

NEVYPUSŤ DUŠI, z. s.

Výroční zpráva za rok 2022





Nebojíme se mluvit o duševním zdraví.

Chceme, aby...

- byla konverzace o duševním zdraví součástí každodenního života každého z nás
- se nikdo nebál říct si o pomoc, každý věděl, kde ji vyhledat, a žádná služba nenesla stigma, které by lidem bránilo se na ni obrátit
- děti i dospělí věděli, jak o své duševní zdraví pečovat, a vzájemně si naslouchali
- bylo duševní zdraví tématem, které má své pevné místo ve školách, a potřeby všech mladých lidí byly brány vážně
- se dbalo na duševní zdraví v pracovním i osobním životě a každý z nás dokázal podpořit druhého v nesnázích
- byl v systému péče o duševní zdraví kladen důraz na dodržování lidských práv a společnost se posouvala k lepšímu a modernějšímu poskytování služeb bez ohledu na gender, národnost či orientaci

Proto...

- se nebojíme o duševním zdraví mluvit, sdílíme osobní příběhy a podporujeme živý dialog
- ukazujeme, jak o duševní zdraví pečovat, rozšiřujeme rozcestník pomoci a máme e-mailovou poradnu
- šíříme praktické, výzkumem a zkušenostmi podložené informace a infografiky pro děti i dospělé
- sbíráme feedback, působíme na středních i vysokých školách a vzděláváme i pedagogické sbory a rodiče
- přinášíme prevenci, osvětu a aktuální informace z oboru i do firem a k široké veřejnosti
- usilujeme o systémové změny, jsme součástí odborné a veřejné debaty, zastupujeme zájmy uživatelů*ek péče, podporujeme diverzitu, podporujeme budoucí profesionály*ky a přinášíme inovace





Úvodní slovo



Bára Pšenícová
ředitelka

Vážené příznivkyně, vážení příznivci, kolegové a kolegyně, spolupracující partneři a partnerky,

držíte v ruce výroční zprávu za rok 2022, kde vám na následujících stránkách zprostředkujeme, co vše se u nás v uplynulém roce stalo. Jako organizace jsme minulý rok prošli mnoha změnami. Od malých, jako je například automatizace našich vnitřních procesů a využívání nových aplikací, přes střední, jako je rozšíření týmu a stěhování do nového, až po velké, jako je start našich snah podpořit více téma duševního zdraví ve školách a také změna na místě ředitelky organizace. Žezlo, které jsem po Marii převzala, bylo pevné a s velkým počtem karátů. Velmi si vážím toho, že svého prvního potomka předala právě do mých rukou. Myslím si, že náš společný začátek cesty se vydařil a pokračujeme v tom, co jsme si v Nevypusť duši předsevzali.

V loňském roce jsme nově připravovali program přímo pro vysokoškoláky a vysokoškolačky. Intenzivně jsme se věnovali také získávání financí z jiných zdrojů, než jsme byli zvyklí. Připojili jsme se k situaci na Ukrajině podporou tématu duševního zdraví prostřednictvím brožury pro nově příchozí. Poprvé jsme realizovali výzkum mezi veřejností a ve školách. Začali jsme se zabývat větší podporou budoucích odborníků a odbornic. Spustili jsme nový web, aktivně se zapojili do Partnerství 2030+ a zahájili jsme Zázemí pro duši, velký půlroční program na vybraných školách k podpoře tématu duševního zdraví. Situace na poli duševního zdraví přináší stále se opakující bitvy, které se nesnažíme za každou cenu vyhrát, stejně jako ty, které jsou zcela novými výzvami. Snažíme se na ně u nás reagovat a bojovat za celkové zlepšení situace u mladých lidí žijících v České republice, kteří se potýkají s duševními obtížemi. K tomu nám slouží nástroje jako osvěta, prevence a advocacy.

Sami bychom to ale u nás v kanceláři nezvládli. Mnozí nám na naší cestě pomáhají: ti, kteří naše programy nesou, lektorují a spolupracují i na jejich tvorbě, ti, kteří naši činnost podporují, ať už finančně nebo svými znalostmi a dovednostmi, ti, kteří nám věří a šíří o nás dobré slovo, ale i ti, kteří naši práci přímo používají, ve výuce, doma, v práci nebo mezi kamarády. Není hezčího momentu, než když v ordinaci narazíte na našich 7 zásad psychohygieny nebo když v kabelce učitelky na konferenci vidíte Manuál pro blízké.

Z celého srdce si všichni u nás vážíme vaší podpory a chceme vám za ni upřímně poděkovat. Jste naším motorem, dáváte naší preventivní činnosti smysl a přinášíte naději. A naděje je něco, o co my se dlouhodobě snažíme a rádi bychom ji předávali dál. Protože v krocích u témat duševního zdraví naději vidíme. Děkujeme, že jste s námi.



Kdo jsme

Jsme nestátní nezisková organizace Nevypušť duši, z. s. **Přinášíme prevenci v péči o psychiku**, šíříme praktické a ověřené informace a usilujeme o to, aby se konverzace o duševním zdraví stala součástí běžného života moderní společnosti, ve které se nikdo nebojí říct si o pomoc. Ve spolupráci s veřejnými institucemi také **dlouhodobě prosazujeme systémové změny** v oblasti péče o duševní zdraví.

Jsme Nevypušť duši. Nebojíme se mluvit o duševním zdraví a ukazujeme, jak o něj pečovat.

Pořádáme **kurzy, workshopy a přednášky** zaměřené na osvětu a prevenci duševních onemocnění pro vyučující, školáky*čky, firmy a širokou veřejnost. **Podporujeme je ve včasném vyhledání odborné péče**, pravidelně vydáváme články a o tématu duševního zdraví informujeme také **na našich sociálních sítích a webu www.nevypustdusi.cz**, kde si každý může stáhnout naše infografiky nebo vyhledat kontakt na odborníky*ce v rozcestníku služeb.

Náš lektorský tým tvoří mladí*é psychologové*žky, lékaři*ky, sociální pracovníci*ce, studenti*ky těchto oborů a lidé se zkušeností s duševním onemocněním v mladém věku. Sídlíme v Praze a jako nezisková organizace působíme v České republice od roku 2016.

PREVENCE

Klademe důraz na důkladnou péči o duši a ukazujeme školám, firmám i veřejnosti, jak na to.



OSVĚTA

Šíříme fakta a boříme mýty. Sdílíme příběhy, výzkumná data a usilujeme o strukturální změny.



POMOC

Ukazujeme, kde včas vyhledat odbornou pomoc a jak dané služby fungují. Stručně a přehledně.



ADVOCACY

Usilujeme o svět, ve kterém se nikdo nebojí říct si o pomoc a diskuse o duševním zdraví je součástí běžného života.





**Proč jsme
potřeba**

Na jakou situaci reagujeme?



36 % 13-18letých se potýká s duševními obtížemi

z chronických duševních nemocí se projeví



50 % před 14. rokem a 75 % před 24. rokem



každý 4. člověk se za život setká s duševními obtížemi

během pandemie vzrostl výskyt duševních onemocnění v ČR u dospělých na 33 %



Rádi bychom na této stránce vypíchlí zásadní čísla, která dodávají patřičný kontext naší práci. Kontext opíráme o dvě zásadní informace: **zhoršující se duševní zdraví v populaci a nedostatek odborného personálu.**

Zhoršující se duševní zdraví v populaci

Současným hojně popisovaným trendem je zvýšení výskytu úzkostných a depresivních poruch až o 25 %. Globální studie z pera WHO a UNICEF z roku 2022 hovoří jednoznačně o tom, že každé 10. dítě na světě se potýká s duševním onemocněním a každé 5. žije v rodině, kde má duševní onemocnění rodič nebo pečující. Jiné studie přináší data ekonomické povahy: průměrem méně než 2 % státních rozpočtů jsou věnována do péče o duševní zdraví, a to včetně psychiatrické péče. Z toho vyplývá, že **prevenci není stále věnována dostatečná pozornost**, a jak potvrzuje metaanalýza z roku 2020, stále je nejčastějším problémem **nedostatečná informovanost a stigma v poskytování péče** (u 96 % výzkumů z 53).

Některé studie řadí sebevražednost mezi nejčastější důvody úmrtí mladých lidí, jiné mluví o druhé nejčastější. Přitom až u **90 %** z těch, kteří se rozhodnout svůj život ukončit, jsou na pozadí **duševní obtíže**. Například Centrum sociálních služeb Praha sbírá data mezi dětmi a mladými už přes pět let. Výsledky ukazují, že $\frac{1}{4}$ dětí a mladých vnímá zhoršenou kvalitu svého života, zhoršuje se i skóre závažnosti deprese, především mezi dívkami.

Během posledních tří let se zvýšil počet výskytu duševních onemocnění v dospělé populaci z **20 %** na skoro **33 %**. Riziko sebevraždy stoupl z necelých **4 %** na **14,5 %**. Během pandemie trpělo zhoršenými příznaky duševního onemocnění až **20 % osob** oproti **6 %** před pandemií. Ženy jsou ohroženy více než muži, mladí lidé jsou ohroženi více než zralí dospělí a senioři. 82 % osob, které opustí brány lůžkové péče (tedy psychiatrických pobytových zařízení), je nezaměstnaných.

