

ZPRAVODAJ

Vydává obecně prospěšná společnost ICOS Český Krumlov

ICOS ZÍSKAL DALŠÍ OCENĚNÍ

ZNAČKU SPOLEHLIVOSTI OBDRŽELO V ČR ZATÍM 24 ORGANIZACÍ NOVĚ K NIM PATŘÍ I ICOS ČESKÝ KRUMLOV

Na sklonku roku 2021 získala českokrumlovská neziskovka ICOS Značku spolehlivosti. Zařadila se tak ke 24 organizacím v ČR, které dosud prošly nezávislým hodnocením a mohou se pyšnit titulem „**Prověřená veřejně prospěšná organizace**“.

„Značka potvrzuje dárcům i veřejnosti spolehlivost organizace i z hlediska hospodaření s financemi“, sděluje k ocenění Ingrid Jílková, výkonná ředitelka ICOS Český Krumlov, o.p.s.

Na dalších stranách tohoto speciálního vydání zpravodaje najdete informace ke všem stěžejním službám a aktivitám, které ICOS ve městě a regionu zajišťuje.

Více na straně 2



Vedoucí pracovníci ICOS Český Krumlov, o.p.s.

POMÁHAT DRUHÝM JE MOTTEM ICOSU OD POČÁTKU



Rozhovor s Tomášem Zuntem, ředitelem ICOS Český Krumlov, o.p.s., nejen o ohlédnutí za více než 20ti lety ICOSu

Vzpomeň si, jaký jsi byl před více než dvaceti lety - jaké jsi měl plány, ideály?

Asi jsem byl trochu mladší, divočejší a méně pokornější? 😊 Ale rozhodně i tehdy jsem byl přesvědčen, že téměř všechno jde, když se tedy opravdu chce a něco se proto dělá. To mám asi pořád více méně podobně. A čím dál víc tuším, že i k do-

rému cíli mohou vést různé cesty. K tomu mi určitě napomohl i ICOS, stálá spolupráce se stovkami lidí, institucemi, ale určitě i letitá zkušenost z komunální politiky.

Jak ICOS vznikl, kdo za tím stál, jaká byla hlavní idea?

Před 22ti lety ICOS založil Richard Tichý, nesmírně zajímavý člověk, plný energie i schopností. Jemu bytostně nestačilo učit na univerzitě, potřeboval svou energii rozprostít i jinde. Tehdy byl neziskový sektor v Česku ještě v plenkách, čemuž se nelze po 40ti letech komunismu divit. Již tehdy fungovala řada neziskovek, nezřídka jim ale vedle nadšení pro dobrou věc chyběla profesionalita, schopnost plánovat a i financovat své činnosti.

S Richardem jsme se shodovali, že žádný normální stát se bez profesionálního neziskového sektoru nemůže obejít. Je řada oblastí, kterou stát ani byznys zajistit nemohou, či neumějí. A tak vznikl ICOS.

Od počátku bylo mottem ICOSu „pomáhat druhým“. Nejdříve jiným neziskovkám s profesionalizací, ale velmi brzy jsme se zaměřili

Pokračování rozhovoru na straně 4

icos
Pomáháme tam, kde je potřeba



Služby ICOS:

Osobní asistence	str. 3
Dobrovolnické centrum	str. 5
Rodinné centrum Krumlík	str. 6
Poradenské centrum pro seniory	str. 7
Bezplatná poradna mezi paragrafy	str. 8
Podpora rodin a dětí v ohrožení	str. 9
Preventivní programy	str. 10
Akce ICOS pro Krumlováky	str. 12



Úvodem...

*Pár slov Ingrid Jílkové,
výkonné ředitelky ICOS*

*Vážení čtenáři,
osobně jsem s ICOSem spjatá přes 16 let.
Snad nebudu příliš troufalá, když si dovolím
tvrdit, že jsme oba ušli kus své životní cesty
a věřím, že jsme tak nějak i společně vyzráli.
Za těch více než 20 let se událo tolik věcí!*

Technologie pokročily neuvěřitelným tempem, vyrostla jedna lidská generace, svět i společnost se proměnil.

