



Výročná správa 2025

JEDEN RODIČ, n.o.

www.jedenrodic.sk | info@jedenrodic.sk



Raná starostlivosť · Advokácia · Vzdelávanie · Humanitárna pomoc · Poradenstvo

01 — ÚVODNÉ SLOVO RIADITEĽKY

Vážení partneri, milí darcovia, kolegyne a kolegovia,

rok 2025 sa do histórie neziskovej organizácie JEDEN RODIČ zapíše veľkými, prelomovými písmenami. Keď sme v roku 2019 začínali, mali sme jasnú víziu: stať sa silným, odborným a hrdým hlasom pre viac ako 360-tisíc osamelých rodičov a ich detí na Slovensku. Kráčali sme cestou nekompromisnej transparentnosti a adresnej pomoci.

Práve táto vytrvalosť vyvrcholila v roku 2025 obrovským úspechom nášho strategického projektu Silný hlas osamelých rodičov. Vďaka nemu sme zmapovali reálne potreby rodín v regiónoch a predložili poslancom a ministerstvám tvrdé dáta. Tento projekt sa stal motorom skutočných celospoločenských zmien: priniesol zásadný posun v legislatíve – vrátane komentovania a presadzovania definície pojmu „jednorodič“ v Zákone o rodine – a bol priamym spúšťačom historického prelomu na národnej úrovni. Týmto prelomom je štátne uznanie našej práce a schválenie veľkého Národného projektu „Podpora osamelých rodičov – poradenstvo inak“. Prekročili sme prah organizácie, ktorá „len“ pomáha v kríze. Stali sme sa reálnym, rešpektovaným partnerom štátu a samospráv pri tvorbe systémových politík.

Tento obrovský systémový skok a rozšírenie pomoci do regiónov so sebou priniesli aj obrovskú vnútornú transformáciu našej organizácie. V priebehu jediného roka sme narástli z pôvodných 12 zamestnancov na súčasný tím 26 zamestnancov. Takýto rapídny rast bol pre nás obrovskou výzvou. Vyžiadala si kompletne prebudovanie a prehodnotenie našich interných procesov. Museli sme organizáciu výrazne sprofesionalizovať, nastaviť nové štandardy riadenia, efektívnu internú komunikáciu a moderné nástroje (vrátane vlastného CRM systému, a softvéru na riadenie projektov), aby sme dokázali udržať kvalitu a adresnosť našich služieb pri takom veľkom objeme práce.

Systémové zmeny však nikdy nesmú stratiť ľudskú tvár a kontakt s realitou. S novou silou sme v teréne a v Ročnom programe sprevádzali 208 rodín a zmenili život 415 deťom. Poskytli sme tisíce hodín odborného poradenstva, finančného sprevádzania či ranej starostlivosti pre deti ohrozené generačnou chudobou. Výrazne sme zmodernizovali našu logistickú sieť – s novou flotilou piatich úžitkových vozidiel dnes dokážeme efektívne distribuovať stovky kilogramov zachránených potravín a materiálnej núdze aj do tých najvzdialenejších vidieckych oblastí Slovenska.

Na tomto mieste chcem vysloviť jedno obrovské a hlboké ĎAKUJEM všetkým mojim kolegyniam a kolegom – zamestnancom organizácie JEDEN RODIČ. Zvládnuť takýto obrovský nápor, učiť sa za pochodu novým procesom a popritom každý deň s rovnakou empatiou a plným nasadením stáť pri našich klientoch v ich najťažších životných chvíľach, si vyžaduje mimoriadnych ľudí. Srdcom našej organizácie sú rovnako aj naši dobrovoľníci, ktorých profesionalitu v riadení v tomto roku potvrdila oficiálna štátna akreditácia.

A našou pevnou oporou ste vy – naši darcovia, partneri z firemného aj verejného sektora. Každé jedno euro, ktoré do nás vkladáte, premieňame na odborné služby s priamym dopadom.

Slová jednej z našich mám v programe hovoria za všetko: „Sprevádzanie s vami mi dalo priestor a čas zastaviť sa a myslieť. Nie prežívať – ale skutočne riešiť.“ Ďakujem vám, že pomáhate osamelým rodičom prestať iba prežívať a učíte ich znova bezpečne žiť. Verím, že pri čítaní tejto výročnej správy ucítite hrdosť na to, čo sme spoločne v roku 2025 dokázali.

S úctou,

Ing. Eva Marková

riadiťka JEDEN RODIČ, n.o.

02 — NAŠA IDENTITA, MISIA A HODNOTY

Sme hrdým a silným hlasom viac ako 360 000 jednorodičov a ich detí na Slovensku. Od nášho vzniku v roku 2019 kráčame nekompromisnou cestou transparentnosti, odbornosti a adresnej pomoci.

Päť pilierov našej práce v roku 2025

Dôstojnosť

Každá neúplná rodina má právo žiť plnohodnotný život bez stigmatizácie, chudoby a sociálneho vylúčenia.

Dostupnosť

Naše kapacity a služby systematicky rozširujeme tak, aby boli blízko k ľuďom – v každom z 8 krajov Slovenska.

Solidarita

Fungujeme ako bezpečný most. Spájame samotných jednorodičov, darcov, firmy a inštitúcie s tými, ktorí pomoc vo svojej kríze najviac potrebujú.

Bezpečie pre deti

Vytvárame stabilné a podnetné prostredie, v ktorom môžu deti jednorodičov zdravo rásť, vzdelávať sa a rozvíjať potenciál.

Systémové zmeny

Aktívne komunikujeme so štátom a samosprávami a meníme legislatívu pre udržateľnú budúcnosť jednorodičovských rodín.



