7. **Spolupráce s organizací David a Goliáš** - sdružení David a Goliáš je sdružením rodičů a přátel handicapovaných dětí. Zabývá se hlavně tím, aby handicapovaným dětem bylo umožněno prožít život stejně jako dětem bez handicapu. Maminkám postižených dětí poskytujeme naše prostory DoRA Centra pro společné setkávání, každoroční tvoření a připravujeme pro ně tematické workshopy.



*Kreativní tvoření maminek  
ze sdružení David a Goliáš*



8. **Křesadlo 2015** - Hlavní akce, kterou ukončujeme další rok dobrovolnictví a dobrovolnických aktivit. Cílem slavnostního večera je ocenění dobrovolnické práce v Plzeňském kraji ve všech možných oblastech společenského života. Křesadlo 2015 pořádala již tradičně Dobrovolnická Regionální Agentura DoRA pod záštitou hejtmana Plzeňského kraje pana Václava Šlajse a starosty Městského obvodu Plzeň 1 Mgr. Miroslava Brabce ve spolupráci s Evropským hlavním městem kultury Plzeň 2015. Stejně jako v minulých letech i v roce 2015 obdržela DoRA velmi vysoký počet nominací. Odborná porota následně rozdělila jednotlivá ocenění. Slavnostní večerní ceremoniál proběhl dne 25. září 2015 v DEPO 2015 v Plzni za účasti vrcholných představitelů Plzeňského kraje, partnerů, organizátorů a medií. Svou účastí potvrdili, že dobrovolnická výpomoc je i v jejich očích velmi ceněná a dobrovolníkům patří velký dík za osobní přínos v sociální sféře, kulturní sféře nebo ve sportu.



*Hlavní výherci: (zleva) Jáchym Wiesner, Štěpán Stoček a manželé Rošítkovi*

9. **Pořádání jednorázových akcí** - S dobrovolníky pořádáme mnoho jednorázových akcí pro klienty spolupracujících organizací v sociální oblasti Plzeňského kraje a pro širokou veřejnost nebo na podobných akcích vypomáháme:

- dny dětí pro klienty organizací, školky i širokou veřejnost
- sportovní dny - Sportovní den na Šídloveckém rybníku čili „Hodíme se do pohody, zase jdeme kolem vody“, běh kolem Boleveckého rybníka
- návštěvy čajovny s klienty přijímajících organizací
- prezentační akce
- výlety či společné procházky s klienty organizací
- mikulášské a vánoční besídky



*Dětské dny pořádané Dorou*

10. **Pořádání doprovodných a vzdělávacích akcí pro naše dobrovolníky** -

V rámci pravidelného vzdělávání pořádáme pro dobrovolníky v našem DoRA Centru mnoho workshopů, seminářů a kurzů. V roce 2015 jsme navázali na předchozí rok ohledně pořádání psychologických kurzů na témata týkající se Aseritivity, trauma a

krize, grafologie apod.

Pro velký zájem ze strany dobrovolníků jsou kurzy plánovány i do dalších let.



*Kurz psychologie - Trauma a krize*



*Kurz psychologie - Grafologie*



*Kurz psychologie - Asertivita*

11. **Klub aktivních seniorů** - programy vytvořené pro seniory, organizované formou pravidelných i jednorázových aktivit a workshopů. Jde o možnost uplatnění seniorů, kteří chtějí vést nejen seniorské aktivity ale zapojit se i do různých aktivit, zahrnujících mnoho projektů. Cílem je oživení společenského života mladších i starších seniorů a zapojení do aktivního stárnutí v lokalitě Vinic. V DoRA Centru nabízíme seniorům mnoho aktivit a programů, do kterých se mohou zapojit. Například cvičení pro seniory, podzimní, zimní, jarní workshopy, kurzy německé konverzace či prosté posezení u kávy.

*Pravidelné cvičení  
seniorek v DoRA  
Centru*



*Kurzy německé konverzace  
v DoRA Centru*

12. **Sbírky** - ošacení, obuvi, hraček. V průběhu roku 2015 jsme dostali od dobrovolníků, klientů či obyvatel okolních panelových domů drobné kousky dětského oblečení, hraček a dalších věcí, které jsme předali do spolupracujících organizací hlavně Azylového domu MáTa. Průběžně také dostáváme různé drobné použité vybavení do DoRA Centra (knihy, nádobí, starší časopisy, drobné elektro apod.), které pokud nepoužijeme k dovybavení také předáváme do spolupracujících organizací.