A proto není pochyb, že situace je alarmující a zaslouží si víc, než jen malá zlepšení bez systémových změn.

Nedostatek odborného personálu

Čekací doby na psychiatrickou péči pro děti a dospívající se pohybují v řádu 3–6 měsíců. Důvodem je především **omezený počet psychiatrů*iček v ČR zaměřujících se na dětskou populaci**. Zatímco v ČR působí průměrně 1200 psychiatrů*iček, pouze 140 z nich je pedopsychiatrů*iček (ÚZIS, 2021). Dle dat WHO by na našem území mělo působit 2730 klinických psychologů*žek, v současnosti jich v ČR je zhruba 931. Z nich se pouze 90 zaměřuje na děti a dospívající. Kapacity systému zkrátka nestačí a potřeba přitom stále vzrůstá. Vzdělávání nových odborníků*ic je ovšem dlouhodobou investicí, která navíc často vyžaduje ještě další do vzdělávání před nástupem do praxe.

K nedostatku personálu se váže nedůvěra vůči dalším složkám v systému péče a neznalost možností, které jsou k dispozici před samotnou psychiatrickou péčí. Z dat České asociace pro psychoterapii víme, že na psychoterapii a další služby mimo **tzv. silné trio** by se obrátilo méně než 20 % dotazovaných. Silné trio **obvodní lékař*ka, psychiatr*ička a klinický*á psycholog*žka** dominovalo i v našem průzkumu na jaře roku 2022. To a mnoho dalšího pak způsobuje značný nedostatek odborného personálu, nejsou využívány další složky v pomocné síti a navíc musíme vzít v potaz socioekonomické zázemí rodin nebo regionální odlišnost v tomto fenoménu.

Celá situace je rámována nedostatečným financováním oblasti a stále panující neodstatečnou informovaností obyvatel. Již zmíněná metaanalýza z roku 2020 jasně udává bariéry v přístupu k péči napříč různými výzkumy: v **96 %** potvrzují nedostatečnou vzdělanost v tématu, z **92 %** stigma a rozpaky při vyhledání pomoci, z **68 %** potvrzují nedostatečnou důvěru v odborníky*ce a z **58 %** pak socioekonomické překážky v péči samotné (regionální, finanční).

A právě tyto stále trvající skutečnosti jsou stěžejní pro naši práci: **prevenci, osvětu a advocacy**. Vzděláváme mladé lidi a veřejnost v tématech duševního zdraví, ukazujeme, na koho a kdy je možné se obrátit, a pečujeme o budoucí odborníky*ce. Zvyšování důvěry ve služby, dostatečnou informovanost a destigmatizaci klademe na první místo. V rámci naší práce se snažíme o to, co se v odborných kruzích nazývá „psychosociální podpora“.

Na jakou situaci reagujeme?

 **1799**
chybějících klinických
psychologů*žek v
systému

3–6 měsíců
průměrná délka
čekací lhůty
u psychiatra*ičky



80 %
lidí se obrací
primárně
na silné trio

vyhledání péče je u **92 %**
dotázaných stále
poznámeno
stigmatem





KDO JE KDO?

U KOHO HLEDAT ODBORNOU POMOC



Naskenuj mě!

PSYCHOLOG*ŽKA absolvent*ka pětiletého VŠ studia oboru psychologie

- pracuje v různých oblastech (školy, zdravotnická zařízení aj.)
- může provádět vyšetření, poskytuje psychologické poradenství a diagnostiku

PSYCHIATR*IČKA lékař*ka s atestací z psychiatrie (MUDr.)

- pracuje v psychiatrické nemocnici, ambulanci nebo soukromé praxi
- provádí vyšetření, stanovuje diagnózu a léčebný plán
- může předepisovat léky

PSYCHOTERAPEUT*KA absolvent*ka psychoterapeutického výcviku

- může jí*m být psycholog*žka i psychiatr*ička, pokud absolvoval*a psychoterapeutický výcvik určitého směru
- léčí psychologickými prostředky - především vztahem a rozhovorem



NEVYPUSŤ
DUŠI

www.nevypustdusi.cz | [@nevypustdusi](https://www.instagram.com/nevypustdusi)



Naše práce



Duševní zdravotní péče pro středoškoláky*čky

- 5hodinový interaktivní program zaměřený **na osvětu a prevenci** v oblasti duševního zdraví
- jeden*a ze 2 lektorů*ek během něj vypráví svou **vlastní zkušenost** s duševním onemocněním
- během distanční výuky jsme vedli program formou webináře
- **program lektorují studenti*ky** pomáhajících profesí a získávají tak praxi



Duševní zdravotní péče pro vyučující

- **2denní kurz pro pedagogy*žky akreditovaný MŠMT**
- obsahem kurzu je péče o duševní zdraví a wellbeing samotných vyučujících i žáků*yň (včetně praktických nácviků)
- dále pro vyučující připravujeme **5 typů webinářů** zaměřených na téma emocí, prevence vyhoření, motivace a potřeb, relaxačních technik a adaptací na změny



Programy pro firmy a širší veřejnost

- pomocí 5 různých typů workshopů, přednášek a webinářů poskytujeme **vzdělávání a podporu v oblasti duševního zdraví zaměstnancům*kyním firem** (které navíc zakoupením programu přispívají na středoškolský program)
- pro veřejnost pravidelně nabízíme workshopy, webináře a besedy zaměřené na prevenci, pomoc a destigmatizaci



Duševní zdravotní péče pro vysokoškoláky*čky


- 120minutový interaktivní program **přizpůsobený potřebám vysokoškoláků*ček**
- na jeho konceptu spolupracovali vysokoškoláci*čky z našeho týmu
- předáváme studentům*kám praktické znalosti i potřebné kontakty na služby, které mohou v případě potřeby využít

Zázemí pro duši

Zázemí pro duši je komplexní program zaměřený na péči o duševní zdraví žáků*yň i celého pedagogického sboru, který jsme spustili v září 2022 na 3 vybraných středních školách v různých regionech ČR. Jeho cílem je zakotvení péče o duševní zdraví do života školy a vytvoření zázemí pro péči o duševní zdraví vyučujících, dětí a dospívajících.

Včasná prevence, posilování psychické odolnosti a pohody, zvyšování povědomí o dostupných službách pomoci i samotné ochoty vyhledat pomoc je důležitý balíček kompetencí jak pro vyučující a vedení školy, tak pro žáky a žákyně. Spolu se zapojenými školami jsme během spolupráce absolvovali následující: **šestnáctihodinový DVPP kurz pro celý pedagogický sbor, 4 individuální setkání s jednotlivými skupinami pedagogů*žek, závěrečné setkání, 4 workshopy pro středoškoláky*čky, dodali jsme do škol metodickou oporu a 3x jsme se potkali pouze s třídními učiteli*kami.**

Součástí programu je také profesionální evaluace a měření skutečného dopadu, které pro nás realizuje sociologická výzkumná organizace PAQ Research. První výsledky zveřejníme v červenci 2023 a část evaluace bude pokračovat měřením dopadu rok od první realizace, tedy v lednu 2024.

- 
- **2 dny** kurzu Duševní zdravověda pro vyučující
 - **4 interaktivní workshopy** Duševní zdravověda pro středoškoláky*čky
 - **4 dvouhodinové webináře** pro celý učitelský sbor a vedení školy
 - **závěrečná reflexe** dopadu programu na učitelský sbor, žáky*ne a školu
 - **metodická podpora** třídních učitelů a učitelek
 - **3 online setkání** pro třídní učitele*ky

Za vznik programu vděčíme našim partnerům:



Nadační fond
Flaminia



NADAČNÍ FOND
RODINY ORLICKÝCH



NADACE



ŠKODA
AUTO
Nadační fond



Ondřej Fryc

Shrnutí...