ZMĚNA, ano to je ten výraz, který dokáže nejlépe vystihnout soustavný proces vyvíjejícího se světa. Ne všichni však změny vítají. Je to pochopitelné. Všichni máme rádi své jistoty, zvyklosti i předvídatelnost situace. Změna je však i příležitost věci posouvat, objevovat nové a užitečné, jít kupředu. A to je i naše cesta - vnímat změny, umět reagovat na nové výzvy, ať v podobě potřeb lidí, změny situace ve společnosti i u nás samotných. Změna tedy zákonitě patří i k nám. V ICOSu objevujeme a učíme se nové věci, inspirováme se dobrou praxí u nás i ve světě, nestojíme na jednom místě.

Od r. 2000 jsme pomohli tisícům lidí v různých těžkých životních situacích prostřednictvím šesti klíčových služeb, které jsme postupně vybudovali. Zvýšili jsme několikanásobně obrát i počet zaměstnanců. Především jsme ale společně vytvořili něco, čemu já říkám „duch ICOSu“ - a to díky



Část vedení ICOS v době koronavirové.

lidem, kteří ho tvoří. Je to tým lidí, kteří společně sdílí hodnotu lidskosti, vřelosti, spolehlivosti a zároveň odbornosti, profesionality a nadšení pro věc. A to dělá ICOS ICOSem. Díky tomu se nemusíme bát změn. Dokonce jim můžeme jít i naproti.

Děkuji všem kolegyním a kolegům, spolupracovníkům, podporovatelům za těch dnes již více než 20 let. A těším se na další roky s ICOSem.

Ingrid Jílková, výkonná ředitelka ICOS Český Krumlov, o.p.s.

ICOS ZÍSKAL DALŠÍ OCENĚNÍ: ZNAČKU SPOLEHLIVOSTI

Pokračování ze strany 1

Značku spolehlivosti lze získat jen po specifickém auditu. „*Nezávislé hodnocení odborníků, kterým jsme v minulém roce prošli, se zaměřuje na řídicí procesy v organizaci, naplňování poslání a cílů organizace, hospodaření s finančními prostředky i třeba na transparentnost zveřejňovaných informací,*“ popisuje Ingrid Jílková, výkonná ředitelka ICOS Český Krumlov, co předcházelo udělení certifikátu Prověřená veřejně prospěšná organizace na sklonku roku 2021.

Obecně prospěšná organizace ICOS Český Krumlov je již 22 let fungující neziskovou organizací, která dlouhodobě poskytuje a rozvíjí sociální a na ně navazující služby.

Mezi hlavní služby ICOSu patří: **Osobní asistence** pro seniory i děti se zdravotním postižením, **Bezplatná právní poradna** pro lidi

v krizi, **Dobrovolnické centrum**, pod nímž pomáhají desítky vyškolených dobrovolníků, služba **Podpora rodin** a **Rodinné centrum Krumlík** s komplexním souborem služeb pro rodiny s dětmi a **prevenční programy**. Vedle toho dlouhodobě ICOS spolupracuje na provozu chráněné dílny pro invalidní zaměstnance v Českém Krumlově a snaží se podporovat spolupráci napříč institucemi i obory.

ICOS je i držitelem Neziskovky roku ČR a dalších ocenění

Kromě aktuální Značky Spolehlivosti získal ICOS například ocenění **Neziskovka roku ČR v roce 2016** - 2. místo, **Cenu hejtmanky Jihočeského kraje za společenskou odpovědnost v roce 2020** - taktéž 2. místo. A také docela čerstvě v listopadu 2021 získalo **Rodinné centrum Krumlík Certifikát značky kvality** (o něm více na straně 6).



Momentka ze slavnostního vyhlášení cen Neziskovka roku 2016 v pražském divadle Archa.

DĚLÁME ŽIVOT SNAŽŠÍ SENIORŮM, DĚTĚM I DOSPĚLÝM S POSTIŽENÍM

OSOBNÍ ASISTENCE ČESKÝ KRUMLOV

od roku
2008

„Se službou Osobní asistence jsme velmi spokojeni. Asistentky učí Matěje základním potřebám a zároveň si s ním hrají a malují. Mají příznivý vliv na mého syna. Z každé návštěvy je nadšen. A zároveň i já můžu využít čas pro sebe,“ říká maminka Matěje, který má specifické kombinované postižení: Syndrom Dravetové, ADHD a autistické rysy. S nemocí se pojí epileptické záchvaty, Matěj tedy musí být neustále pod dohledem. Matěj je jedním z dětských klientů Osobní asistence.