03 — SILA KOMUNITY: ROK 2025 V ČÍSLACH

208

rodín v Ročnom programe

415

detí sme zmenili život

2 790

hodín odborného
poradenstva

999

hodín od dobrovoľníkov

15 000

kg potravinovej pomoci

4 429

kg humanitárnej pomoci

123

detí pripravených na
škôlku

76

workshopov a stretnutí

04 — STRATEGICKÉ PROJEKTY 2025

Silný hlas osamelých rodičov**Advokácia a legislatíva | Projekt ukončený 07/2025 po 22 mesiacoch | Donor: The German Marshall Fund**

Projekt systematicky mapoval potreby jednorodičov a zapájal ich do dialógu s odborníkmi, samosprávami a zástupcami štátu. Realizované boli regionálne stretnutia, okrúhle stoly a advokačné aktivity vrátane zahraničnej výmeny skúseností. Výstupom projektu sú strategické dokumenty a odporúčania smerované k verejným inštitúciám iniciovanie vzniku Národného projektu Podpora Osamelých rodičov - poradenstvo inak

Výsledky projektu:**Priamo zapojených viac ako 1 300 osôb** – odborníci, verejné inštitúcie aj samotní rodičia**7 regionálnych stretnutí v krajských mestách, 2 okrúhle stoly, desiatky individuálnych advokačných rokovaní****Reprezentatívny prieskum s vyše 1 000 respondentmi** ako základ pre návrhy systémových riešení**Vznik Deklarácie práv osamelých rodičov a strategických odporúčaní** – tzv. „Semafor riešení“ – prezentovaných na národnej úrovni

Mediálny zásah: státisíce oslovených

„Prvý raz sme sa cítili, že nás niekto skutočne počúva. A nielen počúva – koná.“

Asistenti pre deti z jednorodičovských rodín**Raná starostlivosť | 2-ročný projekt, ukončený 11/2025 | Donor: Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a mládeže SR – Plán obnovy**

Dvojročný projekt reagoval na nízku pripravenosť detí z jednorodičovských rodín na vstup do predprimárneho vzdelávania a na bariéry v prístupe k podporným službám. Prostredníctvom terénnych peer asistentiek – ľudí s vlastnou skúsenosťou jednorodiča – prinášal systematickú rannú starostlivosť a intervenciu priamo do rodín s deťmi vo veku 0–6 rokov žijúcich v prostredí generačnej chudoby.

Asistentky dochádzali do domácností na týždennej báze a kombinovali individuálnu prácu s deťmi, mentoring rodičov, skupinové aktivity a vlastné odborné vzdelávanie. Projekt tak súčasne rozvíjal deti, posilňoval rodičovské kompetencie a budoval kapacity samotných asistentiek. Jeho ambíciou

bolo zvýšiť šance detí na úspešné zapojenie do vzdelávacieho systému, prelomiť cyklus generačnej chudoby a posilniť sebestačnosť rodín.

Projekt sa stal základom pre nadväzujúcu fázu Malé kroky – veľké zmeny (od 09/2025, partner Generali a skupina THSN), ktorá pokračuje v rovnakom modeli v okresoch Levice, Liptovský Mikuláš a Vranov nad Topľou.

Finančný sprievodca jednorodiča v teréne

Finančná gramotnosť | 07–12/2025 | Donor: Nadácia NBS

Projekt preniesol odborné ekonomické poradenstvo priamo do domácností. Peer asistentky ranej starostlivosti boli vyškolené v používaní príručky Finančný sprievodca jednorodiča a následne individuálne sprevádzali 21 osamelých rodičov – spolu si prešli rodinný rozpočet a ďalšie aspekty hospodárenia. Cieľom bolo stabilizovať finančnú situáciu rodín, posilniť ich sebestačnosť a zlepšiť životné podmienky rodičov aj detí.

„Keď mi to vysvetlil niekto, kto si tým sám prešiel, až vtedy mi to celé dávalo zmysel.“

Komunitná iniciatíva: Nie si sám

V Trnavskom kraji sme v roku 2025 rozbehli komunitnú iniciatívu Nie si sám, ktorá prepája 37 jednorodičovské rodiny z Trnavy do vzájomne podporujúcej siete. Rodičia sa stretávali raz mesačne – neformálne, ľudsky, bez posudzovania. Vďaka spolupráci so samosprávou Trnavského kraja sa tieto stretnutia stali pravidelnou súčasťou miestneho komunitného života. Iniciatíva ukazuje, že systémová zmena začína práve takto – rodičom pri rodičovi. Vyústením bola rozšírená spolupráca s mestom Trnava a vypočutie jednorodičov žijúcich v meste.

Potravinová a humanitárna pomoc pre jednorodičovské rodiny

Celoslovenská logistická sieť | Donor: Pôdohospodárska platobná agentúra (PPA)

Každý deň čelia tisíce jednorodičovských rodín na Slovensku finančným a sociálnym výzvam. Potravinová pomoc je pre mnohé z nich rozdielom medzi núdzou a dôstojným životom. Prostredníctvom Ročného programu pomoci zachraňujeme prebytkové potraviny a redistribuujeme ich osamelým rodičom a ich deťom po celom Slovensku.

V roku 2025 sme rozšírili flotilu úžitkových vozidiel, ktoré slúžia na rýchlu a efektívnu distribúciu potravinovej a humanitárnej pomoci do jednotlivých regiónov. Nákup piatich áut bol financovaný z výzvy Pôdohospodárskej platobnej agentúry v rámci Programu rozvoja vidieka SR 2014–2022. Tieto vozidlá sú kľúčové najmä pre dostupnosť pomoci vo vidieckych oblastiach, kde sú možnosti podpory najobmedzenejšie. Rozšírenie flotily sme zároveň podporili aj verejnou zbierkou na platforme Donio.

Vďaka modernizovaným skladovacím kapacitám a novým vozidlám dokážeme každý týždeň distribuovať stovky kilogramov potravinovej pomoci priamo k rodinám. Spolupracujeme s dobrovoľníkmi, obcami a organizáciami, aby sa pomoc dostala tam, kde je najviac potrebná.

- Sme člen Platformy potravinovej pomoci na Slovensku – aktívne spolupracujeme v rámci národnej siete zdieľania potravinovej pomoci.
- Zapojenie do Národného projektu REPIDOM – aktívna účasť na systémovom riešení potravinovej neistoty ohrozených rodín.