Prevence

- naše workshopy pomáhají na školách, ve firmách i mezi širokou veřejností
- sami realizujeme výzkumy, vytváříme infografiky a píšeme články, které pomáhají přehledně šířit informace
- zakládáme si na evidence-based informacích, vyhledáváme výzkumná data, realizujeme výzkumy a sbíráme informace o potřebách mladých



Advokacie & systémové změny

- v Národní radě pro duševní zdraví zastupujeme zájmy uživatelů*ek péče
- jsme zapojeni do pracovní skupiny pro dětskou a dorostovou psychiatrii na Ministerstvu zdravotnictví
- zasazujeme se o větší dostupnost služeb a dodržování lidských práv v systému péče o duševní zdraví
- jako odborní partneři jsme zapojeni v pracovní skupině Wellbeing projektu Partnerství 2030+ při SKAV



Poradenství

- na našem webu odkazujeme na rozcestník pomoci, články a také na infografiky
- mluvíme do médií a nezapomínáme zmiňovat krizové kontakty
- na rok 2023 jsme naplánovali spuštění e-mailové poradny, kam se může obrátit kdokoliv, kdo tápe

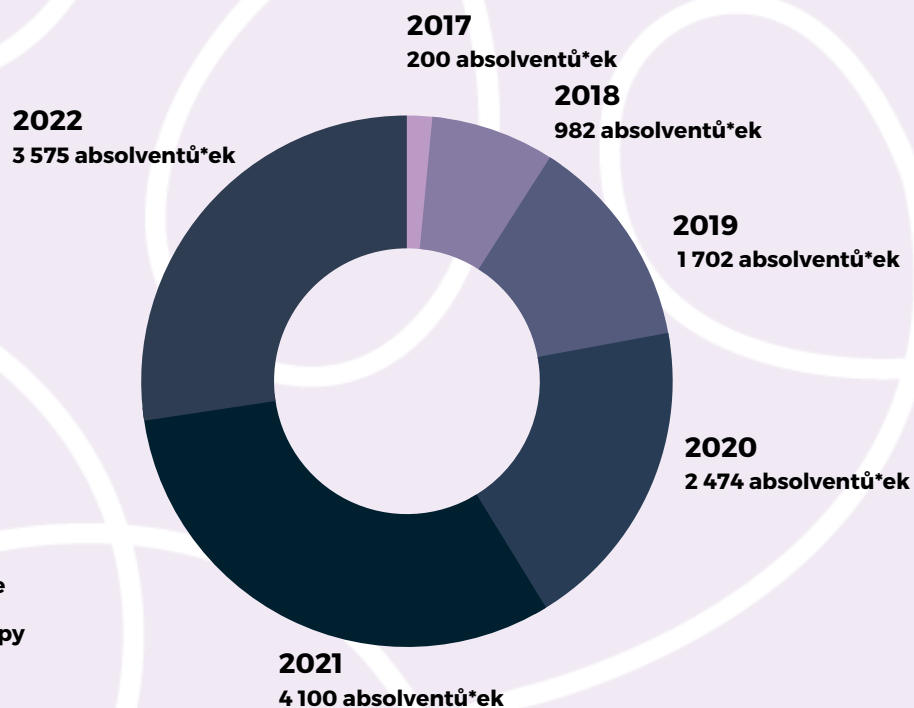
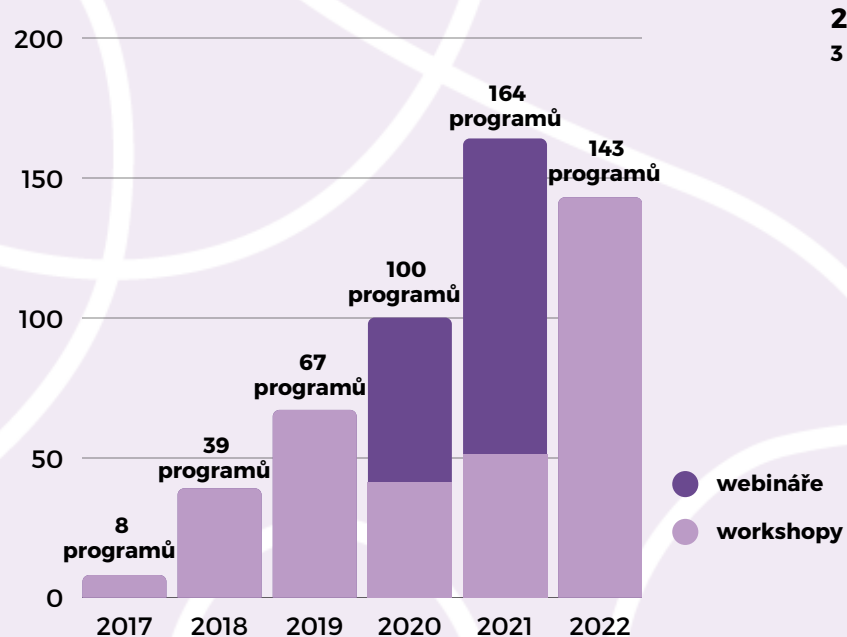
Necítíte se dobře a potřebujete se poradit? Napište nám. Poradíme, nasměrujeme a podpoříme.





**Rok 2022
v číslech**

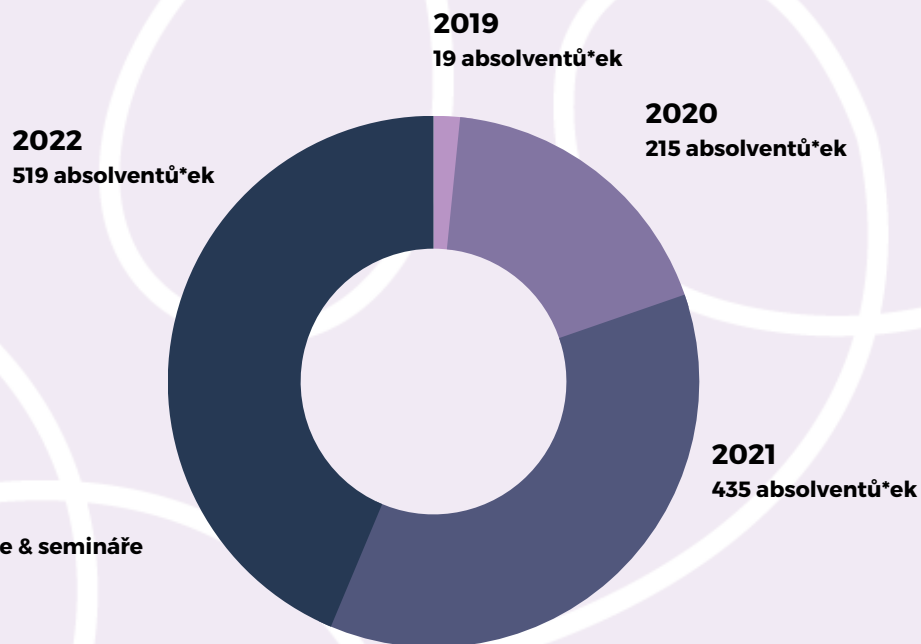
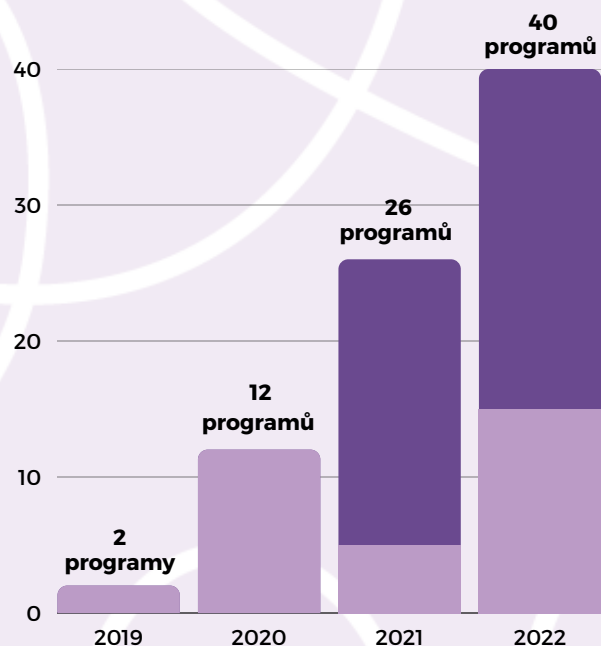
Programy pro SŠ



V roce 2022 naši lektori a lektorky zavítali s programem Duševní zdravověda pro středoškoláky*čky do 143 tříd napříč celou Českou republikou, přičemž 50 programů proběhlo v Praze. Po dvou letech s covid-19 se tak opět všechny programy mohly uskutečnit tváří v tvář v jednotlivých třídách. Jak je z grafu patrné, počet workshopů, které realizujeme, se meziročně zvyšoval až o více než 50 %. Data z roku 2021 ukazují velkou poptávku po online programech, které do značné míry saturovaly potřeby škol, kde programy nemohly proběhnout vůbec. Většina našich workshopů se v roce 2022 vrátila zpět do offline prostředí.

Během těchto programů jsme se setkali s 3 575 žáky a žákyněmi. Sledovali jsme nárůst zájmu o téma duševního zdraví jak u žáků a žákyň, tak rovněž u vyučujících. V roce 2022 jsme se během programů častěji setkávali s krizovými situacemi, kdy se nám žáci*kyne svěřovali s náročnými tématy. Zároveň také pozorujeme přímo ve třídách, že stále více dětí a mladých lidí má již zkušenost s duševními obtížemi. **Děkujeme proto za podporu a důvěru všech našich partnerů a dárců*kyň.** Neboť právě díky této podpoře můžeme společně dál šířit povědomí o duševním zdraví a pomáhat stále více dětem a mladým lidem. V neposlední řadě se radujeme, jelikož od roku roku 2017 našimi programy pro středoškoláky prošlo již více než 13 000 dětí a mladých lidí z České republiky.