Osobní asistence pomáhá jak dětem i dospělým s nejrůznějšími postiženími, až dvě třetiny klientů asistence jsou ale senioři, kteří se neobejdou bez pomoci druhých.

Permanentně se snažíme navyšovat kapacitu

„Díky Osobní asistenci nemusejí klienti v mnoha případech využívat ústavní zařízení, mohou být přes svá omezení či nemoci doma se svými blízkými. Ti si pak mohou díky pomoci osobních asistentek na chvíli vydechnout a odpočinout, chodit do zaměstnání, žít své životy“, přibližuje smysl asistence Martina Bártová, vedoucí Osobní asistence Český Krumlov.

Asistence pomáhá nejčastěji v domácím prostředí, ale i ve školách, při doprovodech k lékaři, při zaměstnání i třeba při volnočasových aktivitách.

„Ročně pomáháme okolo 50ti klientům. O některé se staráme každý den, o jiné, kteří mohou mít třeba větší podporu rodiny, kupříkladu jen dvakrát v týdnu. Rozsah i zaměření péče je vždy individuální. Zájem o asis-

tenci je čím dál větší, a ICOS se snaží postupně kapacitu služby navyšovat,“ dodává Martina Bártová.

Asistenci zajišťujeme na území dvou regionů

Osobní asistenci zajišťuje ICOS ve městě Český Krumlov i v řadě dalších obcí v regionu Českokrumlovsko a Kaplicka. K tomu samozřejmě také potřebuje služební automobily. Ty slouží jak k dojezdu za klienty, tak k jejich převozu, například na rehabilitaci. Osobní asistence má i automobily upravené pro převoz imobilních klientů. „Náš vozový park se naštěstí stále rozrůstá, můžeme tak poskytovat asistenci i ve vzdálenějších lokalitách. A velkou radost nám dělá, že několik automobilů jsme pořídili i díky mnoha a mnoha dárcům,“ dodává Tomáš Zunt, ředitel ICOS Český Krumlov.

Pár údajů z Osobní asistence:

- Počet klientů celkem: **201**
- Počet poskytnutých hodin péče celkem: **103.837 hodin**
- Počet poskytnutých hodin péče v roce 2021: **10.187 hodin**
- Věk klientů: **nejmladší 1 rok, nejstarší 100 let**
- Počet klientů v roce 2021: **58**
- Počet obcí, kde byla zajišťována v roce 2021: **19**



„Jsem tělesně postižený od 1 roku života, snažil jsem se s tím poprat a zvládnout vše sám. Bohužel s přibývajícím věkem [...] se můj zdravotní stav se zhoršil. [...] Po propuštění z nemocnice využívám vaše služby, koupání, oblékání a další pomoc. Děkuji vám za vaši péči, připadám si jako v nebi!“

Josef H., 63 let, klient Osobní asistence



 **Osobní
asistence**

Osobní asistence

kancelář: Urbinská 187, Český Krumlov
tel.: **773 587 758**
asistence@krumlov.cz, bartova@latran.cz
asistence.krumlov.cz
Bc. Martina Bártová, vedoucí asistence
provozovatel: ICOS Český Krumlov, o.p.s.

POMÁHAT DRUHÝM JE MOTTEM ICOSU OD POČÁTKU

Pokračování rozhovoru s Tomášem Zuntem ze strany 1

na oblast, která se bez kvalitního neziskového sektoru nemůže obejít vůbec: zajišťování a rozvoj sociálních služeb pro seniory, děti se zdravotními postiženími a další lidi, kteří se neobejdou bez pomoci druhých. Služeb a programů, které citelně v regionu chyběly.

Jaké byly začátky?

