

# FORMULÁŘ K ŽÁDOSTI

o poskytnutí finanční dotace z dotačního titulu  
**Podaná ruka – podpora sociálních služeb poskytovaných občanům MO Plzeň 1 (SOC1)**

## IDENTIFIKACE ŽADATELE

Název subjektu / Jméno, příjmení žadatele:

Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM, z.s.

IČO / Datum narození:

69966303

Plátce DPH:  ANO  NE

## POPIS PROJEKTU / ČINNOSTI

Účel požadované dotace, popis a cíl projektu / činnosti:

(Možno rozvést v samostatné příloze – formulář Podrobný popis)

Organizační a materiální zabezpečení projektu Akademie třetího věku - tento projekt je součástí SAS pro seniory a osoby se zdravotním postižením.

Projektem Akademie třetího věku reagujeme na společenskou potřebu vyšší míry zapojení seniorů do společenského života a předcházení sociální izolaci seniorů. Skrze různorodé pravidelné vzdělávací kurzy nabízíme seniorům možnost smysluplného trávení volného času, prostor pro duševní i fyzický rozvoj a navázání společenských kontaktů.

Účast na dalším vzdělávání a pravidelné setkávání prokazatelně přispívá k lepšímu zdravotnímu stavu seniorů a zároveň přispívá k prodloužení doby samostatnosti a soběstačnosti seniora, k lepší orientaci ve společenském dění i v množství informací, kterými jsme neustále obklopeni.

Vzdělávací kurzy pomáhají seniorům objevit jejich potřeby a mohou sloužit jako odrazový můstek k dalším aktivitám např. u seniorů se zájmem o dobrovolnictví či jinou veřejně prospěšnou činnost.

V neposlední řadě zvyšujeme tímto projektem vybavenost seniorů základními kompetencemi potřebnými pro orientaci v rychlých společenských změnách a aktivní přijímání životní etapy – důchodový věk vědomě a s kvalitou, která je důležitá pro konkrétního člověka i pro společnost.

Akademie je jeden ze základních aktivizačních programů, které TOTEM, z.s. seniorské skupině nabízí. Pojem „aktivizace“ v kontextu Akademie vnímáme jako proces podporující osobnostní a sociální rozvoj seniorů, sebedůvěru a zájem o další učení. Klademe také důraz na komunitní prostor a sociální rozměr. Koncepce setkávání je postavena na 30 % získávání informací k vybranému tématu, 30 % jejich aplikace pro praktické využití, 30 % pro vytvoření vztahů mezi účastníky a 10 % pro invenci studentů.

Podrobněji viz. příloha č. 1 (Podrobný popis)

Plánovaný termín realizace – doba, v níž má být dosaženo účelu:

1.1.2024 - 31.12.2024

Plánované místo realizace:

Mezigenerační a dobrovolnické centrum TOTEM, z.s.; Plzeň a okolí

Přehled dosavadních aktivit – činnosti žadatele:

TOTEM, z.s. funguje v plzeňském regionu již od roku 1999 a jeho posláním je vytvářet pozitivní a funkční mezilidské vztahy jak v rámci rodiny, tak v širším kontextu občanské společnosti.

Dlouhodobé linie činnosti TOTEM, z.s.:

- propagovat a šířit myšlenku dobrovolné pomoci a rozvíjet dobrovolnictví v plzeňském regionu,
- přispívat k vyšší míře zapojení seniorů do společenského života, rozvíjet jejich duševní a fyzické síly, podporovat sebedůvěru a zájem o další seberozvoj,
- pomáhat dětem a jejich rodinám v řešení jejich obtížných životních situací,
- posilovat mezigenerační vztahy a tím vytvářet přirozené zdravé prostředí pro soužití všech generací.

Činnost realizujeme na 3 pobočkách TOTEM, z.s. (Bolevec, Nová Hospoda, Doubravka).

Zkušenosti z našich aktivit v oblasti dobrovolnictví, podpory rodin, mezigeneračního propojování a aktivizace seniorů sdílíme v profesních skupinách v rámci ČR a EU.

Dlouhodobé cíle organizace naplňujeme následujícími programy a liniemi činností: Sociálně aktivizační služba pro seniory a OZP, Akademie třetího věku, Sociálně aktivizační služba pro rodiny s dětmi, Místo SETKÁVÁNÍ SE, Pro zdraví a na pohodu, Mentoringové preventivní programy, Management dobrovolnictví pro podporu regionu, Pohádkové čtecí babičky a dědečkové a další mezigenerační programy, koncepce aktivizačních programů pro seniory v rámci poboček, Regionální dobrovolnické centrum.

