



SPRÁVA O ČINNOSTI o.z.
KOLOBEH ŽIVOTA
ZA ROK 2024

O NÁS

Občianske združenie KOLOBEH ŽIVOTA bolo oficiálne zaregistrované 27. 09. 2013 Ministerstvom vnútra SR. Cieľom občianskeho združenia je hľadanie spôsobov a realizovanie aktivít na pomoc, podporu a starostlivosť o hmotné a duchovné potreby ovdovelých žien a mužov, pri vyrovnávaní sa so vzniknutou životnou situáciou. Účelom občianskeho združenia je poskytovanie sociálnych, terapeutických a ďalších potrebných služieb pri znižovaní vzniknutých dopadov na rodinu.

V roku 2024 tvorilo pracovný tím 25 členov a sympatizantov združenia, z toho 14 aktívne a 11 sa zapájalo do projektov externe na dobrovoľníckej báze.

JANUÁR

Rok 2024 sme začali prípravnými aktivitami spojenými s pracovným stretnutím aktívnych členov prostredníctvom videokonferencie.

V dňoch 11. januára sme zrealizovali valné zhromaždenie členov združenia a 12. januára zoom stretnutie a poradu tímu o aktivitách v roku 2023 a plánoch na rok 2024.

18. januára sa konala porada tímu a stretnutia za účelom fundraisingu a vytvárania nových partnerstiev v Bratislave.

V tomto mesiaci, 27. januára, sa tiež uskutočnilo bratislavské stretnutie podpornej skupiny „Keď smrť rozdelí lásku príliš zavčasu“ v priestoroch Mint Pradiaren, ktoré zorganizovala naša členka Stanislava Poláková.

FEBRUÁR

V dňoch 1. až 4. februára sme zrealizovali 10. zážitkovo-vzdelávací seminár „Dula pre umierajúcich“ v Českej republike, v Prahe.

29. februára sa konala Debata o smrti s Janou Pitkovou, moderovaná Petrom Šarkanom Novákom pre potreby Ligy za duševné zdravie v Bratislave.

MAREC

1. marca sa konalo stretnutie a porada tímu v Bratislave, za účelom vytvárania nových partnerstiev v súvislosti s prípravou Festivalu Deadline.

V dňoch od 3. až 6. marca sme zrealizovali v poradí už 11. zážitkovo-vzdelávací seminár „Dula pre umierajúcich“ v Českej republike, v Krásnej Lipe.

8. až 10. marca sa uskutočnil prvý tohoročný víkendový terapeutický pobyt pre ovdovelých rodičov spolu deťmi v hoteli Sipox, Štrba.

V tomto mesiaci, 21. Marca, sa tiež 2 reprezentantky združenia zúčastnili pozvania prezidentky Zuzany Čaputovej na rozhovor v Prezidentskom paláci, po ktorom sa konala porada tímu a stretnutia za účelom fundraisingu a vytvárania nových partnerstiev v Bratislave.

APRÍL

V tomto mesiaci, 6. apríla, sa uskutočnilo bratislavské stretnutie podpornej skupiny „Keď smrť rozdelí lásku príliš zavčasu“ v areáli Partizánska lúka, ktoré zorganizovala naša členka Stanislava Poláková.

V dňoch 12. až 14. apríla sa uskutočnilo zážitkovo-pobytové stretnutie našich rodín, ktoré zorganizovala naša členka Mária Gonšorová v Zákamennom.

Od 25. do 28. apríla sme realizovali novovytvorený zážitkovo-vzdelávací seminár „S láskou k smrti“ pre absolventov seminárov „Dula pre umierajúcich“ v Penzióne Modrý dom v Modre.

MÁJ

Prvou aktivitou bolo pobytové stretnutie „Podpornej skupiny smútiacich rodičov“, 3. až 5. mája v Ražejkách Tepliciach, ktoré zorganizovala naša členka Silvia Migová.

V mesiaci máj sa konali 2 pracovné stretnutia v Lige za duševné zdravie, porady tímu a stretnutia za účelom fundraisingu a prípravy aktivít v dňoch 11. a 27. mája v Bratislave.

17. mája sa tiež uskutočnilo bratislavské stretnutie podpornej skupiny „Keď smrť rozdelí lásku príliš zavčasu“ v priestoroch kaštieľa v Rusovciach, ktoré zorganizovala naša členka Stanislava Poláková.

