Výroční zpráva Hravě žij zdravě za rok 2024

Rok 2024 byl pro spolek Hravě žij zdravě z. s. rokem intenzivní činnosti, rozvoje vzdělávacích materiálů, podpory odborníků i veřejnosti v oblasti prevence obezity a podpory zdravého životního stylu.
Spolek realizoval tři hlavní projekty, všechny podpořené Magistrátem hlavního města Prahy; projekt Den zdraví byl navíc spolufinancován MČ Praha 4.

Poslání a činnost spolku

Hlavním posláním spolku je podpora zdravého životního stylu, prevence nadváhy a obezity, edukace v oblasti výživy, pohybu a psychiky, rozvoj metod KBT v praxi a poskytování nástrojů a podpory jak odborné, tak široké veřejnosti.

Přehled realizovaných projektů v roce 2024

Spolek v roce 2024 realizoval tři klíčové projekty:
1) STOBklub 2024 – Podpora lidí s nadváhou a obezitou: Jak uvést teorii do praktického života?
(DOT/81/01/002154/2024) – financováno MHMP
2) Motivační program pro prevenci nadváhy a udržení optimální váhy pro Pražany XIII.
(DOT/81/01/002153/2024) – financováno MHMP
3) Den zdraví v Praze 2024
(DOT/81/01/002152/2024 a SML/2024/0482/OKS) – financováno MHMP a MČ Praha 4

Podrobný popis projektů

1. STOBklub 2024 – celoroční online vzdělávací a motivační program
Evidenční číslo: 6-082/24
Projekt navázal na předchozí úspěšné ročníky a jeho cílem bylo dlouhodobě motivovat účastníky ke změnám životního stylu.

Hlavní výstupy projektu

- Publikováno 52 odborných článků a 52 zdravých receptů.
- Velký zásah na sociálních sítích – některé příspěvky měly dosah až 60 000 uživatelů.
- Realizovány 4 webináře s celkovým dosahem **2030 účastníků**.
- Web www.stobklub.cz navštívilo přes **112 000 uživatelů**.

2. Motivační program pro prevenci nadváhy a udržení optimální váhy – Pražané XIII.
Evidenční číslo: 6-081/24
Jedná se o navazující projekt, který probíhá již od roku 2015. Hlavním výstupem je sada osobních plánů „Chci změnu“, využívaných lékaři a dalšími zdravotnickými odborníky.

Projekt v roce 2024 zahrnoval revizi a dotisk materiálů, nově vytvořené infografiky o pohybu a dětské obezitě, a intenzivní propagaci mezi lékaři.

Hlavní výstupy projektu

- Distribuce téměř **4 000 brožur** do ordinací.
- Zapojeno přes 70 zdravotníků, včetně 11 pediatrů.
- Odhadovaný dopad: **cca 5 500 pacientů v Praze**.
- Přepracování brožury „Jak na pohyb“ podle nejnovějších doporučení WHO.
- Tvorba vizuálních infografik o dětské obezitě.

3. Den zdraví v Praze 2024
Evidenční čísla: 5-080/24 a SML/2024/0482/OKS
Partner: MČ Praha 4
Akce proběhla 19. října 2024 v Konferenčním centru City a přilákala **více než 700 návštěvníků**.

Program zahrnoval

- 20 odborných poraden
- měření tělesného složení **–** 250 vyšetření
- 7 druhů cvičení
- 22 partnerských stánků
- Konferenci „Žít a hubnout pro zdraví“ s účastí více než 200 osob

Hospodaření spolku v roce 2024

Hospodaření spolku bylo financováno zejména z provozních dotací od hlavního města Prahy, městské části Praha 4 a města Brna, dále z přijatých příspěvků a darů a z tržeb za vlastní výkony.

Souhrnné údaje z účetní závěrky za rok 2024 v tisících Kč

Položka	Částka
Provozní dotace	554
Přijaté příspěvky a dary	146
Tržby za vlastní výkony a zboží	933
Ostatní výnosy	8
Výnosy celkem	**1 641**
Spotřebované nákupy a nakupované služby	1 341
Osobní náklady	417
Ostatní náklady	1
Náklady celkem	**1 759**
Výsledek hospodaření po zdanění	**-118**

Závěr hospodaření

Všechny tři projekty byly realizovány v souladu se smlouvami o poskytnutí dotace a jejich prostředky byly využity účelově. U žádného projektu nevznikla povinnost vracet část dotace.
Spolek vykázal za rok 2024 ztrátu 118 tis. Kč. K 31. prosinci 2024 činila aktiva i pasiva 123 tis. Kč. Daňová povinnost po uplatnění slevy pro veřejně prospěšné poplatníky činila 0 Kč.

Organizační struktura

Výbor spolku
PhDr. Iva Málková – předsedkyně výboru
Katarína Jirková – místopředsedkyně výboru
Helena Havelková – členka výboru
Spolek neměl v roce 2024 organizační složky ani stálé zaměstnance.

Poděkování

Děkujeme Magistrátu hlavního města Prahy, MČ Praha 4, partnerům, odborníkům, spolupracujícím zdravotníkům a všem, kteří využívali naše služby. Bez vás by naše práce neměla takový dopad.

Kontakty

Hravě žij zdravě z. s.
Augustinova 2076/11, 148 00 Praha 4
IČO: 27051587
E-mail: hehavel@gmail.com
Web: www.hravezijzdrave.cz