Krásné. I náročné. Zakladatel původního ICOSu, již zmíněný Dr. Tichý, bohužel náhle zemřel ve svých 34 letech, ještě v době, když byl ICOS v plenkách. Tehdy nás bylo v ICOSu asi pět, byli jsme ale všichni poměrně mladí, plní energie, nic nebylo nemožné 😊 a rozhodli jsme se na základě ICOSu vybudovat organizaci, která postupně pokryje co nejvíce bílých míst v sociálních službách.

Do ICOSu začala postupně přicházet řada skvělých lidí, kteří měli zájem nejen pracovat v ICOSu, ale pracovat také dále na sobě. A s takovými lidmi je radost něco budovat. Myslím, že ta radost z práce v ICOSu přetrvává, i když dnes už zaměstnáváme na čtyři desítky lidí, máme desítky dalších spolupracovníků, a na některých programech spolupracují i desítky dobrovolníků.

Když se ohlédneš zpátky - byl nějaký moment, kdy sis řekl, že to nemáš zapotřebí a že se vším skončíš?

Určitě jsem nikdy neměl pocit, že to nemám zapotřebí. Jako asi většina lidí ve vedoucích pozicích ale sem tam nutně přemýšlím, jestli není dobré po tolika letech změnit práci nebo alespoň pozici, aby se každodenní práce nestala rutinou. Jenže to je právě trochu oříšek! V ICOSu je tolik a tolik rozmanitě práce, tolik různorodých věcí k řešení, že rutina skutečně nehrozí.

O neziskových organizacích někteří politici i někteří lidé mluví s nedůvěrou...

(smích) Ano, to mne někdy dokáže nadzvednout ze židle. Různí „chytrolíni“, kteří mluví a mluví, i když neví vůbec nic. Ale většinou se tomu směju. Jistě, jsou špatné neziskovky, asi tak podobně jako jsou špatní někteří politici a někteří podnikatelé. Například ICOS je obecně prospěšná společnost. Prakticky jediná výrazná zákonná odchylka od podnikatelského subjektu je, že případný zisk z činnosti si nemůžeme jako zakladatelé či vedení společnosti rozdělit, ale musíme jej vložit zpět na rozvoj konkrétních služeb.

A jistě, část příjmů ICOSu je z dotací, jinak to ani nelze. Ale každá vydaná koruna je kontrolována na několika úrovních, procházíme pravidelně i nezávislým auditem. A abychom mohli zajišťovat a rozvíjet naše služby, musíme každý rok kromě dotací vydělat naší doplňkovou činností či získat z darů a od podporovatelů pár milionů, které vám vždy ještě v létě chybí. To se bez nadšené práce dělat nedá. Ale také bez nestranné profesionality. A já mám štěstí na kolegy. Ti splňují oboje.

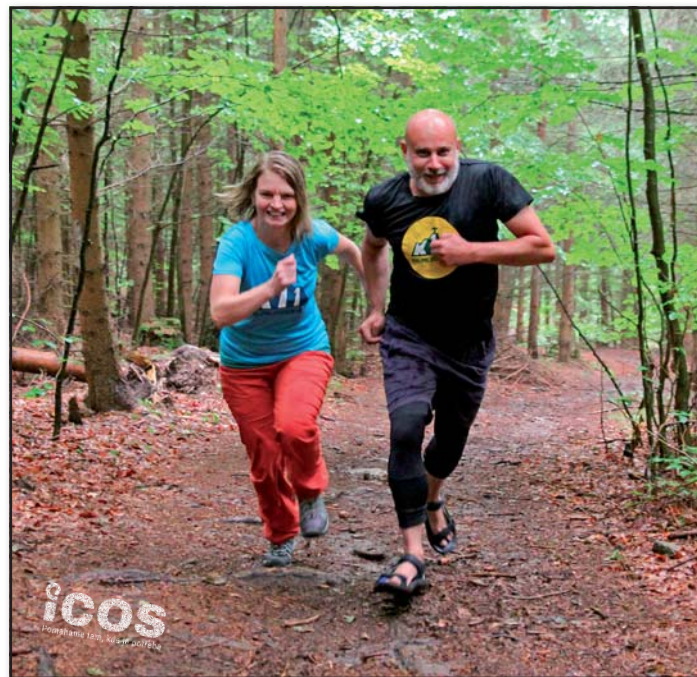
Jaký okamžik, čin ti za tu dobu udělal největší radost?