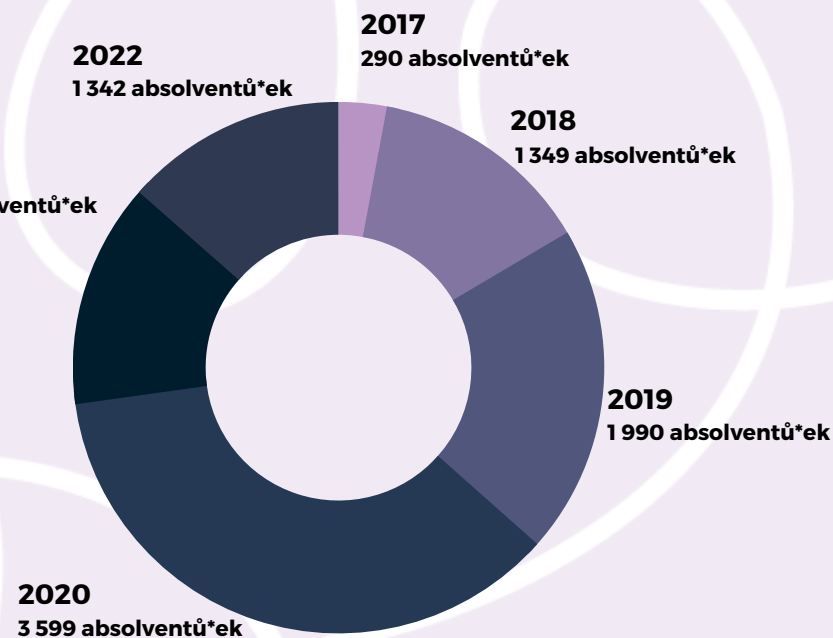
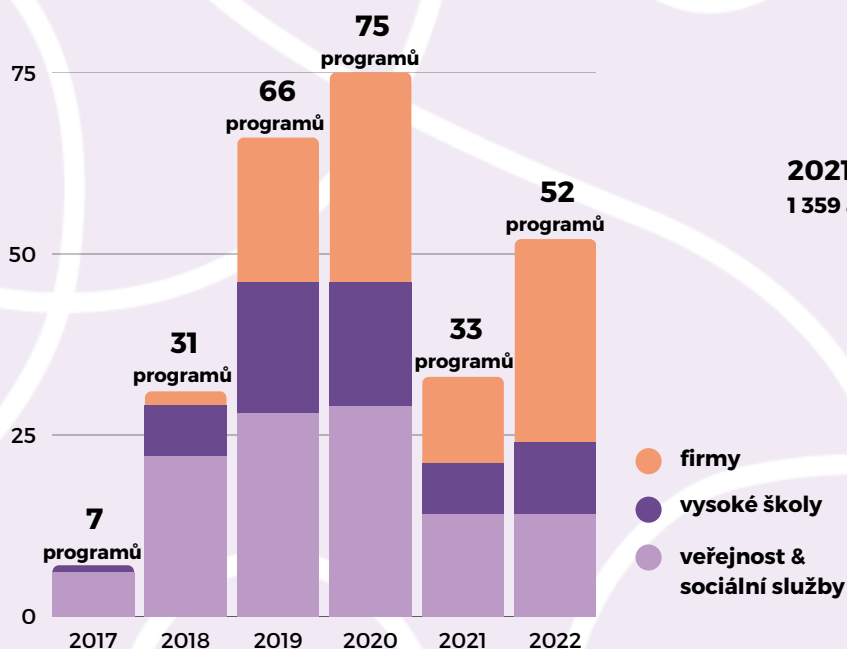
Programy pro vyučující



Je prokázáno, že duševní zdraví a zdravý psychický vývoj jsou úzce propojeny s životními podmínkami, ve kterých děti a mladí lidé vyrůstají. Školy jsou místem, kde se děti a mladí lidé setkávají bez ohledu na rodinné a socio-ekonomické podmínky. **Škola tak může hrát naprosto zásadní roli pro včasnou pomoc dětem a zasáhnout dříve, než se u nich objeví závažné psychické problémy.** Řada psychických onemocnění se rozvine právě v důsledku absence včasné podpory a zachycení prvních varovných signálů. **Školy a pedagogické sbory mohou vytvářet zásadní záchytnou síť** pro děti a mladé lidi v době čekání na přijetí k odborníkovi*ci, které se v České republice pohybuje mezi 3–6 měsíci.

Pro jednotlivé vyučující, ale také pro celé pedagogické sbory jsme i díky podpoře našich partnerů a dárců*kyň mohli realizovat **15** prezenčních dvoudenních akreditovaných **kurzů Duševní zdravověda pro vyučující** a také **25 online webinářů a seminářů** na podporu učitelské profese s tématy: adaptace na změny, emoce na dlani, minutové relaxace, potřeby a motivace v učitelské práci, stres a syndrom vyhoření. Během roku 2022 jsme proškolili **519 pedagogů a pedagožek** z různých škol v České republice. Od roku 2019 se programů pro vyučující zúčastnilo 1 188 zájemců a zájemkyň.

Programy pro veřejnost, vysoké školy a firmy



U programů **pro veřejnost** byl velký zájem o program **Jak pečovat o dětské duševní zdraví**. Dále jsme realizovali programy zaměřené na relaxační techniky, první pomoc pro duševní zdraví či na metody a techniky psychohygieny. V září 2022 jsme se zúčastnili festivalu Příští stanice svět nebo Dne duševního zdraví. Našich programů se v roce 2022 účastnili i zájemci a zájemkyně z řad **sociálních služeb** či **poradenských center**. Celkově jsme uspořádali 14 programů.

U vysokých škol jsme sledovali vzrůstající poptávku po programech pro studenty*ky VŠ zaměřených na péči o duševní zdraví a prevenci syndromu vyhoření během VŠ studia. V roce 2022 se celkově uskutečnilo 10 programů pro VŠ studenty*ky a také vyučující. Proto jsme také na podzim 2022 odpilotovali **nový program Jak nevypustit duši na VŠ**, který bude spuštěn v lednu 2023.

V roce 2022 se uskutečnilo 28 **firemních programů**. Jsme rádi, že se každoročně na nás obrací firmy, **pro které je důležité pečovat o duševní pohodu svých zaměstnanců*kyň**. Získané znalosti z našich programů zároveň mohou účastníci*ce **přenášet** dále do svých domovů. Ze zisku z každého programu vracíme 40 % zpět na realizaci SŠ programů. **Firemní programy tak pomáhají dvakrát.**

Sociální sítě a poradenské dotazy



28 300
sledujících



372 000
dosah FB



18 900
followers



23
infografik



19
článků

Nejúspěšnější příspěvek na Instagramu se týkal **toho, co nemusím dělat při studiu na VŠ**. Oslovil celkem 16 963 účtů.



Nejúspěšnější infografika **na Facebooku** s celkovým počtem 108 943 oslovených lidí a 707 sdílení byla zaměřená na pomoc druhým.

37 dotazů



obrací se na nás:



témata se týkají:



- 23 poradenských dotazů na info@nevypustdusi.cz
- 14 přes Facebook a Instagram
- uživatelé*ky péče a jejich blízcí
- vyučující, kteří hledají pomoc pro své žáky*ně nebo pro sebe
- lidé s duševními obtížemi, kteří chtějí vstoupit do systému zdravotní/sociální péče
- široká veřejnost, která hledá informace z oblasti osvěty a prevence duševního zdraví
- studenti*ky pomáhajících profesí
- pomoci blízkým v práci, v rodině, ve škole
- poskytnutí kontaktu na služby v oblasti duševního zdraví
- příznaků onemocnění, svépomoci, postupu ve vyhledání odborné pomoci v oblasti konkrétních okruhů diagnóz (deprese, poruchy příjmu potravy, sebevražedné myšlenky)

Duševní zdraví dětí pohledem dospělých: průzkum s T-Mobile

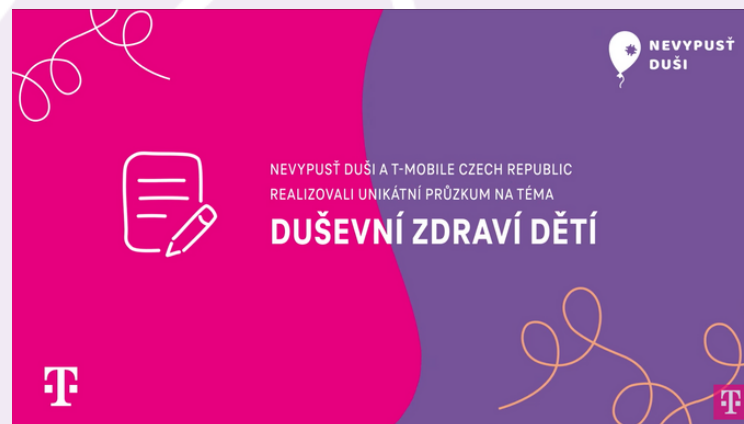


Společně s T-Mobile CZ jsme zrealizovali unikátní průzkum mezi dospělou populací o jejich pohledu na dětské duševní zdraví, který nám pomohl nejen lépe se vyznat v bariérách v přístupu k péči, ale také získat obecný vhled do vzorku dospělé populace a jejich představ o duševním zdraví dětí. Vycházeli jsme z rozhovorů s **505 dospělými a 5 stakeholdery/odborníky*cemi**.

Zjistili jsme například to, že ačkoliv je pro **91 %** dospělých duševní zdraví dětí přinejmenším stejně důležité jako fyzické, **problémy s dětskou psychikou často v první fázi vůbec neřeší**. Stejně tak až **2/3** dotázaných pomoc nevyhledají vůbec. Stejně alarmující je také dlouhodobé podceňování prvních příznaků.



