

Výročná správa neziskovej organizácie Centrum Mokosha, n.o. za rok 2016

I. Prehľad činnosti

Nezisková organizácia (n.o.) bola zriadená a následne zaregistrovaná Krajským úradom v Košiciach dňa 1.04.2014 na dobu neurčitú.
Zakladatelia neziskovej organizácie:

PhDr. Iveta Jonášová, Ph.D.
Mgr. Jana Papcunová - riaditeľka

Činnosť neziskovej organizácie je riadená správnou radou ako najvyšším orgánom neziskovej organizácie. Účelom organizácie je podpora a organizovanie poradenských, konzultačných, tréningových a koučovacích služieb v oblasti rozvoja osobnosti, zdravého životného štýlu, telesnej kultúry a zdravej výživy pre všetkých ľudí bez rozdielu rasy, farby pleti, pohlavia, reči, náboženstva, politického alebo iného presvedčenia, národného alebo sociálneho pôvodu. Činnosťou neziskovej organizácie je tiež tvorba, realizácia a podpora projektov zameraných na uchovanie a rozvoj duchovných, kultúrnych a spoločenských hodnôt, vykonávanie vzdelávacích programov v oblasti sociálnych služieb zameraných na vykonávanie vybraných pracovných činností a na ďalšie vzdelávanie, verejnoprospešné práce na poli ochrany menšín, kultúry, vzdelávania a ochrany životného prostredia, dobročinnosti (charita) a budovanie občianskej spoločnosti a tiež publikačná a školiaca činnosť.

Centrum Mokosha v roku 2016 úspešne ukončilo projekt Raz zažiť je lepšie ako 100 x počuť, na ktorý získalo predošlý rok finančné prostriedky vo výške 2500 € z Nadácie Tatra banky, z toho v roku 2016 bolo použitých v zmysle zmluvy 1891,98 €, výdavky Centra Mokosha spojené s projektom v roku 2016 činili 39,61 €. Projekt bol ukončený vo februári 2016. Bol určený pre študentov a čerstvých absolventov psychológie, s cieľom predstaviť im psychoterapeutické smery a spôsoby práce s ľuďmi pod vedením odborníkov z praxe. Do projektu sa podarilo zapojiť kvalifikovaných lektorov zo Severného Írska, Českej republiky a Slovenska, pričom každý z nich bol odborníkom v inom psychoterapeutickom smere. Realizovali sme

celkovo 5 celodenných workshopov a 15 seba skúsenostných dynamických skupín. Na aktivitách tohto projektu sa zúčastnilo 47 ľudí (študentov psychológie posledných ročníkov a čerstvých absolventov psychológie). Od jednotlivých účastníkov sme dostali veľa podĎakovaní a spätných väzieb v ústnom podaní, ktoré sa týkali hlavne prínosu, nielen z profesného, ale aj osobného hľadiska. Pridávame jeden z nich: Zuzka K.: "Každopádne Vám chcem podĎakovať , že ste zorganizovali skvelý workshop, pretože včerajší deň bol naozaj veľmi prínosný. Veľmi oceňujem, že takéto akcie Ťaháte do Košíc a umožňujete nám (bývalým študentom, ale aj súčasným) dovzdelávanie v tom, čo škola trochu ignoruje. Takže ešte raz veľká vďaka."

V roku 2016 Centrum Mokosha úspešne ukončilo tiež projekt „Od seba mením svet“. Tento projekt bol podporený Nadáciou detí Slovenska - v roku 2016 príspevkom 538, 40 €. Projekt bol určený študentkám stredných zdravotníckych škôl v posledných ročníkoch štúdia. Snahou projektu bola prevencia, ochrana a podpora zdravia budúcej zdravotnej sestry. Formou zážitkových skupín sme spoločne rozvíjali kompetencie a zručnosti študentiek a diskutovali o tom, ako si udržať začínajúce nadšenie pre túto profesiu, ako pracovať so svojimi hodnotami, postojmi a presvedčeniami, ako sa naučiť každodennej sebareflexii a čo robiť, ak si začnem uvedomovať, že nadšenie pre prácu sa vytráca. Dotkli sme sa aj tém akými sú stres, vyčerpanie či syndróm vyhorenia. Projekt sa u študentiek stretol s veľmi pozitívnym ohlasom a plánujeme podobné aktivity realizovať aj v budúcnosti. So študentkami sme dodnes v kontakte prostredníctvom sociálnej siete, oslovujú nás s otázkami ohľadne psychologického poradenstva, práce na sebe či pomoci pre iných.