Více na [www.totemplzen.cz](http://www.totemplzen.cz) a ve výroční zprávě organizace, umístěné na webu TOTEMu.

#### FINANČNÍ ÚDAJE O ŽADATELI

	Skutečnost 2023	2024 - Očekávaná skutečnost
Celkové náklady	20.846.500,72 Kč	19.000.000,00 Kč
Celkové výnosy	20.848.624,12 Kč	19.003.000,00 Kč
<b>HOSPODÁŘSKÝ VÝSLEDEK</b>	2.123,40 Kč	3.000,00 Kč

**PŘEDPOKLÁDANÝ ROZPOČET PROJEKTU / ČINNOSTI**

<b>NÁKLADY (v Kč):</b>	<b>Skutečnost roku 2023</b>	<b>Předpoklad roku 2024</b>	<b>Požadavek 2024</b>
<b>SPOTŘEBOVANÉ NÁKUPY (MATERIÁLOVÉ NÁKLADY)</b>	139.405,00 Kč	25.000,00 Kč	15.700,00 Kč
MATERIÁL			
KANCELÁŘSKÉ POTŘEBY			
Kancelářský, spotřební a výtvarný m	102.189,00 Kč	25.000,00 Kč	15.700,00 Kč
vybavení	37.216,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
<b>SLUŽBY (NEMATERIÁLOVÉ NÁKLADY)</b>	851.449,00 Kč	39.000,00 Kč	12.000,00 Kč
NÁJEMNÉ	0,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
TELEKOMUNIKAČNÍ SLUŽBY (POŠTOVNÉ, TELEFON, INTERNET)	42.596,00 Kč	4.000,00 Kč	2.000,00 Kč
DOPRAVA	0,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
PRONÁJMY	0,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
TISKOVÉ SLUŽBY	0,00 Kč	5.000,00 Kč	0,00 Kč
UBYTOVÁNÍ	0,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
energie, topení, TUV, vodné	275.463,00 Kč	30.000,00 Kč	10.000,00 Kč
cestovné	1.526,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
opravy a udržování	246.929,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
školení a kurzy	22.312,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
ostatní služby	262.623,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
<b>OSOBNÍ NÁKLADY</b>	4.686.734,00 Kč	601.900,00 Kč	72.300,00 Kč
MZDY	4.668.734,00 Kč	601.900,00 Kč	72.300,00 Kč
OSTATNÍ OSOBNÍ NÁKLADY	18.000,00 Kč		
<b>OSTATNÍ NEMATERIÁLNÍ NÁKLADY</b>	0,00 Kč	0,00 Kč	0,00 Kč
rozpočet rok 2023 celé			
SAS pro seniory a OZP			
<b>NÁKLADY CELKEM:</b>	<b>5.677.588,00 Kč</b>	<b>665.900,00 Kč</b>	<b>100.000,00 Kč</b>

ZDROJE FINANČNÍHO KRYTÍ (V KČ):	Předpoklad 2024	Očekávaný zdroj v roce 2024 (konkrétně)	
<b>I. VÝNOSY Z PROJEKTU / ČINNOSTI</b>			
<b>II. DOTACE OD MO PLZEŇ 1</b>	100.000,00 Kč	POUZE ČÁSTKA POŽADOVANÁ NA ZÁKLADĚ TĚTO ŽÁDOSTI	
<b>III. FIN. ZDROJE Z VEŘEJNÝCH ROZPOČTŮ (DARY, DOTACE ...)</b>			
	<b>Město Plzeň a městské obvody mimo MO1</b>	<b>Kraj</b>	<b>Stát</b>
Dotace – již schválené		565.900,00 Kč	
Dotace – podané			
Dotace – plánováno podat			
<b>IV. OSTATNÍ FINANČNÍ ZDROJE</b>			
členské příspěvky, dotace, grant, dar od nestátní organizace, sponzorské dary apod.			
<b>V. VLASTNÍ ZDROJE</b>		VLASTNÍ FINANČNÍ PROSTŘEDKY ŽADATELE	
<b>FINANČNÍ ZDROJE CELKEM:</b>	665.900,00 Kč		

### Souhrn finančního krytí činnosti

Celkové náklady 2024:	Celkové finanční zdroje 2024:	ROZDÍL = HOSP. VÝSLEDEK
665.900,00 Kč	665.900,00 Kč	0,00 Kč

<b>Kontrolní řádek:</b> % podíl požadované dotace pro rok 2024 na celkových nákladech roku 2024	15,02%
--	--------

## Počet členů/klientů

Konkrétní vymezení cílové skupiny projektu:

Počet dětí – mládeže, kterých se projekt týká, dle věkových skupin  
(v případě hromadných akcí uveďte kvalifikovaný odhad účastníků)

0 – 5 let	6 – 12 let	13 – 18 let	19 – 26 let	Jiné	Z MO 1	Celkem
0	0	0	0	136	72	136

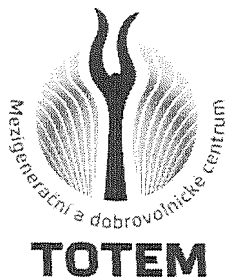
**Vztah k MO Plzeň 1** (konkrétní důvod, proč žádáte na MO Plzeň 1, např. sídlo, členové z MO 1, akce se koná na území MO Plzeň 1 apod.)