„Potraviny na stole mi dali čas zastaviť sa a myslieť. Nie prežívať – ale skutočne riešiť.“

Malé kroky veľké zmeny

Raná starostlivosť | Projekt 2-ročný, od 09/2025 | Donor: Generali a skupina THSN

Projekt prináša systematickú rannú starostlivosť priamo do rodín v okresoch Levice, Liptovský Mikuláš a Vranov nad Topľou. Naše vyškolené peer asistentky – ľudia s vlastnou životnou skúsenosťou jednorodiča – dochádzajú týždenne do rodín a pracujú s deťmi do 6 rokov s cieľom pripraviť ich na plynulý nástup do materskej a základnej školy. Zároveň posilňujú rodičovské zručnosti samotného rodiča. V prvých mesiacoch projektu sme začali pracovať s 30 deťmi. V ďalšom roku projekt rozširuje záber o tematické komunitné aktivity pre jednorodičovské rodiny.

„Dieťa by nemalo niesť celoživotné dôsledky toho, že jeho rodič zostal na všetko úplne sám.“

Šance pre JEDNORODIČOV: Základné a digitálne zručnosti

Vzdelávanie a integrácia | Projekt 16-mesačný, od 09/2025 | realizácia v krajoch: BB, PO, KE, trvá

Projekt sa zameriava na mladých jednorodičov s nízkym vzdelaním a pomáha im zvýšiť šance na uplatnenie na trhu práce. Rozvíja kľúčové zručnosti – čitateľskú, matematickú, komunikačnú a digitálnu gramotnosť – prostredníctvom intenzívneho 21-dňového prezenčného kurzu, ktorý je doplnený pravidelným poradenstvom: sociálnym, kariérnym, psychologickým aj životným koučingom. V prvých mesiacoch sa skompletizoval projektový tím a vytvorila finálna verzia vzdelávacieho programu vrátane pracovných listov pre účastníkov.

DigiRodič s dánskou inšpiráciou

Digitálna platforma | Projekt 1-ročný, od 11/2025 | Donor: ČSOB Nadácia | realizácia v krajoch: BB, trvá

Projekt prináša na Slovensko digitálnu platformu SES Family, overenú zahraničnú inováciu, ktorá pomáha jednorodičom zvládať rozvodové a krízové situácie a zlepšovať komunikáciu v rodine. Cieľom je lokalizovať a prispôbiť platformu slovenskému prostrediu a integrovať ju do poradenskej praxe organizácie JEDEN RODIČ.

Národný projekt Podpora osamelých rodičov - poradenstvo inak

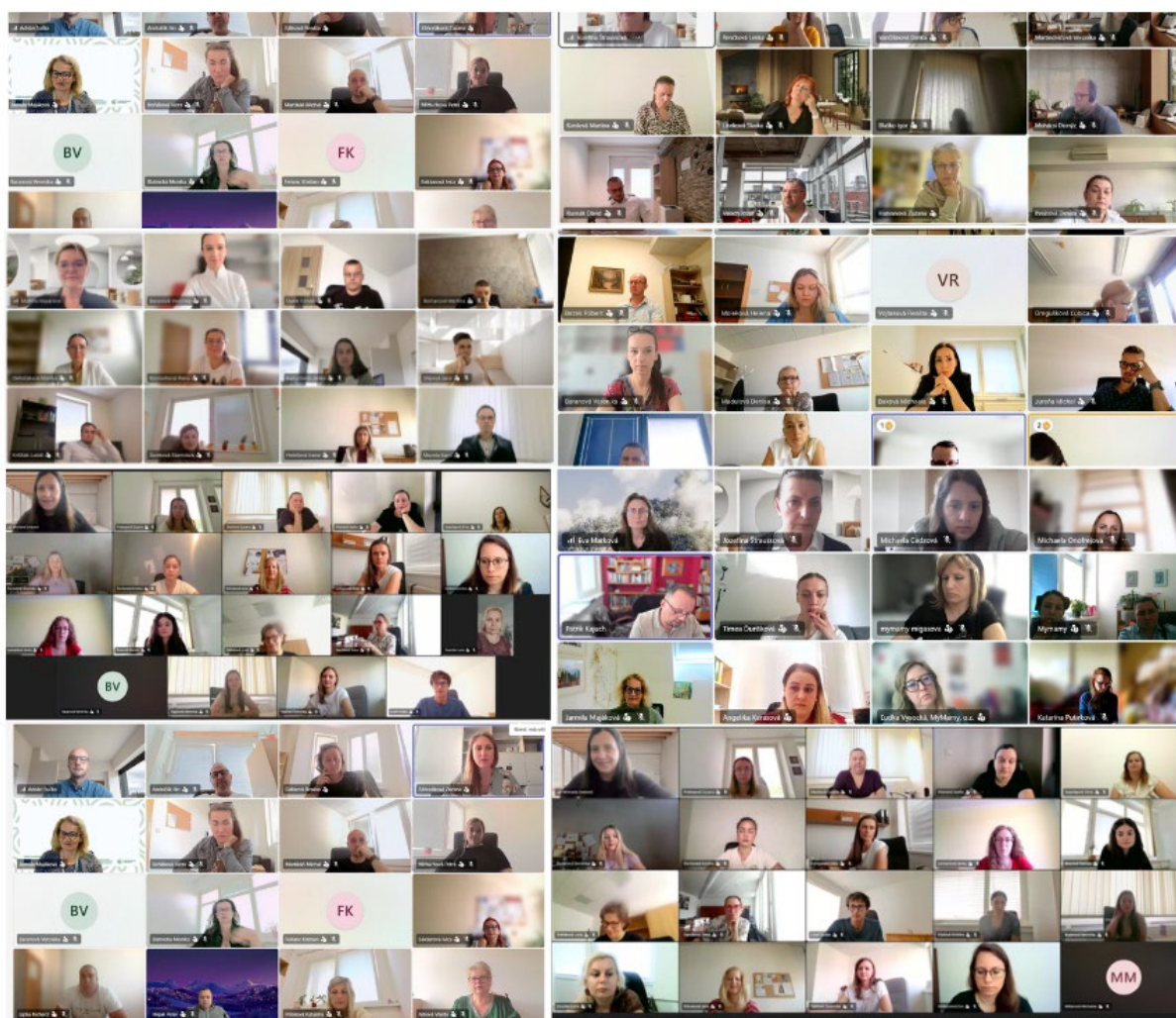
Systémová zmena na národnej úrovni – historický prelom

Rok 2025 priniesol najväčší systémový úspech v histórii organizácie JEDEN RODIČ. Po rokoch advokácie, zbierania dát a budovania dôvery sme dosiahli to, o čo sme sa usilovali od vzniku organizácie – štátne uznanie a systémovú podporu pre jednorodičovské rodiny prostredníctvom národného projektu.