13. **Klubko Klubíčko** - Projekt, kterým nabízíme rodičům možnost dlouhodobého hlídání malých dětí v prostorách DoRA Centra. Reagujeme tak na aktuální nedostatek míst ve státních MŠ a dětem nabízíme kvalitní a plnohodnotnou alternativu klasické školky. Děti se postupně přivykají na pravidelný školkový režim a bezproblémový přechod do MŠ.



# Dobrovolnická Regionální Agentura DoRA

## ROK 2015

### Počet dobrovolníků:

Celkem pojištěných dobrovolníků k 31. 12. 2015	166
Z toho aktivních - Plzeň	52
Z toho aktivních - mimo Plzeň	63
Jednorázoví - pojištění	51

### Počet přijímacích organizací:

Celkem	34
Působnost - Plzeň	22
Působnost - mimo Plzeň	13

### Semináře pro dobrovolníky:

Školení a semináře pro dobrovolníky	11
V prostorách DoRA Centra	4
Vyslání mimo	7

### Nové smlouvy za rok 2015:

Počet nově uzavřených smluv	81
Počet supervizí za rok 2015	13 sezení

## Hospodářský výsledek za rok 2015

### NÁKLADY

Materiálové náklady (kancelářské a výtvarné potřeby, propagační předměty, pomůcky, vybavení apod.)	72.169 Kč
Spotřeba energie (voda, teplo, el.energie)	60.444 Kč
Ostatní služby (akreditované pojištění, školení, supervize, účetní služby, opravy a udržování apod.)	103.022 Kč
Mzdové náklady	577.794 Kč
Zákonné sociální pojištění (OSSZ,ZP)	190.374 Kč
Ostatní daně a poplatky	2.642 Kč
Potraviny	9.115 Kč
Ostatní náklady	46.606 Kč
<b>NÁKLADY CELKEM</b>	<b>1.062.166 Kč</b>

### VÝNOSY

Provozní dotace	1.024.760 Kč
Tržby z prodeje služeb	166.172 Kč
Úroky	17,25 Kč
<b>VÝNOSY CELKEM</b>	<b>1.190.949,25 Kč</b>
<b>ZISK</b>	<b>128.783,25 Kč</b>

## KONTAKTY:

**Dobrovolnická Regionální Agentura DoRA, z.s.**

Brněnská 14

Plzeň - Vinice

323 00

IČO: 22 84 69 56

č. ú.: 251 499 862/ 0300, ČSOB, a.s.

web: [www.doraplzen.cz](http://www.doraplzen.cz)

e-mail: [info@doraplzen.cz](mailto:info@doraplzen.cz)

[facebook.com/doraplzen](https://facebook.com/doraplzen)

---

Mgr. Pavlína Brabcová

statutární zástupce

pedagog, manažer dobrovolnictví

tel.: 776 00 42 32

Mail: [pavlina.brabcova@doraplzen.cz](mailto:pavlina.brabcova@doraplzen.cz)

Jana Řezáčová, DiS.

koordinátorka dobrovolnictví

tel.: 734 11 00 66

Mail: [jana.rezacova@doraplzen.cz](mailto:jana.rezacova@doraplzen.cz)

Mgr. Romana Štěpáníková do 31.10.2015

koordinátorka dobrovolnictví

Mail: [romana.stepanikova@doraplzen.cz](mailto:romana.stepanikova@doraplzen.cz)

**Externí pracovníci:**

supervizor, účetní, lektori



Dobrovolnická Regionální Agentura Dora by velmi ráda poděkovala všem organizacím za úspěšnou spolupráci, dobrovolníkům za jejich činnost a všem členům čas věnovaný klientům, dále přátelům a všem, kteří nás v roce 2015 podporovali.

Největší dík patří všem donátorům, bez jejichž finanční a morální pomoci bychom nemohli existovat v dalších letech působení.