To bych mohl hovořit dlouho. Velkou radost mi dělají třeba senioři, kteří s námi spolupracují v IC senior. Každé setkání s nimi mne nabíjí. Slyšet reakce, příběhy lidí, kterým se díky našim službám zlepšil život je také obrovsky povzbuzující... Radost mi dělá i stále se zvyšující počet dárců a podporovatelů ICOSu, lidí, kteří si najdou chvíli na podporu lidí ve svém okolí. Často stačí jen pár kliknutí. I tato pomoc je úžasná. Nemám ale okamžik, který by mi udělal největší radost, takových okamžiků mám hodně.

Dobře. A když se ohlédneš za těch více než dvacet let zpátky, na co jsi nejvíce hrdý?

Samozřejmě jsem rád za prestižní ocenění, která ICOS dostává od nezávislých odborných institucí (*pozn. redakce: o ocenění více na straně 1 a 2 zpravodaje*). Jsou potvrzením, že to, co a jak děláme, děláme dobře, a to i ve srovnání minimálně celé ČR, jak o tom svědčí například ocenění neziskovka roku ČR či čerstvé získání značky spolehlivosti. Ale opravdu hrdý jsem na své kolegyně a kolegy. Na to, jak náročnou práci v ICOSu zvládají, a často ještě s úsměvem.

Děkujeme za rozhovor, Hana Šustrová, PR a fundraiser ICOS



Výkonná ředitelka sociálních služeb ICOS a ředitel ICOS při výběhu na Klet.

DĚKUJEME VŠEM DÁRCŮM A PODPOROVATELŮM ICOSU

Rozsah tohoto zpravodaje neumožňuje jmenovitě uvést všechny naše dárcy a podporovatele. „Každá podpora nám a zejména našim klientům dělá obrovskou radost. Díky množství lidí i firem, kterým není lhostejné dění okolo sebe, můžeme své služby dále rozvíjet“, děkuje všem podporovatelům Tomáš Zunt, ředitel ICOS. Každý podporovatel ICOSu si může vybrat formu podpory jaká je mu blížká. Někdo daruje finance, někdo svůj čas, um, jiní třeba pro ICOS dobročinně běhají. Možnosti podpory jsou široké. A ti, kteří s námi pomáhají dlouhodobě či přispějí vyšší částkou, se také již více než rok mohou stát členy Klubu přátel ICOSu (více na www.darujme.cz/icos).

Díky všem, každé podpory si velmi vážíme!



Péče o dárcy

Bc. Hana Šustrová
PR a fundraiser ICOS Český Krumlov
5. května 251, Český Krumlov
tel.: **739 010 444**
e-mail: sustrova@krumlov.cz
www.darujme.cz/icos
www.icos.krumlov.cz

DARUJEME ČAS DRUHÝM

DOBROVOLNICKÉ CENTRUM ČESKÝ KRUMLOV

od roku
2009

Již třináct let rozvíjíme dobrovolnické programy, které doplňují síť sociálních služeb v regionu Českokrumlovsko a Kaplicka. Bez dobrovolnické pomoci by mnohé z programů či organizací nemohly vůbec fungovat či by životy mnoha jejich klientů byly výrazně chudší.

Spolupracujeme s organizacemi, kde dobrovolníci mají své místo a stali se plnohodnotnými členy týmu. Naše dobrovolníky můžete potkat nejen u nás v ICOSu, ale i v českokrumlovské nemocnici, domovech pro seniory či středisku výchovné péče.

Dobrovolníci pomáhají i rodinám a dětem, které se ocitly ve složité životní situaci, potřebnou pomoc díky dobrovolníkům zajišťujeme i seniorům či lidem se zdravotním postižením.

V čem jsme nápomocní my?

„Jednoduše řečeno propojujeme lidi ochotné pomáhat s těmi, kteří to potřebují. Se zájemci vyhledáme a zajistíme vhodný dobrovolnický program. Dobrovolníky proškolíme, připravíme potřebné smlouvy, platíme jim pojištění odpovědnosti. V průběhu činnosti dobrovolníky podporujeme a hradíme jim nezbytné náklady,“ popisuje část činnosti Dobrovolnického centra jeho koordinátorka Petra Tichá.