Chronológia prelomového roka:

- Január 2025 – rokovanie s ministrom: JEDEN RODIČ predložil komplexnú analýzu situácie jednorodičovských rodín ministrovi príslušného rezortu. Výsledok: minister otvorene podporil myšlienku cielenej štátnej pomoci pre osamelých rodičov.
- Jarné mesiace – príprava výzvy: Na žiadosť ministerstva sme aktívne pomáhali formulovať výzvu na národný projekt. Výzva musela prejsť obhajobou pred Európskou komisiou – celkovo tri rokovacie kolá.
- Leto 2025 – príprava projektovej žiadosti: Paralelne sme pripravovali samotnú projektovú žiadosť, ktorá presne definuje, ako bude pomoc fungovať v praxi.
- 8. október 2025 – historický deň: Riaditeľka Ing. Eva Marková obhájila projekt pred hodnotiacou komisiou. Výsledok: projekt bol jednohlasne schválený.
- Od novembra 2025 – implementácia: Podpis zmluvy, nastavenie metodiky, štandardov, CRM a pracovných úloh. Plná realizácia projektu prebieha do 30. 9. 2027.

Tento národný projekt je priamym dôkazom, že systematická advokácia, odbornosť a vytrvalosť prinášajú skutočnú zmenu. JEDEN RODIČ dnes nie je len organizáciou pomoci – sme partnerom štátu pri tvorbe politík pre jednorodičovské rodiny.



05 — DOBROVOLNÍCTVO: SRDCE ORGANIZÁCIE

Dobrovoľníci a dobrovoľníčky sú nenahraditeľným motorom našich aktivít v regiónoch. Ich nezištný čas, energia a ľudské teplo umožňujú realizovať komunitné stretnutia, koordinovať lokálne výdajné miesta pomoci a vykladať tovar v skladoch.

Významným míľnikom roku 2025 bolo úspešné získanie oficiálnej akreditácie na dobrovoľnícku činnosť. Toto ocenenie potvrdzuje najvyšší štandard, kvalitu, bezpečnosť a profesionalitu riadenia ľudí v našej organizácii.

999

hodín dobrovoľníckej práce
v roku 2025

Akreditovaná organizácia

Roku 2025 sme získali oficiálnu akreditáciu na dobrovoľnícku činnosť – certifikát potvrdzujúci najvyšší štandard riadenia dobrovoľníkov.



06 — MÉDIÁ A OSVETA 2025

Systematické otváranie témy jednorodičovstva v médiách pomáha búrať mýty a predsudky v spoločnosti. V roku 2025 problematika chudoby a sociálnej inklúzie osamelých rodičov intenzívne rezonovala vo verejnom priestore.

Televízia a online správy

5. apríl 2025 | STVR, Správy Takmer štvrtina detí vyrastá v jednorodičovskej domácnosti – téma jednorodičovstva v kontexte správy detského ombudsmana.
6. september 2025 | SITA, tlačová správa Generali a JEDEN RODIČ spúšťajú projekt Malé kroky – veľké zmeny na podporu jednorodičovských rodín.
7. október 2025 | STVR, Správy Rezort práce pripravuje pomoc pre jednorodičov – minister práce Erik Tomáš predstavil národný projekt, organizácia JEDEN RODIČ ako partner projektu.
8. december 2025 | STVR, Správy Počet jednorodičov, ktorí pred sviatkami žiadajú o pomoc, každoročne rastie.

Legislatíva a advokácia v médiách

Marec 2025 | STVR, Správy Zákon o rodine – zavedenie definície pojmu „jednorodič“. Riaditeľka Eva Marková komentuje legislatívny návrh.

Október – december 2025 | STVR a ďalšie médiá Schválenie a spustenie národného projektu Podpora osamelých rodičov – JEDEN RODIČ ako kľúčový partner Ministerstva práce SR.

Regionálna tlač a podujatia

Apríl 2025 | Sninské noviny Reportáž o činnosti organizácie JEDEN RODIČ v regióne.

Jún 2025 | Festival žien, vína a dobrej nálady, Pezinok Eva Marková – verejná diskusia o jednorodičovstve a výzvach neúplných rodín.

TV a Rádio	Kampane	Online komunita
STVR, TV JOJ, Rádio Lumen a ďalšie mienkotvorné médiá.	Cieľené digitálne kampane poukazujúce na výzvy jednorodičovských rodín.	[Doplniť] zobrazení – najväčšia SK online sieť pre jednorodičov.

Kľúčové míľniky projektu v roku 2025:

- Konferencia v Národnej rade SR – JEDEN RODIČ organizoval odborné stretnutie priamo v parlamente, kde sme predložili tvrdé aj mäkké dáta o situácii jednorodičovských rodín poslancom a zástupcom rezortov.
- Prieskum potrieb rodičov – zrealizovali sme rozsiahly dotazníkový prieskum priamo medzi jednorodičmi naprieč regiónmi. Výsledky sa stali podkladom pre rokovania so štátnou správou.
- Memorandum s krajskými mestami – podpísanie memoránd o spolupráci v krajských mestách Slovenska, čím sme zakotvili systematickú podporu jednorodičovských rodín na úrovni samospráv.
- Regionálne diskusné stretnutia – pokračovali sme v sérii stretnutí v krajských mestách, kde sa jednorodičia stretávajú so zástupcami štátnej správy a samosprávy.

08 — PREHĽAD AKTIVÍT, PROJEKTOV A PARTNERSTIEV V ROKU 2025

Január

- **Prieskum s MTT (Mestská televízia Trnava):** Spustili sme online prieskum zameraný na mapovanie potrieb neúplných rodín. Výsledky tohto mapovania sa stali základom pre strategické nastavenie nových podporných programov pre osamelých jednorodičov.
- **Ekonomika 24:** V médiách sme rezonovali aj v povianočnom období, kedy sme v relácii Ekonomika 24 otvárali dôležitú tému zvládania rodinných financií po sviatkoch a dopadov inflácie na jednorodičov.
- **Projekt „Asistenti“:** Odštartovali sme špecializovaný projekt zameraný na podporu detí našich klientov z prostredia generačnej chudoby. Terénni asistenti pomáhajú deťom prekonávať znevýhodnenia a úspešne sa začleňovať do spoločnosti.
- **Finančný sprievodca:** V spolupráci s **Nadáciou Národnej banky Slovenska (NBS)** sme pripravili praktické pracovné listy a metodické návody. Tento materiál slúži ako praktická pomôcka, ako úspešne zvládnuť a stabilizovať rodinný rozpočet.