V októbri 2016 Centrum Mokosha otvorilo už druhý ročník „Seba skúsenostnej dynamickej skupiny“ v spolupráci s Katedrou psychológie UPJŠ V Košiciach. Túto skupinu sa podarilo otvoriť vďaka dotácii z 2% daní fyzických osôb a darov od jej účastníkov. Celkovo nám bolo poskytnutých 1049,39 eur z 2% daní a 325 eur z darov účastníkov. Vďaka skupine tak jej členovia rozširujú porozumenie svojím charakteristickým vzorcom vo vzťahovaní sa k sebe samému a k druhým.

Okrem týchto projektov sa Centrum Mokosha zameriava na poskytovanie poradenstva a terapie ľuďom s psychickými problémami ako aj ich blízkym bez rozdielu veku, pohlavia, národnosti či rasy. Spolupracuje s Ligou pre ľudské práva a s občianskym združením Marginal v poskytovaní psychologického poradenstva osobám s udelenou medzinárodnou ochranou na Slovensku. Vďaka príspevkov 2% z daní je toto poradenstvo poskytované za minimálny poplatok 4 eurá, vo výnimočných prípadoch úplne bezplatne.

Centrum Mokosha usiluje nie len o prevenciu psychologicko-patologických javov v spoločnosti a o zvýšenie kvality života bežných ľudí, ale tiež o stabilizáciu stavu klientov s už prekonanou psychickou záťažou s dôrazom na neinštitucionalizovanie a dlhodobé priaznivé výsledky. Poskytuje individuálne, párové a rodinné poradenstvo v priestoroch na Hlavnej ulici v Košiciach.

II. Prehľad príjmov a výdavkov

Príjmy neziskovej organizácie v roku 2016 tvorili:

- Príspevok Nadácie Tatrabanky – Projekt Raz zažiť je lepšie ako 100 x počuť	
2500 €	
- Príspevok Nadácie detí Slovenska – Projekt Od seba mením svet	538,40 €
- Dary a príspevky	1382,39 €
- Poradenstvo	60 €
- Vklad zriaďovateľa	1 200 €
- <u>Ostatné</u>	<u>94,61 €</u>
Príjmy spolu	3275,40 €

Výdavky neziskovej organizácie tvorili:

- Výdavky spojené s realizáciou projektu Raz zažiť je lepšie ako 100 x počuť	
a projektu Od seba mením svet	4885,40 €
- Nájomné nebytových priestorov,	1179,33 €
- Režijné náklady	62,70 €
<u>Výdavky spolu</u>	<u>6127,43 €</u>

Hospodárenie v roku 2016 bolo v súlade so štatútom neziskovej organizácie.

III. Účtovná závierka

Účtovná závierka neziskovej organizácie, výkaz o majetku a záväzkoch, výkaz o príjmoch a výdajoch sú v súlade s prehľadom výdavkov podľa činností. Sú prílohou tejto správy.

IV. Prehľad o daroch a príspevkoch podľa zdrojov a ich pôvodu

2% z daní	1049,39 €
Nadácia detí Slovenska	538,40 €
Dary	333 €
Poradenstvo	60 €
Vklad od zriaďovateľiek	1 200 €
<u>Ostatné</u>	<u>94,61 €</u>
SPOLU:	3275,40 €

Celkové príjmy organizácie tvorili 3275,40 €.

V. Prehľad výdavkov podľa činnosti

Realizácia projektu Od seba mením svet	2953,81 €
Realizácia projektu Raz zažiť...	1931,59 €
<u>Prevádzková réžia a služby</u>	<u>1242,03 €</u>
SPOLU:	6127,43 €

Celkové výdavky organizácie činili 6127,43 €.

Rozdiel príjmov a výdavkov spolu 2852,033 €.

VI. Zmeny v štatúte a orgánoch fondu

V štatúte a orgánoch neziskovej organizácie nedošlo k žiadnym zmenám.

V Košiciach, 3.04.2017

Vypracovala: Mgr. Jana Papcunová, riaditeľka neziskovej organizácie