Celkové shrnutí výzkumu i tiskovou zprávu najdete na našich webových stránkách. Stačí načíst QR kód.





**Naše plány
na období 2022–30**

Naše priority na dalších pět let

Dlouhodobé cíle

Prostředky k jejich naplnění

Snižování prahu při navazování odborné péče



osvětová činnost, vyhledávání a aktualizace pomáhající sítě, vyhledávání ověřených informací, snaha o systémové změny

Zlepšování odborné péče a podpora peer konzultantů*ek



advocacy zaměřená na reformu péče o duševní zdraví a snižování bariér v přístupu k péči, podpora budoucích odborníků*ic a multidisciplinarity, zapojení lidí se zkušeností s duševními obtížemi do rozhodovacích procesů

Zvyšování psychické odolnosti české veřejnosti



preventivní činnost prostřednictvím akcí a workshopů organizace, šíření ověřených informací pomocí článků, videí a infografik

Mapování potřeb a adresná úprava stávajících služeb a výstupů



výzkumná činnost, cílené zjišťování potřeb, inovace programů a výstupů

Zajištění tématu duševního zdraví ve školním prostředí a podpora škol, dětí i vyučujících



evidence-based programy ve školách, systémový tlak na úpravy stávajících zákonů jako podpora pro školská poradenská pracoviště a rámcové vzdělávací programy (tzv. RVP)

Zlepšení dostupnosti péče o duševní zdraví pro mladé lidi



rozšíření služeb Nevypusť duši o intervenční program zaměřený přímo na potřeby mladých lidí

Podpora systémových změn pro wellbeing v prostředí školství a šíření dobré praxe



tlak na úpravu legislativy pro podporu ŠPP, spolupráce se zřizovateli škol, podpora poradenských center VŠ, vyhledávání odborných partnerství a spolupráce s důležitými stakeholdery

Akční kroky v krátkodobém horizontu

- **zfinalizujeme výsledky z projektu Zázemí pro duši, na jejichž základě program upravíme a vytvoříme strategii pro jeho realizaci na školách v ČR**
- **vytvoříme inovativní nástroje pro práci s podpůrnou sítí v oblasti dětského duševního zdraví a budeme ztransparentňovat jejich funkce**
- **zrevidujeme způsob hodnocení na základě zahraničních poznatků a rozšíříme ho mezi účastníky a účastnice našich programů**
- **zaregistrujeme se jako poskytovatelé sociální služby na poradenskou činnost**
- **budeme vyhledávat další partnery pro podporu našich dlouhodobých cílů**
- **rozšíříme rozsah vzdělávání u budoucích odborníků a odbornic v našem týmu**
- **budeme se snažit o rozšíření kurikul u studentů a studentek pomáhajících profesí**
- **budeme vzdělávat odborníky a odbornice z pomáhající sítě**



V čem je naše síla



- soustředíme se na prevenci v celé ČR, ne pouze ve vybraných regionech



- na přípravě i realizaci programů pracuje multidisciplinární tým, který zajišťuje komplexní přístup k tématu na bio-psycho-sociální úrovni



- abychom pomáhali efektivně a udržitelně, náš program pro děti škálujeme tak, že vzděláváme i samotné vyučující a další dospělé



- sdílíme dobrou praxi a naše výsledky s dalšími organizacemi, které bereme jako spoluhráče*ky a ne konkurenci



- máme blízké vztahy se školami, s nimiž dlouhodobě spolupracujeme



- naše lektory*ky hledáme mezi mladými budoucími odborníky*cemi v pomáhajících profesích



- silným destigmatizačním nástrojem jsou autentické příběhy o vlastní zkušenosti s duševními obtížemi v mladém věku, které naši lektori*ky vyprávějí



- spolupracujeme s veřejnými institucemi (např. Národní rada pro duševní zdraví, pracovní skupiny při ministerstvech)



- naše metodiky a školení mohou být přeloženy do dalších jazyků, sami se hojně inspirujeme ze zahraniční dobré praxe a jsme evidence-based



**Partneři
& podporovatelé*ky**

Partneři

Děkujeme našim partnerům z nadací, nadačních fondů, firem, veřejných institucí i soukromým dárcům a dárkyním za podporu a důvěru v roce 2022. Díky nim se v roce 2022 mohly dít velké věci, o kterých jste četli na předchozích stranách.

Díky podpoře našich partnerů:

- jsme spustili nový půlroční program **Zázemí pro duši**
- jsme mohli podpořit další děti a mladé lidi, aby se včas naučili **pečovat o své duševní zdraví a věděli, že na svá trápení a obtíže nemusí být nikdy sami**
- jsme se zasazovali o **systemové změny v oblasti péče o duševní zdraví**



- jsme pokračovali v **podpoře vyučujících a pedagogických sborů, aby téma duševního zdraví mělo ve školách pevné místo**
- jsme podporovali **budoucí odborníky a odbornice z pomáhajících profesí, aby dál mohli měnit svět péče o duševní zdraví**
- jsme podporovali **děti, mladé i dospělé, aby se nebáli říct si o pomoc a věděli, kde ji hledat**

Děkujeme a je nám **skutečnou ctí**, že Nevypusť duši může mít kolem sebe právě takovou silnou síť partnerů, která společně dosahuje změn, které opravdu pomáhají.

Partneři

Děkujeme:

- **Crestyl real estate, s.r.o.** za příjemné prostory pro naši kancelář a celý tým
- **Fakturoid s.r.o.** za podporu naší mise a aktivit
- **Grayling Czech Republic s.r.o.** za skvělou PR podporu a spolupráci
- **MHMP** za podporu programů pro SŠ v Praze
- **MŠMT** za podporu programů pro SŠ v celé ČR
- **Nadace Blíž k sobě** za podporu projektu Zázemí pro duši
- **Nadace ČEZ** za podporu projektu Zázemí pro duši
- **Nadace pojišťovny Kooperativa** za podporu Zázemí pro duši, programů pro veřejnost a věnování výtěžku z charitativního golfového turnaje
- **Nadace RSJ** za dlouholetou důvěru a podporu Zázemí pro duši, naší advokační činnosti a v rámci zaměstnaneckého dárcovství
- **Nadační fond Flaminia** za podporu Zázemí pro duši
- **Nadační fond rodiny Orlických** za podporu Zázemí pro duši
- **Nadační fond ŠKODA Auto** za podporu Zázemí pro duši
- **Ondřej Fryc** za podporu Zázemí pro duši
- **Resistiré** za společné otevírání nových cest k péči o duševní zdraví skrze projekt Care Fair
- **RVLT Digital** za realizaci nových webových stránek
- **T-Mobile CZ** za klíčovou podporu pro SŠ programy, Den duševního zdraví v MEC a realizaci průzkumu Duševní zdraví dětí
- **Tomáš Kvapilík** za jedinečnou podporu díky akci Zápas o duši



Partneři

CRESTYL


Fakturoid

GRAYLING
creating *advantage*

**PRA
PRA
PRA
PRA** **HA
GUE
GA
G**


MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY


BLÍŽKSOBĚ
NADACE


NADACE ČEZ


Kooperativa
VIENNA INSURANCE GROUP
NADACE

RSJ **Foundation**

**Nadační fond
Flaminia**

**NADAČNÍ FOND
RODINY ORLICKÝCH**



ŠKODA
AUTO
Nadační fond

**Ondřej
Fryc**


RESISTIRÉ
Reducing gendered inequalities
caused by COVID-19 policies



T

Podporovatelé*ky

S každým darem do Nevypust' duši přichází radost. **Radost, že se naši dárci a dárnyně připojují k naší společné misi** za společnost, ve které děti, mladí i dospělí mohou otevřeně mluvit o duševním zdraví, říkají si o pomoc a nevypouští duši.

Každý z darů během roku **proměňujeme na programy a aktivity** vedoucí k podpoře duševního zdraví. **Velmi si proto vážíme každého daru** od našich dárců a dárnyn.

Každý z darů je podporou, kterou s pokorou přijímáme, díky které se společně stáváme silnější a která nám dále umožňuje vytrvale, s nadějí a radostí pokračovat v naší misi. **Děkujeme.**

101



podporovatelů*ek

210 919
Kč

v darech přes
portál Darujme.cz

50 000
Kč

nejvyšší dar

3



narozeninové
výzvy

Děkujeme každému a každé ze **101 dárců a dárnyn**, kteří nás v roce 2022 podpořili v naší práci a misi.

Každého z našich dárců a dárnyn si velice vážíme, ať již přispěli jednorázově nebo se rozhodli naši práci a úsilí podporovat dlouhodobě.

Děkujeme.



Podpora duševního zdraví v době válečného konfliktu



Підтримка психічного здоров'я під час воєнного конфлікту



NEVYPUSŤ
DUŠI

Díky našim partnerům a podporovatelům***kám můžeme vytvářet infografiky a publikovat je na našich webových stránkách volně ke stažení** pro širokou veřejnost, vyučující, děti a mladistvé i odborníky***ce. Protože válečný konflikt na Ukrajině má dopad na psychiku všech z nás, vytvořili jsme v březnu 2022 v reakci na ruskou invazi na Ukrajinu česko-ukrajinskou brožuru s názvem Podpora duševního zdraví v době válečného konfliktu.**

Brožura může být užitečná pro ty, kteří potřebují pomoc a utíkají před válkou, a také pro ty, kteří pomoc sami nabízejí. Najdete v ní praktické informace o tom, co můžete pro své duševní zdraví v této mimořádné situaci udělat, jak podpořit děti nebo ty, kdo truchlí, ale také kam se můžete sami obrátit pro odbornou pomoc.