Február

- **Kampaň „Silný hlas osamelých rodičov“:** Pri príležitosti *Svetového dňa sociálnej spravodlivosti* sme realizovali dotazníkový prieskum zameraný na boj proti znevýhodňovaniu jednorodičovských rodín. Výsledky priniesli alarmujúce dáta: **až 91,7 %** opýtaných uviedlo, že sociálna pomoc zo strany štátu a samospráv nie je dostatočne dostupná (len 8,3 % odpovedalo kladne).
- **Rozširovanie tímu adresnej pomoci:** S cieľom priniesť pomoc priamo do regiónov sme rozšírili naše pôsobenie a posilnili tímy v mestách **Žarnovica, Žiar nad Hronom, Malacky a Liptovský Mikuláš**.
- **Valentínske sieťovanie s klubom Beelong:** V Bratislave sme v spolupráci s platformou Beelong zorganizovali príjemné valentínske stretnutie a pozvanie na kávu, ktorého cieľom bolo prepájanie, vzájomná podpora a budovanie komunity žien a matiek.
- **Projekt „Asistentky“ v praxi:** Dňa 24. februára sme v rámci projektu spustili intenzívne tréningy zamerané na predškolskú prípravu detí z jednorodičovských rodín, aby sme im uľahčili nástup do prvých ročníkov.

Marec

- **Medzinárodný deň jednorodičov a historický míľnik na TA3:** Pri príležitosti tohto dňa sme zorganizovali oficiálnu tlačovú konferenciu v televízii TA3 za účasti ministra práce, sociálnych vecí a rodiny Erika Tomáša.
 - Predstavili sme náš **„Semafor riešení“** – súbor konkrétnych a adresných legislatívnych opatrení na zlepšenie životnej úrovne jednorodičov.
 - Vyvrcholením bolo slávnostné **podpísanie Deklarácie práv jednorodičov** medzi n.o. Jeden rodič a Ministerstvom práce, sociálnych vecí a rodiny SR.

Apríl

- **Mesto Trnava ako líder v podpore:** Dňa 3. apríla sa Trnava stala historicky prvým slovenským mestom, ktoré oficiálne podpísalo *Deklaráciu legislatívneho ukotvenia právnej definície domácnosti osamelého jednorodiča*. V spolupráci s Katedrou sociológie Trnavskej univerzity mesto vytvorilo svoj vlastný, unikátny podporný program pre tieto rodiny.
- **Záchrané koleso na Donio:** Spustili sme úspešnú darcovskú výzvu na platforme Donio pre našu koordinátorku Ivetu. Cieľom zbierky bolo zabezpečiť financovanie pre vodičov a logistiku potravinovej pomoci jednorodičom naprieč jednotlivými krajinami Slovenska.
- **Rodinné skupiny a rozvoj:** V apríli prebehli diskusné fóra na tému vplyvu mobilných zariadení na vývin detí, spojené s organizovanými pohybovými aktivitami na čerstvom vzduchu.
- **Študentská solidarita zo SZU:** Dňa 28. apríla študenti Fakulty ošetrovateľstva a zdravotníckych odborných štúdií Slovenskej zdravotníckej univerzity v Bratislave zorganizovali a spustili dobrovoľnú zbierku školských pomôcok pre naše deti.
- **Kultúra bez bariér:** Ďakujeme **Divadlu Nová scéna**, ktoré darovalo našim rodinám vstupenky na ikonické muzikálové predstavenie *Oliver!*.

- **Osveta v Čaklove:** V spolupráci s príspevkovou organizáciou Ministerstva zdravotníctva SR **Zdravé regióny** pripravili naši asistenti v obci Čaklov odbornú diskusiu zameranú na prevenciu civilizačných chorôb v marginalizovaných komunitách.

Máj

- **Deň matiek v re-use centre KOLO:** V spolupráci s bratislavským centrom KOLO sme pre mamičky pripravili výnimočné pondelkové popoludnie. Oslávenkyne si mohli vybrať pekný darček v podobe bižutérie, zatiaľ čo o deti sa v tvorivých dielničkách starali naši dobrovoľníci. Súčasťou bolo aj poradenstvo o distribúcii potravinovej pomoci.
- **Týždeň dobrovoľníctva:** Počas tejto celoslovenskej iniciatívy sme úspešne našli dobrovoľného fotografa, ktorý nám pomáha profesionálne dokumentovať naše podujatia.
- **6. výročie založenia:** V máji sme oslávili už 6 rokov fungovania neziskovej organizácie Jeden rodič. Za tento čas sme pomohli tisíckam rodín postaviť sa opäť na vlastné nohy.
- **Odborný webinár pre SocioFórum:** Pre nezávislú platformu SocioFórum sme odprednášali online webinár na tému „*Jednorodičovské rodiny na Slovensku – dáta, súvislosti a odporúčania pre prax*“, kde sme širili naše know-how medzi ďalších odborníkov z tretieho sektora.

Jún

- **Medzinárodný deň detí v Žamutove:** V spolupráci so *Zdravými regiónmi* sme v rámci projektu Asistenti zorganizovali nezabudnuteľný MDD plný hier a prekvapení pre deti z jednorodičovských rodín v obci Žamutov.
- **Pátračka s IKEA:** Počas podujatia v obchodnom dome IKEA sme pripravili interaktívne stanovište, ktoré verejnosti názorne a citlivo priblížilo, aké náročné je utiahnuť všetky fixné výdavky domácnosti, ak na ne zostal iba jeden rodič.
- **Prezentácia výsledkov v Zichyho paláci:** Zorganizovali sme veľký živý stream na Facebooku a YouTube priamo zo Zichyho paláca v Bratislave. Za účasti zástupcov partnerských organizácií z celého Slovenska sme oficiálne odprezentovali finálne výsledky celonárodného projektu *Silný hlas osamelých rodičov*.
- **Budovanie tímu:** Začiatok leta patril rozvoju nášho interného tímu. Absolvovali sme odborné školenie a teambuilding v inšpiratívnom prostredí ekorezortu Vendelín.

