

Správa za rok 2025 – Dom srdca, sanatórium, n.o.,

Obsah :

1. Úvod
 - ciele n.o.
 - realizačný tím
2. Činnosť neziskovej organizácie v roku 2025
3. Ročná účtovná zvierka
4. Záver

1.Úvod

Dom srdca, sanatórium n.o. vznikla na základe rozhodnutia Obvodného úradu Žilina, odbor všeobecnej vnútornej správy, Janka Kráľa 4, 010 40 Žilina zo dňa 27.03.2013 pod č. OVVS/NO-3/13.

Zakladateľmi sú : Doc. MUDr. Štefan Farský, CSc.
Mgr. Lenka Vanková

Správna rada : Doc. MUDr. Štefan Farský, CSc.
MUDr. Darina Krausová
Miroslav Vanko

Riaditeľ : Mgr. Lenka Vanková

Revízor : Ing. Jana Strišková

Ciele : poskytovanie všeobecne prospešných služieb, a to :

- prevádzkovanie sanatória, kde bude poskytovaná efektívna prevencia srdcovo-cievnych ochorení a obezity, ich liečba zmenou životného štýlu
- dávkované telesné liečenie vytrvalostného a silového charakteru v prírodnom teréne a kardiofitness
- poskytovanie preventívne pôsobiacej stravy, príprava jedál, nápojov
- relaxačné aktivity v plaveckom bazéne, v saune, jakuzzi a pod.,

- kardiologické vyšetrenie a monitorovanie týchto aktivít s cieľom dosiahnuť bezpečné fyzické zaťaženie
- poskytovanie kardiologickej starostlivosti v prípade komplikácií a kontrola poskytovanej stravy kardiológom
- riadenie a vypracovanie tréningov pre aktívnych športovcov
- organizovanie detských táborov a príležitostných preventívnych aktivít pre deti a rodičov
- zapožičiavanie športových materiálov, potrieb / testerov srdcovej frekvencie a pod./
- zabezpečenie dopravy pre účastníkov zúčastňujúcich sa aktivít sanatória
- edukačná a edičná činnosť, osvetové prednášky, poskytovanie edukačných materiálov
- klubová činnosť

2. Činnosť neziskovej organizácie v roku 2025

V roku 2025 sa naša nezisková organizácia zamerala hlavne na :

- komplexné riešenia kontroly nadváhy
- plnohodnotné tréningy prispôbené individuálnym potrebám každého jednotlivca cvičiaceho v našej n.o.
- individuálne porady o výžive
-
- V oblasti cvičenia sa činnosť zamerala hlavne na :
 - Kardio záťaž
 - Silovú záťaž
 - Uvoľňovacie cvičenia
 - Zrýchlenie metabolizmu

Pravidelné tréningy v roku 2025 boli v našej n.o. realizované podľa potrieb klientov. Realizujú sa 2x alebo 3 x do týždňa a to v dopoludňajších aj popoludňajších hodinách. Pravidelné tréningy v roku 2025 boli zamerané na prevenciu zdravotných problémov, na zníženie nervového stresu a napätia, na zvýšenie a funkčnú prístupnosť organizmu, na normalizáciu krvného tlaku, na posilnenie zdravia, na obnovenie úrovne metabolizmu v organizme, na zväčšenie svalovej hmoty a na posilnenie činnosti srdca.

Športové aktivity našej n.o. v roku 2025 aktivovali a motivovali k pravidelnosti športovania. Práve pravidelná a správne vykonávaná športová aktivita spojená s racionálnou výživou a zmenou životného štýlu ovplyvňuje hmotnosť organizmu, , metabolizmus, transportný a pohybový systém, psychický stav, fyzickú zdatnosť a výkonnosť. Má preventívny charakter na rizikové faktory a choroby ako sú vysoký krvný tlak, hustota minerálov v kostiach /osteoporóza/, srdcovocievne ochorenia, imunitný systém, cukrovka. Pohybová aktivita je v hodnotovom systéme človeka jedným z primárnych cieľov našej n.o.

Práve vytváranie trvalého vzťahu našich klientov k cvičeniu, športovej činnosti ako dôležitej súčasti racionálneho spôsobu života a starostlivosti o vlastné zdravie -sa realizuje u nás v Dome srdca, n.o. Snažíme sa teoreticky aj prakticky, aby fyzická aktivita bola spojená s príjemným citovým prežívaním.