Pomáhají s námi lidé od 15ti do 80ti let

Každoročně s námi pravidelně pomáhá pět desítek proškolených dobrovolníků a další desítky dobrovolníků pak jednorázově. Věk ani povolání nehraje roli, mezi našimi dobrovolníky jsou senioři, maminky na mateřské, studenti, ženy i muži. Někteří pomáhají každý týden, jiní třeba několikrát do roka. A někteří z našich dobrovolníků s námi pomáhají dokonce již od založení Dobrovolnického centra.

„Za 13 let fungování Dobrovolnického centra jsme potkali nespočet úžasných lidí, kteří jsou ochotni věnovat svůj čas druhým. Velmi si vážíme všech, kteří pomáhají tam, kde je potřeba. Věříme, že i pro ně je to cenná zkušenost a příležitost,“ doplňuje koordinátorka dobrovolníků Petra Tichá.



Z výletu, kteří dobrovolníci zorganizovali pro klienty domova pro seniory



**Dobrovolnické
centrum**

Dobrovolnické centrum

5. května 251, Český Krumlov
tel.: 774 719 767

dobrovolnictvi@krumlov.cz
dobrovolnictvi.krumlov.cz

Mgr. Petra Tichá, koordinátorka
Dobrovolnického centra ICOS

Pár údajů z Dobrovolnického centra:

- Počet zapojených dobrovolníků celkem: **575**
- Počet dobrovolníků v roce 2021: **80**
(z toho 50 pravidelně, např. 1x týdně)
- Počet hodin, které naši dobrovolníci věnovali druhým za posledních 5 let: **13.720 hodin**
- Počet dlouhodobých programů Dobrovolnického centra: **9**

Co také řekli naši dobrovolníci...

„...dobrovolníci obyvatelům domova seniorů ulehčují stáří, vyplňují samotu a hlavně se senioři mají na koho těšit. V domově se setkávám s dalšími dobrovolníky, kteří věnují nezištně svůj volný čas. A přinášejí sem obrovský kus radosti a štěstí,“ dobrovolnice Hana

„...jako studentka střední školy jsem začala pomáhat v dobrovolnickém programu Kamarád v životě. Po maturitě jsem se rozhodla, že chci získat místo tam, kde jsem působila jako dobrovolník - v ICOSu Český Krumlov. Jsem zdárný příklad toho, jak dobrovolnictví může pomoci i k vysněné práci!“ Markéta, ICOS

VÍME, JAKÉ TO JE BÝT DĚTMI

RODINNÉ CENTRUM KRUMLÍK

od roku
2011

Hlavní náplní rodinného centra byla od počátku **péče o nejmenší děti, od roku 2016 v registrované dětské skupině pro děti již od dvanácti měsíců věku**. Podobné zařízení v Krumlově dlouho chybělo. Dětskou skupinu nyní navštěvuje 12 dětí.

„Divím se, že když jsem viděla původní posilovnu, která v místě bývala před Rodinným centrem, ani trochu jsem se nelekla,“ usmívá se Petra Cajthamlová, první vedoucí RC Krumlík. „Místnosti se během pár měsíců změnilly k nepoznání. Sádrokartonáři, truhláři, malíři, vodáci... a zanedlouho otevřeno! I dnes vidím naše první batolící děti a teď mě ti školáci stále zdraví a já je často už ani nepoznávám!“

Provázíme děti téměř od narození

Brzy rozšířilo Rodinné centrum Krumlík své služby o pořádání letních příměstských táborů. „Začínali jsme se dvěma pětidenními turnusy pro 10 dětí. Každý rok jsme pro velký zájem přidali další tábor a zároveň zvedli kapacitu. Nyní máme tábory prakticky celé léto, příměstské i pobytové. Přidali jsme i jarní, podzimní a zimní... A stejně je to málo,“ směje se Květa Škrabalová, vedoucí Rodinného centra Krumlík. „Některé děti známe skoro od miminek. V roce a půl jsme je začali hlídat, ve čtyřech letech šly poprvé na tábor a nyní jsou to pubertáci a na táborech už nám pomáhají s organizací. To se mi na práci v Krumlíku líbí nejvíc: že provázíme děti téměř od narození až po dospívání a máme možnost pozorovat, jak rostou a mění se.“