Júl

- **Rokovania s Európskou komisiou:** Pod hlavičkou hesla „*Podpora osamelých rodičov – krok vpred pre Slovensko*“ sme na pôde Zastúpenia Európskej komisie na Slovensku odprezentovali strategický zámer nového národného projektu na systémovú podporu jednorodičov.
- **Dražba dresov s HC Slovan Bratislava:** Dňa 10. júla vyvrcholila špeciálna charitatívna dražba hokejových dresov. Vďaka hokejovému klubu HC Slovan Bratislava a štedrým fanúšikom sa pre našu organizáciu vyzbierala úžasná suma **6 530 EUR**.
- **Kids Day v ZOO Bratislava:** V spolupráci so spoločnosťou **DHL Express Slovakia** sme pripravili fantastický deň pre 30 detí vo veku 7 až 13 rokov. Na programe bolo komentované kŕmenie zvierat, tvorivé dielne, športové hry a chutné občerstvenie.
- **Štart projektu „Finančný sprievodca jednorodiča v teréne“:** Dňa 31. júla sa zišiel realizačný tím, aby odštartoval nový projekt podporený **Nadáciou Národnej banky Slovenska**. Projekt prebiehal intenzívne v teréne od júla až do 31. decembra s cieľom zvyšovať finančnú gramotnosť rodín.

August

- **Projekt „Nie si sám“ v Trnave:** Dňa 6. augusta sme v úzkej kooperácii s mestom Trnava zrealizovali online koordinačné stretnutie k rozvoju projektu lokálnej pomoci.
- **Piknik pre jednorodičov:** V uvoľnenej atmosfére areálu Kamenný mlyn sme pre naše rodiny zorganizovali letný piknik – ideálny čas na oddych, rozhovory a zdieľanie skúseností.
- **Záverečné vyhodnotenie:** Oficiálne sme uzavreli a zhodnotili projekt *Silný hlas osamelých rodičov*, ktorého výstupy slúžia ako podklad pre legislatívne zmeny na ministerstvách.

September

- **Komunitný štart v Trnave:** Dňa 3. septembra sme v Komunitnom centre Lifestarter odpálili jesennú sezónu komunitným stretnutím. Hlavnou témou bol manažment času – ako zvládať povinnosti, motivovať deti k učeniu a viesť ich k samostatnosti. Súčasťou bol

oblúbený swap (vzájomná výmena) detského oblečenia a hračiek, prednášky a tvorivé dielne.

- **Digitálne zručnosti so „Šancou pre jednorodičov“:** Odštartovali sme nový projekt zameraný na stieranie digitálnej priepasti. Pomáhame jednorodičom získať kľúčové digitálne zručnosti pre lepšie uplatnenie sa na trhu práce v mestách **Prešov, Košice a Rimavská Sobota**.
- **Ranné noviny STVR (Slovenská televízia a rozhlas):** V rannom vysielaní verejnoprávnej televízie sme divákovi predstavili náš nový projekt „**Malé kroky, veľké zmeny**“, ktorý poskytuje psychologickú a sociálnu podporu pri zvládaní každodenných kríz.
- **Úspech s materskými školami:** Vďaka projektu *Asistenti pre deti z jednorodičovských rodín* a v spolupráci s Ministerstvom školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR sa nám podaril obrovský úspech – **11 detí z marginalizovaných rodín úspešne nastúpilo do materských škôl**.
- **„Srdcom sme rovnakí“ so Siemens Healthineers:** Navštívili sme pobočky spoločnosti Siemens Healthineers v Bratislave, Košiciach a Žiline. Počas podujatí sme zamestnancom priblížili našu prácu, príbehy našich rodín a možnosti firemnej filantropie.
- **Módny nákup s dobrým srdcom:** Uzavreli sme partnerstvo s e-shopom s rodinnou módou **FTRVN.com**, ktorý sa zaviazal venovať **2 % z každého nákupu** na podporu aktivít n.o. Jeden rodič.

Október

- **HC Slovan opäť pomáha:** Naše rodiny opäť zažili elektrizujúcu atmosféru na hokejovom zápase HC Slovan Bratislava vďaka darovaným vstupenkám od klubu.
- **Rozbehnutie projektu „Malé kroky – veľké zmeny“:** Pod záštitou celosvetovej iniciatívy **The Human Safety Net** sa naplno rozbehol projekt zameraný na vytváranie bezpečného rodinného prostredia pre deti, zvládanie konfliktov, nastavovanie zdravých hraníc a hľadanie balansu medzi prácou a rodinou. Projekt má dlhodobý charakter (od septembra 2025 do augusta 2027) a prebieha v mestách **Liptovský Mikuláš, Levice a Vranov nad Topľou**.
- **Trnavské komunitné stretnutia „Nie si sám“:**
 - **18. októbra:** Stretnutie bolo zamerané na techniky zvládania stresu a vyhorenia so životnou koučkou, doplnené o relaxačné cvičenia pilatesu pre rodičov. Nechybal detský kútik a swap oblečenia.
 - **25. októbra:** Ďalšie úspešné pokračovanie komunitného sieťovania rodín v Trnave.

November

- **Predstavenie národného projektu:** Dňa 3. novembra bol oficiálne predstavený veľký spoločný projekt *Podpora osamelých rodičov*, na ktorom spolupracujeme s organizáciami *Bez modrín*, *MyMamy* a ministrom práce Erikom Tomášom. Ide o systémový krok vpred v štátnej rodinnej politike.
- **Komunitný život a globálny úspech:**
 - **7. novembra:** Realizovali sme ďalšie zo série oblúbených komunitných stretnutí v Trnave.
 - **The Human Safety Net Global Summit:** Naša organizácia sa zúčastnila prestížneho medzinárodného networkového summitu THSN v talianskych **Benátkach**, kde sme zdieľali osvedčenú prax so svetovými lídrami v oblasti sociálnej pomoci.