Hlavným záujmom je vzbudzovať a podporovať trvalý vzťah jedinca k aktivitám, cvičeniu, k pravidelnosti cvičenia a tiež v snahe zaujať cvičiaceho natoľko, že táto jeho činnosť bude pre neho dôležitým stimulom a aj motívom každodennej činnosti. Je všeobecne známe, že

v činnostiach, ktoré sú vykonávané so záujmom, a radosťou, s potešením, sa dosahujú všeobecne lepšie výsledky, ako v činnostiach vykonávaných bez osobitného záujmu.

Počas činnosti našej n.o. sa u nás vytvorili dlhoročné priateľstvá, kamarátstva. Cvičienky si medzi sebou radia, ako správne dodržiavať zásady zdravého životného štýlu. Vzájomne si radia – vymieňajú overené diétne recepty.

V roku 2025 sme zrealizovali viaceré posedenia, snažili sme sa aspoň jedenkrát mesačne, Kde sme diskutovali o zdravom živote, o radosť a spokojnosť zo života a o radosť z pohybu. Zameriavame sa na pozitívne zážitky z pohybu, snažíme sa vyhnúť situáciám, ktoré znižujú sebavedomie, siahajú na ľudskú dôstojnosť, a snažíme sa vedome vyhýbať pocitom neúspechu z cvičenia, z dosiahnutia cieľa – napr. veľké zníženie hmotnosti a tiež aj na neprimerané zvýšenie výkonnosti cvičenia.

K vytúženému úspechu vedú viaceré cesty. Každý cvičenec u nás má svoj cieľ, svoje predstavy, svoje túžby. A na nás, našej činnosti je, aby si tieto svoje predstavy a túžby splnil u nás, v našom kolektíve, pod našim vedením. Aby sme svojou činnosťou prispeli k zlepšeniu zdravia, pocitu radosť, spokojnosti.

V roku 2025 sme pokračovali v poskytovaní starostlivosti klientom zdravotnej poisťovne Dôvera. Poistenci tejto zdravotnej poisťovne na základe vstupnej lekárskej prehliadky u p. doc. MUDr. Štefana Farského – vykonávali kardiologické cvičenia, Po ukončení cvičení boli zase na výstupnej prehliade u p. doc. MUDr. Farského a zaznamenali sme veľmi dobré výsledky, zlepšenia zdravotného stavu.

3. Ročná účtovná zvierka

V roku 2025 n. o. dosiahla príjmy :

- Nezdaňované55 712,67 eur
- Zdaňované22 632,00 eur.

Štruktúra nezdaňovaných príjmov za rok 2025 je nasledovná :

- Z darov a príspevkov0,00 eur
- Z podielu zaplatenej dane75,98 eur
- Z dotácií MPSVAR.....3 056,69 eur
- Z poskytovania služieb55580,00 eur
-

- Štruktúra zdaňovaných príjmov za rok 2025 je nasledovná :

- Príjmy z prenájmu nehnuteľnosti.....22 632,00 eur

Štruktúra výdavkov na dosiahnutie príjmov :

- Výdavky nezdaňované :2 000,00 eur
- Výdavky zdaňované22 340,75 eur

Štruktúra nezdaňovaných výdavkov je nasledovná :

- Prevádzková réžia.....2 000,00 eur
-

Štruktúra zdaňovaných výdavkov je nasledovná :

- Mzdy a poisťné5 567,60 eur
- Prevádzková réžia.....4 129,00 eur eur
- Služby-energie.....12 644,15 eur
- V roku 2025 nezisková organizácia zabezpečila opravu a rekonštrukciu starších strojov a prístrojov a stará sa tiež o budovu- nehnuteľnosť, vrátanie okolia.
- Účtovnú uzávierku za rok 2025 nebolo potrebné overovať audítorom vzhľadom na objem finančných prostriedkov.

4. Záver

Výročná správa n.o. bola preskúmaná a skontrolovaná Správnou radou n.o., ktorej členovia sú Doc. MUDr. Štefan Farský, CSc., Mgr. Lenka Vanková . Výročná správa bola Správnou radou v plnom rozsahu aj schválená.

V Martine, 05.03.2026