Z OHLASŮ RODIČŮ

„S hlídáním v dětské skupině jsme byli strašně moc spokojeni, jste nejlepší, díky za všechno!!! Ať se vám daří a nadále děláte rodiče a děti šťastnými!“

Lyubov Shopa

„Velmi pečlivě, perfektně zorganizovaný tábor. Líbil se mi hodně pestrý program plný výletů a vzdělávacích aktivit.“

Blanka Marvanová

Rodinné centrum získalo v roce 2021 certifikát kvality

V listopadu 2021 získalo Rodinné centrum Krumlík, respektive jeho Dětská skupina Certifikát kvality. Certifikát uděluje Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR na základě hloubkového auditu a mapování činnosti a kvality práce dětských skupin „Auditory kontrolovaly prakticky vše. Na závěr auditu chválily především veselou a láskyplnou atmosféru, náš přístup k dětem a otevřenou komunikaci mezi námi navzájem i mezi námi a rodiči,“ podělila se o radost ze získání certifikátu kvality Květa Škrabalová.



Kroužky, kurzy, akce pro rodiny

V Rodinném centru pravidelně probíhají i vzdělávací kurzy pro rodiče, zájmové kroužky pro děti, cvičení či poradenství „Každý rok také pořádáme oblíbené akce pro rodiny s dětmi jako např. Pohádkový les, Mikulášská nadílka nebo soutěžní dětské odpoledne (I)kosí slavnost,“ vyjmenovává Květa Škrabalová, která vede v ICOSu rodinné centrum a také preventivní programy. „Tyto akce už se staly tradičními, navštěvují je stovky dětí a my jsme rádi, že se k nám vrací, a že je to, co děláme, stále baví.“



RC Krumlík v kostce:

- Hlídáním prošly stovky dětí.
- Zajištěno více než **79.000 hodin** hlídání dětí přímo v rodinném centru a téměř **3.350 hodin** hlídání v domácnostech ...
- Od roku 2014 do r. 2021 se táborů zúčastnilo **723 dětí**.
- Odborné vzdělávací aktivity navštívilo od roku 2011 více než **1450 osob**, zájmové kroužky navštěvuje každoročně cca **75 dětí**.



Rodinné centrum
Krumlík

Rodinné centrum Krumlík

Urbinská 184, Český Krumlov
tel: **774 292 622**

Mgr. Květa Škrabalová, vedoucí RC
krumlik@krumlov.cz, skrabalova@latran.cz
krumlik.krumlov.cz, FB RC Krumlík
provozovatel: ICOS Český Krumlov, o.p.s.

KDO SE STÁLE UČÍ, ZŮSTÁVÁ MLADÝ

PORADENSKÉ INFORMAČNÍ CENTRUM PRO SENIORY

od roku
2010

Informační centrum pro seniory (IC Senior) jsme založili jako jeden z programů ICOS Český Krumlov již před jedenácti lety. Od samého počátku jsou jeho nedílnou součástí dobrovolníci: senioři, kolegové z několika profesních oblastí, kteří nehodlali ani v důchodovém věku zahálet.

IC senior - klub aktivních seniorů připravuje pod vedením skvělé dobrovolnice Františky Kuncové každý měsíc nepřeberné množství aktivit: Kurzy, přednášky, výlety, exkurze, besedy, cvičení i sportovní aktivity.

Jako řada dalších dobrovolníků, kteří pod neziskovkou ICOS Český Krumlov pomáhají, přinášejí radost sobě i druhým. „Se seniory, kteří žijí aktivně, se v rámci IC Senior setkáváme pravidelně. A je to radost! Jejich chuť a energie, nové nápady jsou pro nás trvalou inspirací, přestože většina z nás je v ICOSu o generaci mladší,“ sděluje ředitel organizace Tomáš Zunt.