Za podporu při vzniku brožury děkujeme Nadaci pojišťovny Kooperativa.

Celá dvojjazyčná brožura je k dispozici na našem webu ve formátu PDF.





Hospodaření spolku

VÝNOSY:

dotace z veřejných zdrojů
15 %

výnosy z našich programů
33.3 %



nadace, nadační fondy,
firmy, soukromé dary
51.7 %



Výnosy z našich programů

- programy pro SŠ: 532 655 Kč
- programy pro vyučující: 698 983 Kč
- programy pro firmy: 424 672 Kč
- programy pro veřejnost a VŠ: 199 235 Kč

Celkem: 1 855 545 Kč

Dotace z veřejných zdrojů:

- MHMP: 299 500 Kč
- MŠMT: 539 760 Kč

Celkem: 839 260 Kč

Nadace, nadační fondy, firmy, soukromé dary:

Celkem: 2 882 324 Kč

V roce 2022 tvořily výnosy z našich činností 33.3 % celkových příjmů.

Část výnosů z programů pro firmy investujeme zpět do programů pro SŠ.

Děkujeme všem nadacím, nadačním fondům, firmám a soukromým dárcům za podporu v roce 2022.

Podpora od 400 000 Kč

- Nadace pojišťovny Kooperativa
- Nadace RSJ
- T-Mobile

Podpora od 250 000 Kč

- Nadace Blíž k sobě
- Nadace ČEZ
- Nadační fond Flaminia
- Resistiré

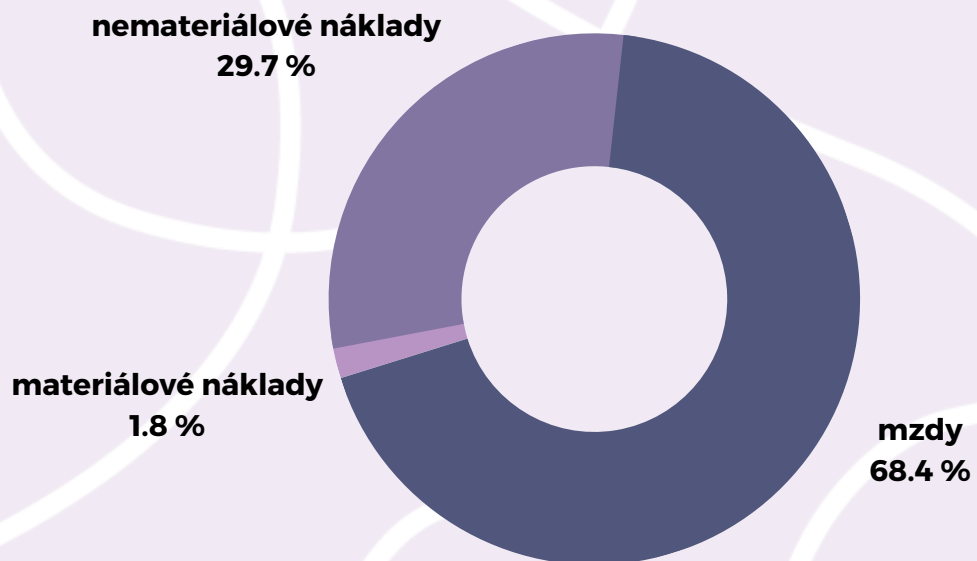
Podpora do 250 000 Kč

- Fakturoid s.r.o.
- Nadační fond rodiny Orlických
- Nadační fond ŠKODA Auto
- Ondřej Fryc
- příspěvky z dárcovských portálů

V rámci smluv s našimi dárci je část prostředků alokována i na rok 2023.



MATERIÁLOVÉ NÁKLADY, SLUŽBY A MZDY V ROCE 2022



mzdy (vč. odvodů): 3 801 738 Kč

materiálové náklady: 101 004 Kč

nemateriálové náklady
(služby, fakturace): 1 652 451 Kč

CELKEM: 5 555 193 Kč

JAK NALOŽÍME S DAROVANOU STOKORUNOU



45 Kč
na realizaci a rozvoj
programu pro střední
školy

20 Kč
na realizaci a rozvoj
programu pro učitele*ky

15 Kč
na realizaci a rozvoj
programů pro veřejnost

11 Kč
na podporu a rozvoj
advokacie a systémových
změn

9 Kč
na realizaci a rozvoj
poradenské činnosti

Zvyšujeme kompetence budoucích odborníků*ic

V rámci advokačních aktivit pravidelně podporujeme **budoucí odborníky a odbornice z pomáhajících profesí**. V našich řadách jsou to ti, kteří lektorují nejčastěji programy na středních školách, vysokých školách, ale i různé veřejnostní aktivity. Naším lektorům*kám zároveň nabízíme **možnosti stáží u jiných organizací**. Naš lektorský tým je **multidisciplinární**: jsou v něm jak medicíčky, budoucí psychologové*žky nebo krizoví*é interveni*ky. Díky práci v Nevypušť duši mají možnost setkat se s lidmi s vlastní zkušeností s duševním onemocněním a skrze lektorskou činnost získávají cennou praxi pro vlastní profesní rozvoj. Naším cílem je především **zvyšování jejich kompetencí**, a to zvláště v přímé práci s potenciální klientelou.

Lektoři*ky s námi průměrně zůstávají 2.5 roku.



ze školení *Jak mluvit s člověkem v krizi*



z nástěnky jedné pražské ZŠ



ze školení nových SŠ lektorů*ek



Jednou ze škol, na které jsme spustili projekt Zázemí pro duši, je Gymnázium v Mladé Boleslavi.



Tým
Nevypust' duši

Bára Pšenícová
ředitelka



Pavla Kučerová
*koordinátorka
středoškolských
programů*



Aneta Brunerová
*manažerka
komunikace
od října 2022*



Barbora Sedláková
*office
manažerka*



Daniela Syrovátková
*koordinátorka
programů pro
vyučující*



Petra Kratochvílová
*finanční
manažerka*



Dominika Šinal'ová
*psycholožka & metodička
učitelských programů*



Michaela Plšková
fundraiserka



Marie Salomonová
advocacy



Vendula Hrstková
*koordinátorka
programů
pro firmy
a veřejnost*



Monika Bartoníčková
*manažerka
komunikace
do října 2022*



Klára Lampová
psycholožka





Zpětná vazba

Děkujeme za důvěru a podporu v roce 2022.

Pomáhá tam, kde je skutečně potřeba.

Moc se mi líbily aktivity, které jste si připravili. Bavila mě práce ve skupinkách. Také, že jste si všechny vyslechli. Cením snažení o šíření tohoto tématu, které je dost zanedbávané.
absolventka SŠ programu

Váš program se mi moc líbil. Změnila jsem na tohle celkové téma svůj názor. A zjistila jsem, že mít nějaké duševní onemocnění je normální.
absolventka SŠ programu

Bylo to nesmírně osvěžující, praktické, užitečné. Teď už vím, že nejsem v ničem sama. Nemám tolik zodpovědnosti za to, jak vše dopadne, jak mi je v práci nuceno. Potkala jsem také na workshopu skvělou kolegyni.
absolventka programu pro vyučující

Workshop absolutně předčil moje očekávání, konečně nějaký workshop, který nebyl absolutní nudou.
absolvent SŠ programu

Odnáším si osobní zážitek se zpracováním emocí a vedení rozhovoru se žákem. Pak také teoretickou podporu vedení podpůrného dialogu. Po absolvování workshopu mám menší obavu komunikovat s někým, kdo má trable.
absolventka programu pro vyučující

Bylo to fakt supr! Oceňuji, že děláte takovéto workshopy na školách! Zvláště v našem věku mi tohle téma přijde fakt důležité a hodně aktuální... všude prostě na nás někdo tlačí ohledně školy, vztahů, prostě je toho moc.
absolventka SŠ programu





Rozvaha & výkaz zisku a ztráty

ROZVAHA

ROZVAHA dle 504/2002 Sb. ve znění od roku 2016
Obchodní firma nebo název účetní jednotky