Projekt Akademie třetího věku má své historické kořeny mezi obyvateli městského obvodu Plzeň 1. Přednášky realizované v rámci Akademie třetího věku se od počátku (od svého pilotního „nultého“ ročníku v r. 2009) odehrávaly v prostorách v ulici Kaznějovská 51, projekt tak stál u zrodu nové historie organizace, která je spojená s městským obvodem Plzeň 1. Vzhledem k místu konání většiny aktivit, vyhledávají tento program z velké části právě senioři z městského obvodu Plzeň 1 – tvoří více než 50% všech přihlášených. Dvě třetiny programu probíhají v budově TOTEM, z. s., proto i lidé z ostatních obvodů navštíví a ocení podporu obvodu, dozví se o pořádaných akcích, aktivně se jich účastní. Ve zbývající třetině, která probíhá v terénu, je začleněna i spolupráce se Zoo Plzeň – pravidelné vzdělávací programy, dále začleňujeme do programu poznávání historie městského obvodu – Příběhy plzeňských míst.

**Při žádosti o dotaci na provoz, údržbu a opravy nemovitých zařízení uveďte vztah žadatele k objektu:**

- vlastnictví
- výpůjčka / užívání (uveďte vlastníka)
- pronájem (uveďte vlastníka)





## **Příloha č. 1**

### **Podrobný popis projektu**

Jedinečnost a důležitost Akademie třetího věku vidíme rovněž v tom, že umožňuje zapojení lidí, kteří ještě částečně pracují či jsou vytíženi jinými povinnostmi (hlídání vnoučat, péče o manžela/ku, rodiče atd.). Díky své časové nenáročnosti (setkání vždy jednou za měsíc) propojuje bezpečně a přirozeně dobu produktivního věku a dobu postproduktivního, tj. důchodového věku. Klienti nemusí tak intenzivně pracovat na začleňování a změně životního harmonogramu, který může být běžně zkomplikován procesy spojenými s ukončením pravidelného docházení do zaměstnání – krátkodobou sociální izolací, změnou životního rytmu atd. Systém prevence může fungovat již od prvního okamžiku nebezpečí sociální izolace a následných komplikací a zamezit nežádoucím procesům včas. Další předností je pružnost ve volbě témat, jež reagují na každoroční hodnocení účastníků a aktuální dobu a její potřeby. Akademie třetího věku dává inspiraci pro rozvoj v konkrétních tématech, motivuje účastníky věnovat se probíraným tématům hlouběji, dává základní vhled do tematiky a tipy na další studium. Současně sdružuje lidi podobného zaměření a otevírá možnost se více seznámit a podporuje tvorbu sociálních kontaktů.

### **Projekt v roce 2024**

V letním semestru 2023/2024 pokračujeme s tématy z předchozího zimního semestru, novinkou je zařazení kurzu Léčivá síla přírody aneb O léčivých rostlinách a houbách. Vybrané „přednáškové“ kurzy, u kterých se to nabízí, opět plánujeme obohatit o bonusová setkání, která se budou odehrávat v terénu v návaznosti na probíraná témata kurzu. To umožní propojení některých teoretických poznatků s těmi praktickými nebo jejich uplatnění na konkrétních příkladech, tentokrát půjde o návštěvu Státního okresního archivu Plzeň-sever v Plasích (Labyrintem českých dějin) nebo o exkurzi Kotvičnickové farmy (Léčivá síla přírody).

V rámci dalších kurzů se seniory snažíme motivovat k prospěšné činnosti v návaznosti na program kurzů – alespoň některé účastníky kurzu Základy ekologie a Zoo jinak chceme i v tomto roce zapojit do akce May Day v plzeňské Botanické a zoologické zahradě, kde by se podíleli na celodenním programu zaměřeném na ochranu přírody.

Probíraná látka napříč všemi kurzy Akademie třetího věku umožňuje seniorům získat další témata pro konverzaci s vrstevníky, svými rodinami i lidmi v okolí, než která se k nim dostávají z jiných zdrojů. To otevírá nové možnosti, nabízí jiný pohled na danou problematiku a také atraktivňuje setkávání. Na místa, kam se vydávají senioři s lektory Akademie třetího věku, poté berou svoje známé nebo vnoučata a vyprávějí jim o nových poznatcích.