17. mája sa tiež uskutočnilo bratislavské stretnutie podpornej skupiny „Keď smrť rozdelí lásku príliš zavčasu“ v priestoroch kaštieľa v Rusovciach, ktoré zorganizovala naša členka Stanislava Poláková.

JÚN

V tomto mesiaci sme začali s intenzívnou prípravou, logistikou a organizáciou letného terapeutického pobytu pre ovdovelých rodičov s deťmi a rodičov po strate dieťaťa a letných terapeutických táborov pre deti od 6 do 20 rokov a pestúnskych súrodencov.

15. júna sa uskutočnilo bratislavské stretnutie podpornej skupiny „Keď smrť rozdelí lásku príliš zavčasu“ v areáli nábrežia Eurovea, ktoré zorganizovala naša členka Stanislava Poláková.

JÚL

Júl je už tradične mesiacom, v ktorom sa realizujú naše najdôležitejšie aktivity v rámci celého roka. V dňoch 11. až 14. júla sme zrealizovali letný terapeutický pobyt pre neúplné rodiny s malými deťmi do 6 rokov spolu so staršími súrodencami v hoteli Sipox, ktorý je situovaný v bezpečnom a malebnom horskom údolí dediny Štrba.

V dňoch 29. júla až 2. augusta sa konal 1. turnus terapeutického letného tábora pre deti od 6 do 20 rokov a pestúnskych súrodencov v hoteli Sipox, Štrba.

AUGUST

Od 5. do 9. augusta sa konal 2. turnus terapeutického letného tábora pre deti od 6 do 20 rokov a pestúnskych súrodencov, v tom istom hoteli, kde už máme vytvorené bezpečné a domáce prostredie. Oba tábory mali bohatý a zmysluplný program s témou „Talenty a dary“. Prostredníctvom táborových aktivít sme nadviazali spoluprácu s viacerými individuálnymi aj firemnými partnermi. Zo života a aktivít oboch pobytov vznikla sugestívna fotodokumentácia na našom FB a webovej stránke, tak tiež videoprezentácia, printové fotospomenky a fotodenník.

SEPTEMBER

2. septembra sa konala vernisáž spoločnej výstavy „Ozveny ticha“ nášho združenia a renomovaného výtvarníka Miloša Karáska, spolu s fotografom Michalom Zajačekom v Mestskej galérii Caraffka v Prešove. Výstava bola motívicky venovaná podpore terapeutických aktivít nášho združenia, mala interaktívny charakter a trvala do 11. októbra.

V mesiaci september sme pokračovali v intenzívnom tempe a zrealizovali v dňoch 5. až 8. septembra 12. zážitkovo-vzdelávací seminár „Dula pre umierajúcich“ v Penzióne Modrý dom v Modre.

Dňa 18. septembra sa konalo pracovné stretnutie, porada tímu a stretnutia ohľadne plánovaných aktivít do konca roka v Bratislave.

19. septembra sme sa zúčastnili Medzinárodného kongresu rodinných firiem v Štúrove, s témou náhleho nástupníctva, kde sme reprezentovali ako jediní domáci speakri.

V dňoch 20. až 22. septembra sme zrealizovali víkendový terapeutický pobyt pre ovdovelých rodičov spolu s deťmi v hoteli Sipox, Štrba. Pobyt bol spojený s pracovným stretnutím a brainstormingom aktívnych členov nášho OZ spolu s pozvanými inšpiratívnymi hosťami a získali sme veľa užitočných informácií, spätnej väzby a nápadov.

V tomto mesiaci sme tiež začali s logistickou a organizačnou prípravou zbierky „Dni nezábudiek 2024“.

OKTÓBER

Október je už tradične druhým najťažiskovejším a zároveň aktivitami najvyťaženejším mesiacom. V dňoch od 9. do 13. októbra sme zrealizovali už 11. zbierku „Dni nezábudiek“, pod gesciou Ligy za duševné zdravie, náborom a koordináciou cca 200 dobrovoľníkov z 20 prešovských stredných škôl v Prešove a 2. zbierku so 40 dobrovoľníkmi z 2 stredných škôl v Bratislave. Do zbierky sa ako dobrovoľníci zapojili aj mladí ľudia nášho OZ.

V rámci osvetu a vzdelávania verejnosti sme v mesiaci október zrealizovali cyklus prednášok o duševnom zdraví a smútení pre študentov stredných škôl v Prešove, v rámci týždňa duševného zdravia.