Nevypust Duři

Z. S.

Sídlo nebo bydliště účetní jednotky

Alej Českých exulantů 1153/9

Praha 6

161 00

K: **3 1 . 1 2 . 2 0 2 2**

v tisících Kč

iČ: **0 5 3 1 8 5 3 0**

otisk podacího razítka

Označ.	AKTIVA	číslo řádku	Účetní období		
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni	
A.	Dlouhodobý majetek celkem	A.I.+A.IV.	001	+0	+0
A. I.	Dlouhodobý nehmotný majetek celkem	A.I.1.+A.I.1.x	002		
A. I. 1.	Nehmotné výsledky výzkumu a vývoje	účet 012	003		
2.	Software	účet 013	004		
3.	Ocenitelná práva	účet 014	005		
4.	Drobný dlouhodobý nehmotný majetek	účet 018	006		
5.	Ostatní dlouhodobý nehmotný majetek	účet 019	007		
6.	Nedokončený dlouhodobý nehmotný majetek	účet 041	008		
7.	Poskytnuté zálohy na dlouhodobý nehmotný majetek	účet 051	009		
x.		09a			
A. II.	Dlouhodobý hmotný majetek celkem	A. II.1.+A. II.1.x	010	+22	+22
A. II. 1.	Pozemky	účet 031	011		
2.	Umělecká díla, předměty a sbírky	účet 032	012		
3.	Stavby	účet 021	013		
4.	Hmotné movité věci a jejich soubory	účet 022	014		
5.	Pěstelské celky trvalých porostů	účet 025	015		
6.	Dospělá zvířata a jejich skupiny	účet 026	016		
7.	Drobný dlouhodobý hmotný majetek	účet 028	017	+22	+22
8.	Ostatní dlouhodobý hmotný majetek	účet 029	018		
9.	Nedokončený dlouhodobý hmotný majetek	účet 042	019		
10.	Poskytnuté zálohy na dlouhodobý hmotný majetek	účet 052	020		
x.		020a			
A. III.	Dlouhodobý finanční majetek celkem	A. III.1.+A. III.x	021		
A. III. 1.	Podíly - ovládaná nebo ovládající osoba	účet 061	022		
2.	Podíly - podstatný vliv	účet 062	023		
3.	Dluhové cenné papíry držené do splatnosti	účet 063	024		
4.	Zápůjčky organizačním složkám	účet 066	025		
5.	Ostatní dlouhodobé zápůjčky	účet 067	026		
6.	Ostatní dlouhodobý finanční majetek	účet 069	027		
x.		027a			
A. IV.	Oprávky k dlouhodobému majetku celkem	A. IV.1.+A. IV.x	028	-22	-22
A. IV. 1.	Oprávky k nehmotným výsledkům výzkumu a vývoje	účet 071	029		
2.	Oprávky k softwaru	účet 073	030		
3.	Oprávky k ocenitelným právům	účet 074	031		
4.	Oprávky k drobnému dlouhodobému nehmotnému majetku	účet 078	032		
5.	Oprávky k ostatnímu dlouhodobému nehmotnému majetku	účet 079	033		
6.	Oprávky ke stavbám	účet 081	034		
7.	Oprávky k samostatným hmotným movitým věcem a souborům hmotných movitých věcí	účet 082	035		
8.	Oprávky k pěstelským celkům trvalých porostů	účet 085	036		
9.	Oprávky k základnímu stádu a tažným zvířatům	účet 086	037		
10.	Oprávky k drobnému dlouhodobému hmotnému majetku	účet 088	038	-22	-22
11.	Oprávky k ostatnímu dlouhodobému hmotnému majetku	účet 089	039		
x.		039a			

Označ.	AKTIVA	číslo řádku	Účetní období		
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni	
B.	Krátkodobý majetek celkem	B.I.+B.IV.	040	+4 160	+7 310
B. I.	Zásoby celkem	B. I.1.+B. I.x	041		
B. I. 1.	Material na skladě	účet 112	042		
2.	Material na cestě	účet 119	043		
3.	Nedokončená výroba	účet 121	044		
4.	Polotovary vlastní výroby	účet 122	045		
5.	Výrobky	účet 123	046		
6.	Mladá a ostatní zvířata a jejich skupiny	účet 124	047		
7.	Zboží na skladě a v prodejnách	účet 132	048		
8.	Zboží na cestě	účet 139	049		
9.	Poskytnuté zálohy na zásoby	účet 314	050		
x.		050a			
B. II.	Pohledávky celkem	B. II.1.+B. II.x	051	+120	+114
B. II. 1.	Odběratelé	účet 311	052	+120	+114
2.	Směnky k inkasu	účet 312	053		
3.	Pohledávky za eskortované cenné papíry	účet 313	054		
4.	Poskytnuté provozní zálohy	účet 314 - f. 51	055		
5.	Ostatní pohledávky	účet 315	056		
6.	Pohledávky za zaměstnanci	účet 335	057		
7.	Pohledávky za institucemi sociálního zabezpečení a veřejného zdravotního pojištění	účet 336	058		
8.	Daň z příjmů	účet 341	059		
9.	Ostatní přímé daně	účet 342	060		
10.	Daň z příjmané hodnoty	účet 343	061		
11.	Ostatní daně a poplatky	účet 345	062		
12.	Nároky na dotace a ostatní zúčtování se státním rozpočtem	účet 346	063		
13.	Nároky na dotace a ostatní zúčtování s rozpočtem orgánů územních samosprávných celků	účet 348	064		
14.	Pohledávky za společnými sdruženími ve společnosti	účet 358	065		
15.	Pohledávky z pevných termínovaných operací a opcí	účet 373	066		
16.	Pohledávky z vydaných dluhopisů	účet 375	067		
17.	Jiné pohledávky	účet 378	068		
18.	Dohadné účty aktivní	účet 388	069		
19.	Opravná položka k pohledávkám	účet 391	070		
x.		070a			
B. III.	Krátkodobý finanční majetek celkem	B. III.1.+B. III.x	071	+4 040	+7 196
B. III. 1.	Peněžní prostředky v pokladně	účet 211	072		
2.	Ceniny	účet 213	073		
3.	Peněžní prostředky na účtech	účet 221	074	+4 040	+7 196
4.	Majetkové cenné papíry k obchodování	účet 251	075		
5.	Dluhové cenné papíry k obchodování	účet 253	076		
6.	Ostatní cenné papíry	účet 256	077		
7.	Peníze na cestě	účet 261	078		
x.		078a			
B. IV.	Jiná aktiva celkem	B. IV.1.+B. IV.x	079		
B. IV. 1.	Náklady příštích období	účet 381	080		
2.	Příjmy příštích období	účet 385	081		
x.		081a			
	AKTIVA CELKEM	A+B	082	+4 160	+7 310

Označ.	PASIVA	číslo řádku	Účetní období		
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni	
A.	Vlastní zdroje celkem	A.I.+ +A.I.	001	+3 898	+6 838
A. I.	Jméni celkem	A.I.1+ +A.I.1.x	002	+2 700	+5 614
A. I. 1.	Vlastní jmění	účet 001	003		
2.	Fondy	účet 011	004	+2 700	+5 614
3.	Oceňovací rozdíly z přecenění finančního majetku a závazků	účet 021	005		
x.			005a		
A. II.	Výsledek hospodaření celkem	A.II.1+ +A.II.1.x	006	+1 198	+1 224
A. II. 1.	Účet výsledku hospodaření	účet +003	007	X0000000000X	+26
2.	Výsledek hospodaření ve schvalovacím řízení	účet +0031	008	+12	X0000000000X
3.	Nerozdělený zisk, neuhrzená zřítla minulých let	účet +0032	009	+1 186	+1 198
x.			009a		
B.	Cizí zdroje celkem	B.I.+ +B.IV.	010	+262	+472
B. I.	Rezervy celkem	B.I.1+ +B.I.1.x	011		
B. I. 1.	Rezervy	účet 041	012		
x.			012a		
B. II.	Dlouhodobé závazky celkem	B.II.1+ +B.II.1.x	013		
B. II. 1.	Dlouhodobé úvěry	účet 051	014		
2.	Vydané dluhopisy	účet 053	015		
3.	Závazky z pronájmu	účet 054	016		
4.	Přijaté dlouhodobé zálohy	účet 055	017		
5.	Dlouhodobé směnky k úhradě	účet 056	018		
6.	Dohadné účty pasivní	účet 380	019		
7.	Ostatní dlouhodobé závazky	účet 950	020		
x.			020a		

Označ.	PASIVA	číslo řádku	Účetní období		
			stav k prvnímu dni	k poslednímu dni	
B. III.	Krátkodobé závazky celkem	B.III.1+ +B.III.1.x	021	+262	+472
B. III. 1.	Dodavatele	účet 321	022	+34	+45
2.	Směnky k úhradě	účet 322	023		
3.	Přijaté zálohy	účet 324	024	+0	
4.	Ostatní závazky	účet 325	025		+5
5.	Zaměstnanci	účet 331	026	+167	+302
6.	Ostatní závazky vůči zaměstnancům	účet 333	027		
7.	Závazky k institucím sociálního zabezpečení a veřejného zdravotního pojištění	účet 336	028	+62	+104
8.	Daň z příjmů	účet 341	029	-37	-37
9.	Ostatní přímé daně	účet 342	030	+18	+31
10.	Daň z přidané hodnoty	účet 343	031	+18	+22
11.	Ostatní daně a poplatky	účet 345	032		
12.	Závazky ze vztahu k státnímu rozpočtu	účet 346	033		
13.	Závazky ze vztahu k rozpočtu orgánů územních samosprávných celků	účet 348	034		
14.	Závazky z upsaných nespacených cenných papírů a podílů	účet 367	035		
15.	Závazky ke společníkům sdruženým ve společnosti	účet 368	036		
16.	Závazky z pevných termínovaných operací a opcí	účet 373	037		
17.	Jiné závazky	účet 379	038		
18.	Krátkodobé úvěry	účet 231	039		
19.	Esportní úvěry	účet 232	040		
20.	Vydané krátkodobé dluhopisy	účet 241	041		
21.	Vlastní dluhopisy	účet 255	042		
22.	Dohadné účty pasivní	účet 380	043	+0	
23.	Ostatní krátkodobé finanční výpomoci	účet 249	044		
x.			044a		
B. IV.	Jiná pasiva celkem	B.IV.1+ +B.IV.1.x	045		
B. IV. 1.	Výdaje příštích období	účet 383	046		
2.	Výnosy příštích období	účet 384	047		
x.			047a		
	PASIVA CELKEM	A+B	048	+4 160	+7 310

Okamžik sestavení	31.3.2023	Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky:
Právní forma účetní jednotky	Barbora Pšenicová	
Řídicí osoba (osoby) nebo účet:		
Činnost ostatních organizací sdružitelných osob za účelem prosazování společných zájmů n.		
Činnost ostatních organizací sdružitelných osob za účelem prosazování společných zájmů n.		