December

- **Predvianočná materiálna pomoc s Baterkárňou:** V spolupráci s trnavským kultúrno-ekologickým centrom **Baterkáreň** sme zorganizovali veľkú mikulášsku a vianočnú zbierku pre osamelých jednorodičov. Zbierka bola cielene zameraná na trvanlivé potraviny, detskú výživu, hygienické potreby a drogeriu.
- **Charitatívny vianočný swap:** Dňa 19. decembra sa v priestoroch Baterkárne v Trnave uskutočnil špeciálny predvianočný charitatívny swap. Celý finančný výťažok z tohto podujatia bol venovaný našej neziskovej organizácii Jeden rodič na podporu rodín v núdzi počas sviatkov.

09 — SKUTOČNÉ OSUDY

Príbehy sú anonymizované z dôvodu ochrany osobných údajov

Kristínin príbeh: Keď odhodlanie je silnejšie ako okolnosti

Kristína vychováva tri deti sama po úmrtí manžela. Po skončení rodičovskej dovolenky sa ocitla pred reálnou hrozbou výpadku príjmu – najväčšou obavou celej rodiny bol nedostatok financií na základné potreby a jedlo pre deti.

Napriek náročnej životnej situácii Kristína nerezignovala. Je cieľavedomá, šikovná a aktívne hľadá cestu vpred. Absolvovala kadernícky kurz s praxou a rozhodla sa vybudovať si vlastné kaderníctvo v rodinnom dome, ktorý zdedila po manželovi.

Počas poradenstva sa pravidelne a aktívne zapájala, prichádzala pripravená a prejavovala úprimný záujem o kariérne aj ekonomické otázky. Spoločne sme riešili ujasnenie profesijného smerovania, podmienky začatia živnosti, tvorbu finančnej rezervy a plánovanie prvých konkrétnych krokov k podnikaniu. Kristína získala prehľad o podmienkach a rizikách podnikania aj o tom, ako zaradiť príjmy a výdavky z podnikania do rodinného rozpočtu.

Najväčším posunom je jej rastúca istota, samostatnosť a schopnosť uvažovať o budúcnosti prakticky a realisticky. Jej cieľom je vlastné kaderníctvo – miesto, kde bude pracovať sama na seba a zároveň zabezpečiť stabilnejší príjem pre svoju rodinu. Do budúcnosti ju budeme naďalej sprevádzať v rozvoji podnikateľských krokov a v udržaní rovnováhy medzi starostlivosťou o deti a pracovnými ambíciami.

Janin príbeh: Hľadanie pokoja uprostred búrky

Jana vychováva maloletého syna sama a dlhodobo čelí náročnému porozvodovému konfliktu s bývalým manželom. Popri každodennej starostlivosti o dieťa rieši súdne konanie o úprave styku a výživného, čo ju výrazne vyčerpáva – psychicky aj fyzicky. Napätie medzi rodičmi sa prenáša aj na syna, u ktorého sa objavujú psychosomatické reakcie a zhoršená pohoda.

Jana prežíva dlhodobý stres z opakovaných súdnych sporov, z obáv o zdravý vývin syna a z pocitu, že pravidlá, na ktorých sa dohodli, nie sú rešpektované. Táto záťaž sa postupom času odrazila aj na jej zdravotnom stave – fyzická aj psychická únava sa stali jej každodennou realitou.

Napriek tomu sa Jana počas Ročného poradenského programu zapájala aktívne a s odhodlaním – najmä v právnej a psychologickú oblasti. Pravidelne komunikovala, vyhľadávala konzultácie aj mimo dohodnutých termínov a priebežne si plnila zadané úlohy. Najväčší posun nastal v jej vnútornom nastavení: začala si uvedomovať potrebu osobných hraníc, väčšieho pokoja v komunikácii s bývalým partnerom a zodpovednejšieho prístupu k vlastným emóciám. Zároveň získala prehľad o rodičovských právach a povinnostiach a o možnostiach dohody pri úprave styku rodiča s dieťaťom.

V kariérnej oblasti prejavila záujem o ďalšie vzdelávanie a o možnosť zamestnať sa po skončení rodičovskej dovolenky. Boli jej odporúčané online formy

vzdelávania a rozvoj prenositeľných zručností, ktoré jej otvoria dvere späť na trh práce.

Jana si čoraz jasnejšie uvedomuje, že kľúčom k pokojnejšej budúcnosti – pre seba aj pre syna – je zamerať sa aj na vlastnú stabilizáciu. A práve to je jej najbližší cieľ.

Karolov príbeh: Odvaha začať odznova

Karol vstúpil do Ročného programu pomoci ako osamelý otec troch detí, ktoré má v striedavej starostlivosti. Na pleciach niesol niekoľko ťažkých bremien naraz – výrazné zadlženie voči banke aj nebankovým spoločnostiam, rozpad manželstva a zradu zo strany partnerky. Toto obdobie ho zasiahlo hlboko a na čas prepadol alkoholu. To, čo nasledovalo, si vyžadovalo skutočnú odvahu: dokázal prestať a už niekoľko rokov abstínuje. Tento krok zásadne prispel k jeho stabilizácii a k tomu, že dnes funguje ako zodpovedný a starostlivý otec.

Deťom zabezpečuje bežný chod domácnosti, školu aj stravu. Má ich rád a aktívne sa o ne stará – a práve to je jeho najsilnejšia motivácia situáciu zmeniť.

Počas vstupnej analýzy sa ukázalo, že najnaliehavejšou témou je riešenie dlhov, pravdepodobne formou osobného bankrotu. Karolovi bola ponúknutá právna, ekonomická aj kariérna pomoc. Zapájal sa obmedzene, no bolo zrejmé, že vážnosť svojej situácie vníma a rozumie jej.

Karol je manuálne zručný, pracuje na brigádach a má záujem o uplatnenie v stavebníctve. Jeho potenciál je reálny – ak sa mu podarí stabilizovať finančnú situáciu, vyriešiť dlhy a posilniť pracovné uplatnenie, má pred sebou cestu k dôstojnejšiemu a samostatnejšiemu životu. Práve to zostáva jeho najbližším cieľom.