V rámci vzdelávania členov OZ sa dve reprezentantky zúčastnili v dňoch od 11. do 13. októbra zážitkovo-vzdelávacieho kurzu „Artefiletika. Tvorenie ako zdroj radosti.“ Na základe 10 vzdelávacích hodín získali certifikáty o absolvovaní aktualizáčného vzdelávania, ktoré môžu využiť pre potreby našich aktivít.

NOVEMBER

Vyvrcholením našich aktivít bola realizácia 2. ročníka Festivalu o kolobehu života a smrti „DEADLINE“, dňa 1. novembra v Centre nezávislej kultúry Tabačka v Košiciach. Festival rodinného charakteru ponúkol širokej verejnosti množstvo aktivít v 4 sekciách: edukácia-umenie-hra-jedlo: panelové diskusie s autormi 6 kníh na tému smrti, zomierania, obradov poslednej rozlúčky, smútenia a duševného zdravia, umelecké workshopy, autorské umelecké čítanie pre deti, prezentáciu 10 výtvarníkov „Živá výstava o smrti“, živé knižnice realizované správkyniami našich 3 podporných skupín, autorské bábkové divadlo „Medzi nebom a zemou“, zážitkové prezentácie „Okukávanie smrti“, skupinové terapie na rôzne témy realizované Ligou proti rakovine a veľa ďalších aktivít ako kováčska dielňa, príprava prírodných venčov, monotypia atď. Zúčastnilo sa vyše 500 ľudí všetkých vekových kategórií a záujmov.

14. novembra sme sa zúčastnili „Clubovky“ pre architektov s témou sociálnej architektúry nórskeho architektonického ateliéru spolu s Ligou proti rakovine a Inštitútom aktívneho bývania a 15. novembra sa konalo 2. tohoročné valné zhromaždenie.

23. novembra sa 2 reprezentantky nášho združenia zúčastnili besedy spojenej s premietaním filmu Rok vdovy v Košiciach DKC Veritas.

DECEMBER

Prvý decembrový víkend od 6. do 8. decembra sme zrealizovali predvianočný víkendový terapeutický pobyt pre ovdovelých rodičov spolu s malými deťmi v hoteli Sipox, Štrba.

19. decembra sme ešte organizovali prednášku o smrti a smútení v rámci podujatia masterminde DoNaha v Raji zdravia v Bratislave.

Našu celoročnú prácu sme koncom decembra zavŕšili zoom poradou spojenou so sumarizáciou celoročnej intenzívnej práce nášho združenia.

WEB A PORADENSTVO

Počas celého roka sme zabezpečovali administráciu facebooku, instagramu a webovej stránky www.kolobehzivota.sk, ktorej víziou je: aby každý človek, ktorý smúti po strate blízkej osoby, mal možnosť podpory – blízkeho človeka, dostatok informácií, odbornú radu, ľudí s tou istou skúsenosťou, pocit spolupatričnosti, aby v tom nebol SÁM.

Nosným pilierom webovej stránky je poradenstvo v smútení:

- časť informačná: informácie o tom, ako postupovať v prípade úmrtia a kde hľadať pomoc legislatívnu, materiálnu, finančnú, právnu a hlavne psychologickú,
- časť poradenská: čo je normálne a čo komplikované smútenie a ako si pomôcť v oboch prípadoch, kde hľadať pomoc, prehľad odporúčanej literatúry a slov útechy a povzbudení,
- časť zdieľania a spolupatričnosti: výmena skúseností a zdieľanie prostredníctvom diskusného fóra - blogu,
- časť filozofická: rozmyšľanie o smrti, „príprava“ na túto nevyhnutnú udalosť v živote každého človeka a prevencia pred komplikovaným smútením.

PODPORNÉ SKUPINY

Na Facebooku sú 3 podporné skupiny: „Keď smrť rozdelí lásku príliš zavčasu“, „Podporná skupina smútiacich rodičov“ a „Cesta životom po strate rodiča“, ktorá vznikla v súvislosti s pandémiou Covid-19. V skupinách sú smútiaci po strate blízkeho z celého Slovenska, sú uzavreté a fungujú 24/7, v ktorúkoľvek dennú i nočnú hodinu je možnosť v nich nájsť pomoc a povzbudenie.