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY

VZV dle 504/2002 Sb. ve znění od roku 2016
Obchodní firma nebo název účetní jednotky

K 31.12.2022

Nevypust Duši

Od 1.1.2022 Do 31.12.2022

, z. s.

v tisících Kč

Sídlo nebo bydliště účetní jednotky

IC 05318530

Alej Českých exulantů 1153/9

Praha 6

161 00

otisk podacího razítka

Označ.	VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY	Číslo řádku	Běžné období			
			Hlavní	Hospodářská	Celkem	
A.	Náklady	A.I.+...+A.VIII.	001	+4 310	+1 244	+5 554
A. I.	Spotřebované nákupy a nákupované služby	A.I.1+...+A.I.x	002	+1 216	+517	+1 733
A. I. 1.	Spotřeba materiálu, energie a ostatních neskladovaných dodávek	účet 501, 502, 503	003	+81	+20	+101
2.	Prodané zboží	účet 504	004			
3.	Opravy a udržování	účet 511	005	+3	+6	+9
4.	Náklady na cestovné	účet 512	006	+7	+124	+131
5.	Náklady na reprezentaci	účet 513	007	+16	+6	+22
6.	Ostatní služby	účet 518	008	+1 109	+361	+1 470
x.		008a				
A. II.	Změna stavu zásob vlastní činnosti a aktívace	A.II.1+...+A.II.x	009			
A. II. 7.	Změna stavu zásob vlastní činnosti	účet 561, 562, 563, 564	010			
8.	Aktívace materiálu, zboží a vnitřní organizačních služeb	účet 571, 572	011			
9.	Aktívace dlouhodobého majetku	účet 573, 574	012			
x.		012a				
A. III.	Osobní náklady	A.III.1+...+A.III.x	013	+3 083	+718	+3 801
A. III. 10.	Mzdové náklady	účet 521	014	+2 503	+526	+3 029
11.	Zakonné sociální pojištění	účet 524	015	+580	+192	+772
12.	Ostatní sociální pojištění	účet 525	016			
13.	Zakonné sociální náklady	účet 527	017			
14.	Ostatní sociální náklady	účet 528	018			
x.		018a				
A. IV.	Daně a poplatky	A.IV.1+...+A.IV.x	019			
A. IV. 15.	Daně a poplatky	účet 531, 532, 538	020			
x.		020a				
A. V.	Ostatní náklady	A.V.1+...+A.V.x	021	+11	+9	+20
A. V. 16.	Smluvní pokuty, úroky z prodání, ostatní pokuty a penále	účet 541, 542	022			
17.	Odpis nedobýtné pohledávky	účet 543	023			
18.	Nákladové úroky	účet 544	024			
19.	Kursově ztráty	účet 545	025			
20.	Dary	účet 546	026			
21.	Manka a škody	účet 548	027			
22.	Jiné ostatní náklady	účet 549	028	+11	+9	+20
x.		028a				
A. VI.	Odpisy, prodaný majetek, tvorba a použití rezerv a opravných položek	A.VI.1+...+A.VI.x	029			
A. VI. 23.	Odpisy dlouhodobého majetku	účet 551	030			
24.	Prodaný dlouhodobý majetek	účet 552	031			
25.	Prodané cenné papíry a podíly	účet 553	032			
26.	Prodaný materiál	účet 554	033			
27.	Tvorba a použití rezerv a opravných položek	účet 556, 559	034			
x.		034a				
A. VII.	Poskytnuté příspěvky	A.VII.1+...+A.VII.x	035			
A. VII. 28.	Poskytnuté členské příspěvky a příspěvky zúčtované mezi organizačními složkami	účet 581, 582	036			
x.		036a				
A. VIII.	Daň z příjmů	A.VIII.1+...+A.VIII.x	037			
A. VIII. 28.	Daň z příjmů	účet 591	038			
x.		038a				
	Náklady celkem	039		+4 310	+1 244	+5 554

Označ.	VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY	Číslo řádku	Běžné období		
			Hlavní	Hospodářská	Celkem
B.	Výnosy	040	+4 310	+1 270	+5 580
B. I.	Provozní dotace	B.I.1+...+B.I.x	041	+839	+839
B. I. 1.	Provozní dotace	účet 601	042	+839	+839
x.		042a			
B. II.	Přijaté příspěvky	B.II.1+...+B.II.x	043		
B. II. 2.	Přijaté příspěvky zúčtované mezi organizačními složkami	účet 581	044		
3.	Přijaté příspěvky (dary)	účet 582	045		
4.	Přijaté členské příspěvky	účet 584	046		
x.		046a			
B. III.	Tržby za vlastní výkony a za zboží	účet 601, 602, 603, 604	047	+585	+1 270
B. IV.	Ostatní výnosy	B.IV.1+...+B.IV.x	048	+2 886	+2 886
B. IV. 5.	Smluvní pokuty, úroky z prodání, ostatní pokuty a penále	účet 541, 542	049		
6.	Platby za odepsané pohledávky	účet 543	050		
7.	Výnosové úroky	účet 544	051		
8.	Kursově zisky	účet 545	052		
9.	Zúčtování fondů	účet 548	053	+2 882	+2 882
10.	Jiné ostatní výnosy	účet 549	054	+4	+4
x.		054a			
B. V.	Tržby z prodeje majetku	B.V.1+...+B.V.x	055		
B. V. 11.	Tržby z prodeje dlouhodobého nehmotného a hmotného majetku	účet 562	056		
12.	Tržby z prodeje cenných papírů a podílů	účet 563	057		
13.	Tržby z prodeje materiálu	účet 564	058		
14.	Výnosy z krátkodobého finančního majetku	účet 565	059		
15.	Výnosy z dlouhodobého finančního majetku	účet 567	060		
x.		060a			
	Výnosy celkem	061	+4 310	+1 270	+5 580
C.	Výsledek hospodaření před zdaněním	B.-A.I.1+...+A.VIII.x + C.x.	062	+0	+26
x.		062a			
D.	Výsledek hospodaření po zdanění	B.-A.+D.x.	063	+0	+26
x.		063a			

Okamžik sestaven 31.3.2023

Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky:

Právní forma

Barbora Pšenicová

účetní jednotky

Předmět činnosti nebo účel:

Činnost ostatních organizačních sdružení osob za účelem prosazování společných zájmů j. n.

Činnost ostatních organizačních sdružení osob za účelem prosazování společných zájmů j. n.

2015

vznik facebookového projektu a první osvětové materiály pro veřejnost

2016

vznik neziskové organizace

zaměření na vyučující pro větší dosah

+

Rada vlády pro duševní zdraví & Youth Speak Up!

2 884 SŠ absolventů*ek <<

2 941 absolventů*ek veř. programů <<

2017

vznik programů pro teenagery

>> 200 SŠ absolventů*ek

>> 290 absolventů*ek veř. programů

první zaměstnanci + první programy pro veřejnost

+

škálování programu

1 182 SŠ absolventů*ek <<

1 559 absolventů*ek veř. programů <<

2019

rozšíření týmu

+

zaměření na rozvoj programů pro učitele a veřejnost

+

připojení k Partnerství 2030+

>> 5 358 SŠ absolventů*ek

>> 5 292 absolventů*ek veř. programů

>> 234 absolventů*ek uč. programů

>> 9 458 SŠ absolventů*ek

>> 6 559 absolventů*ek veř. programů

>> 669 absolventů*ek uč. programů

rozšíření týmu, změna vedení, vznik správní rady

+

nový program pro VŠ a nový web

+

spuštění Zázemí pro duši

2018

reakce na výrazné zhoršení psychické kondice celé populace kvůli pandemii

+

Národní akční plán pro duševní zdraví

2020

2021

2022

Líbí se vám naše práce a rádi byste nás podpořili?

číslo transparentního účtu: 2701081623/2010



**NEVYPUSŤ
DUŠI**



www.nevypustdusi.cz



info@nevypustdusi.cz



facebook.com/nevypustdusi



instagram.com/nevypustdusi

Nevypuště Duši, z. s.
se sídlem Alej Českých exulantů 1153/9
Praha 6, 161 00
IČ: 05318530, DIČ: CZ05318530
L 66470, Městský soud v Praze