10 — PARTNERI A TRANSPARENTNÉ FINANCOVANIE

Naša celoslovenská pomoc by nebola možná bez synergie a pevnej dôvery našich donorov a partnerov z verejného, mimovládneho i súkromného sektora. Každé jedno euro investované do našej organizácie premieňame na odborné služby s priamym dopadom.

Naši donori

- Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže SR
- Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny SR
- MÚ Trnava
- German Marshall Fund
- Nadácia NBS
- ČSOB Nadácia
- Generali
- *The Human Safety Net*,
- Nadácia Pontis
- Partnerské samosprávy, mestá a obce
- *Johnsons Control, DHL Express Slovakia, Siemens Healthineers, Baterkáreň Trnava, FTRVN.com, TA3, STVR a ďalší.*



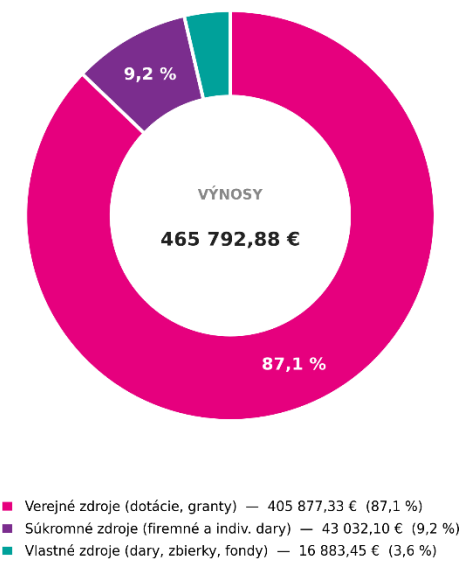
Finančné hospodárenie 2025

Výsledky hospodárenia za rok 2025 budú doplnené po schválení účtovnej závierky. Nižšie sú uvedené porovnávacie údaje z roku 2024.

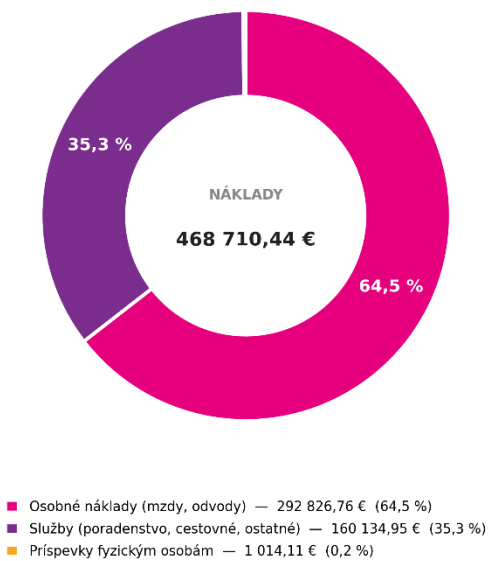
Výnosy / Náklady (EUR)	2025	2024
Výnosy celkom	465 792,88 €	278 766,96 €
— z vlastných zdrojov (dary, zbierky, fondy)	16 883,45	18 985,35 €
— zo súkromných zdrojov (firemné a individuálne dary)	43 032,10 €	88 783,50 €
— z verejných zdrojov (dotácie, granty)	40 5877,33 €	170 998,11 €
Náklady celkom	468 710,44 €	307 965,39 €
— Osobné náklady (mzdy, odvody)	292 826,76 €	174 675,15 €
— Služby (poradenstvo, cestovné, ostatné)	160 134,95 €	117 309,92 €
— Poskytnuté príspevky fyzickým osobám	1 014,11 €	7 619,80 €
Výsledok hospodárenia	11 817,06 €	– 29 198,43 €

Hospodárenie 2025

Štruktúra výnosov



Štruktúra nákladov



11 — P O Ď A K O V A N I E

Každá stránka tejto výročnej správy je dôkazom toho, že kde je profesionalita, vytrvalosť a úprimný záujem o človeka, tam prichádza skutočná zmena. Rok 2025 nám ukázal, akú obrovskú silu má spájanie síl. Dokázali sme spojiť svet legislatívy, hlasy ľudí z terénu, podporu firiem a pomoc štátu do jedného funkčného celku.

Na záver chcem vyjadriť svoju hlbokú vďačnosť:

Naším donorom a partnerom za to, že v nás vidia dôveryhodného partnera, veria našej odbornosti a investujú do systémových riešení, ktoré menia tvár Slovenska.

Médiám a samosprávam za to, že nám pomáhajú búrať mýty, otvárať dôležité témy a prinášať bezpečný priestor pre jednorodičov priamo do ich miest a obcí. Môjmu skvelému, dnes už 26-člennému tímu a dobrovoľníkom za to, že s neuveriteľným nasadením zvládli tento transformačný rok. Bez vašej ochoty rásť, profesionalizovať sa a vkladať srdce do každej jednej hodiny poradenstva by sme dnes neboli tam, kde sme.

Najväčšie poďakovanie však patrí samotným osamelým rodičom. Ďakujeme za vašu dôveru, s ktorou nás púšťate do svojich životov a domácností. Vaša odvaha postaviť sa po ťažkých životných ranách znova na vlastné nohy, bojovať za budúcnosť vašich detí a rásť spolu s nami je pre nás tou najväčšou motiváciou. Príbehy a referencie rodičov sú dôkazom, že naša práca má hlboký zmysel.

Vstupujeme do ďalšieho obdobia s vedomím, že základy sú pevné.

Máme naštartované legislatívne zmeny, máme silný tím, funkčné procesy a predovšetkým víziu, v ktorej žiadne dieťa nemusí niesť celoživotné dôsledky toho, že jeho rodič zostal na všetko úplne sám.

Ďakujem, že kráčate touto cestou s nami.

S úctou a vd'akou.

Ing. Eva Marková, riaditeľka JEDEN RODIČ, n.o.



JEDEN RODIČ, n.o.

Magurská 6435/37, 974 11 Banská Bystrica

IČO: 523 658 08 | DIČ: 212 107 3053

info@jedenrodic.sk

www.jedenrodic.sk

Výročná správa schválená:

[Doplniť dátum]

Podpis štatutára:

.....
Ing. Eva Marková, riaditeľka