Na FB Kolobeh života pravidelne uverejňujeme užitočné a podporné články, príbehy a rozhovory s pozostalými, ktoré dávajú našim smútiacim inšpiráciu a nádej. Momentálne máme na Facebooku a Instagrame dokopy takmer 6000 sledovateľov a v roku 2024 sme pravidelne uverejňovali príspevky, prevažne autorské. V nich sme cez vlastné príbehy a skúsenosti pozostalých, ale aj umenie a praktické rady, inšpirácie, prinášali nástroje a zároveň nádej pre smútiacich a ukazovali, že strata sa môže premeniť na nález.

PUBLICITA A OSVETA

V rámci publicity a osvetu v roku 2024 sme boli prezentovaní prostredníctvom viacerých médií predovšetkým v súvislosti s realizáciou 2. ročníka Festivalu o kolobehu života a smrti „DEADLINE“ - Tele-ráno Markíza, RTVS Regina východ – rozhovor pre TV aj rádio, Rádio Regina západ, Aktuality 24, TASR, rozhovory pre NotaBene, EVA, Rytmus života, PLUS 7DNÍ, Denník N, PLUS 1DENÍ, dokument pre RTVS Família, podcasty „Počúvam sa“, „A čo potom?“.

Publicitu nášho združenia a osvetu v oblasti smútkového poradenstva a smútkovej terapie sme zabezpečovali viacerými formami, prostredníctvom:

- printových článkov a portálov,
- webových stránok: Liga za duševné zdravie, Zomieranie.sk, Ke kořenům, Slovenské pohrebníctvo,
- sociálnych sietí:
FB Kolobeh života, spravuje Ad'ka Tóthová (4000 sledovateľov), Instagram (1400)
FB Keď smrť rozdelí lásku príliš zavčasu, spravuje Janka Makarová (535 členov)
FB Podporná skupina smútiacich rodičov, spravuje Silvia Migová (89 členov)
FB Cesta životom po strate rodiča, spravuje Martina Damé (112 členov)
FB Skupina Duly pre umierajúcich, spravuje Janka Gorst (561 členov).

PARTNERSTVÁ

V roku 2024 sme udržiavali vytvorené partnerstvá s organizáciami Liga za duševné zdravie, Nadácia pre deti Slovenska, Liga proti rakovine, Inštitút Rodinného Businessu, Svetielko pomoci, Tanana, Urny Amfora, Centrum nezávislej kultúry Tabačka, Artforum, Inštitút aktívneho bývania, Asociácia poradcov pre pozostalých v Českej republike, Latter-day Saint Charities, Jednorodič, Plamienok, Viaticus, Nadácia Markíza, UniCredit a Granvia, OZ Myslieť srdcom, Ke kořenům Praha, Funebra, Slovenská asociácia pohrebných a kremačných služieb, firmy GHL Legal (Fair Square) a JumpSoft, AS Trenčín, Mesto Prešov, Mesto Liptovský Mikuláš, Hotel Sipox Štrba, Súkromné Konzervatórium Prešov, OZ Resuscitácia, Dielnička ovečka, HendiKup, Prešovské dobrovoľnícke centrum, kvetinarstvo Florista, pohrebné služby Kandráč Lipany a Mariannum Bratislava, darcovký portál ďakujeme.sk a startlab.sk, portál Funus.sk.

FUNDRAISING

Fundraising v roku 2024 bol realizovaný predovšetkým prostredníctvom schválených projektov a žiadosťou o 2% daní z príjmov. Ďalej to boli malé finančné dary našich podporovateľov, ale aj nefinančná pomoc vo forme oblečenia, pomôcok, darčiekov a potravín na jednotlivé víkendové pobyty a letné tábory. Zrealizovali sme tiež verejnú zbierku prostredníctvom kampane na podporu 2. ročníka Festivalu o kolobehu života a smrti „DEADLINE“.

V rámci individuálnej pomoci sme zabezpečili pravidelné bezplatné osobné terapeutické stretnutia počas celého roka a získali sme množstvo oblečenia a iných darov pre naše rodiny a iných pozostalých v hmotnej núdzi.

♥ ĎAKUJEME

Všetkým podporovateľom, prispievateľom,
spriateleným organizáciám, spolupracovníkom,
dobrovoľníkom i fanúšikom zo srdca ďakujeme 😊

Jana Pitková
Zuzana Pitková



KONTAKT

KOLOBEH ŽIVOTA
občianske združenie

Tkáčska 3
080 01 PREŠOV
IBAN: SK47 7500 0000 0040 1895 7132
www.kolobehzivota.sk

📷 kolobeh_zivota
📘 OZkolobehzivota
📧 info@kolobehzivota.sk