Pro další ročník Akademie třetího věku 2024/2025, jehož kurzy budou začínat v září, promýšlíme nová témata (nové kurzy), která by oslovila a přitáhla další zájemce. Částečně můžeme vycházet z projeveného zájmu dosavadních účastníků, kteří mají možnost se k tematické nabídce (nejen) Akademie třetího věku vyjádřit během hodnocení průběhu kurzů A3V a dalších TOTEMových aktivit.

## Ohlédnutí za rokem 2023

Projekt Akademie třetího věku byl v roce 2023 realizován prostřednictvím 4 oborů, v rámci kterých se v každém semestru uskutečnilo 9 témat (kurzů).

Obory a témata A3V v roce 2023:

Studijní obory	Ročník 2022/2023 (letní semestr)	Ročník 2023/2024 (zimní semestr)
NAUKA O ČLOVĚKU	Zdraví v myšlení (ještě hlouběji)	x
ČLOVĚK VE SPOLEČNOSTI	x	Malířství 20. století
HISTORIE A MÍSTOPIS	x	Labyrintem českých dějin
	Poznávání světa očima českého námořníka	Láska, válka a život na vlnách moří a oceánů
	Příběhy plzeňských míst	Příběhy plzeňských míst
	Toulky se Lvem letem světem	Toulky se Lvem domovem (nová a další místa)
	Toulky se Lvem domovem	x
VĚDA A TECHNIKA	Výpravy za poznáním	Výpravy za poznáním
	Základy astronomie	Základy astronomie
	Základy ekologie	Ekologie a ochrana životního prostředí
	Zoo jinak	Zoo jinak

V roce 2023 proběhlo 73 setkání Akademie třetího věku, doba trvání jedné aktivity se pohybuje v rozmezí 1,5–2,5 hodin.

V první polovině roku navštěvovalo A3V 109 unikátních klientů, aktivně bylo využíváno 148 míst (LS), v druhé polovině roku se kurzů A3V účastnilo 113 unikátních klientů, kteří aktivně využívali 159 míst (ZS).

V Akademii třetího věku bylo v roce 2023 přihlášeno 137 unikátních klientů, z toho je **53% unikátních klientů z městského obvodu Plzeň 1.**

V letním semestru 2022/2023 jsme pokračovali s tématy z předchozího zimního semestru. Některé „přednáškové“ kurzy (Základy astronomie, Základy ekologie) jsme obohatili o bonusová setkání, která se odehrávala v terénu a v návaznosti na probíraná témata kurzu. To umožnilo nejen rozšíření znalostí, ale také propojení některých teoretických poznatků s těmi praktickými nebo jejich uplatnění na konkrétních příkladech. Nabídli jsme exkurzi do rokycanské hvězdárny a také terénní vycházku v okolí Spáleného Poříčí. Při obou akcích se klientům věnovali lektori výše uvedených akademických kurzů a účast byla částečně umožněna i zájemcům, kteří do kurzu nebyli zapojeni, ale dané téma je oslovilo.

Alespoň některé účastníky kurzu Základy ekologie a Zoo jinak se povedlo zapojit do akce May Day v plzeňské Botanické a zoologické zahradě, kde se podíleli na celodenním programu zaměřeném na podporu ochrany přírody. V návaznosti na program uvedených kurzů se tak mohli podílet na prospěšné činnosti s podobným tematickým zaměřením.

Od září 2023 byl rovněž prostor pro zařazení nových témat do nabídky Akademie třetího věku. V zimním semestru 2023 jsme otevřeli dosud nezařazené kurzy zaměřené na výtvarné umění, konkrétně malířství 20. století, a na české dějiny v období středověku a raného novověku – vytvořili jsme tedy prostor pro možné zapojení dalších zájemců do vyhledávaných (poptávaných) témat –



kurzů. Naopak jsme museli změnit plány a i přes zájem účastníků jsme se rozloučili s kurzem Zdraví v myšlení, jehož lektorka kvůli své vytiženosti nemohla dál pokračovat ve spolupráci.

Ukázalo se, že zájem jednotlivců o hybridní výuku v kurzech Akademie třetího věku, tedy o možnost připojit se k probíhající prezenční výuce online a účastnit se jí alespoň na dálku, ovšem v reálném čase a v přímém přenosu, nebyl trvalejšího charakteru a větší přínos nadále spatřujeme především v přímé účasti v kurzu a osobním setkávání se vzájemnou interakcí s ostatními účastníky.