Každý rok na 200 akcí

V průměru připraví IC senior ročně 200 akcí a aktivit, kterých se účastní stovky lidí z řad široké, a nejen seniorské, veřejnosti „Dříve byly oblíbené především přednášky, nyní hlavně vycházky a společné výlety za kulturou a pamětihodnostmi, kurzy angličtiny a pohybové aktivity,“ doplňuje Magdalena Zronková, vedoucí Poradenského centra pro seniory. Poradenské centrum založil ICOS v roce 2018 s cílem ještě více rozšířit aktivity dobrovolnického IC Senior.

Poradenské centrum tak vzalo IC senior pod svá křídla, pomáhá s přípravou akcí, ale poskytuje i poradenské služby pro seniory. Jeho prostory v sídle ICOS slouží i pro setkávání seniorů, spolků, dobrovolníků.

Kdo se stále učí, zůstává mladý

Uvedený citát o mládí vystihuje naše starší kolegy z IC senior přesně,“ usmívá se Magdalena Zronková a dodává: „I v době pandemie zůstali naši senioři aktivní a chtějí učení, bez větších problémů jsme přešli na nějaký čas i do on-line prostoru.“

Poradenské informační centrum pro seniory sdružuje seniory, kteří chtějí a mohou žít aktivním životem, vzdělávat se a zapojovat se do společenského života komunity.



Poradenské informační centrum pro seniory

5. května 251, Český Krumlov
vedoucí Poradenského centra pro seniory:
Bc. Magdalena Zronková
tel.: **605 215 882**, zronkova@latran.cz
vedoucí IC senior: Františka Kuncová
tel.: **608 866 388**, infosenior@krumlov.cz
dobrovolnictvi.krumlov.cz
provozovatel ICOS Český Krumlov, o.p.s.

Poradenské informační centrum je otevřené všem aktivním seniorům, co se chtějí potkávat, vzdělávat, poznávat...

- Počet uspořádaných akcí: **1925**
- Věk dobrovolníků, kteří chodí IC senior zajišťují: **65 až 80**
- Ocenění: **diplom Senior klub v roce 2016**
- počet kontaktů v roce 2021 (účastníci akcí, poradenství): **904**

JIŽ OD ROKU 2007 SPOLUPRACUJE ICOS NA PROVOZU CHRÁNĚNÉ DÍLNY

od roku
2007

Už 15 let je v provozu chráněná dílna pro lidi se zdravotním postižením v Českém Krumlově, na jejímž provozu spolupracuje ICOS Český Krumlov. Posledních více než deset let spolupracujeme s firmou BONA ASSISTENTIA s. r. o. Dílna v sídle ICOS zaměstnává 25 až 30 lidí na částečné úvazky při třídění galanterie a skenování dokumentace. Je to druh práce, který mohou zvládnout i osoby s těžkým zdravotním

omezením. Pro tyto zaměstnance je to příležitost přivydělat si, ale především možnost uplatnit se a udržovat sociální kontakty.

Kontakt: Chráněná dílna, 5. května 251, Český Krumlov, kontaktní osoba Petra Tichá, tel.: 774 719 767, e-mail: icos@krumlov.cz.

Ingrid Jilková, koordinátor chráněné dílny

POMÁHÁME LIDEM VEN Z BLUDIŠTĚ PARAGRAFŮ

BEZPLATNÁ PORADNA MEZI PARAGRAFY

od roku
2006

Bezplatná poradna působí ve městě Český Krumlov již více než 16 let pro lidi, kteří potřebují pomoc v nejrůznějších oblastech práva. „Obdobně jako naše další služby, vznikla poradna z popudu, kdy zde obdobná služba zcela chyběla. A lidí, kteří se dostali do tíživé situace, kterou neuměli řešit bez další pomoci, byla a je celá řada. Většinou klienty sice nezastupujeme, ale pomáháme jim zorientovat se, najít vhodné řešení a cestu k vyřešení problému,“ uvádí Tereza Valachová, která působí na pozici vedoucí poradny již od roku 2007.

5 poboček ve třech regionech

V prvních letech fungovala poradna v Českém Krumlově 2 dny v týdnu. „V podstatě hned bylo zřejmé, že dva dny stačit opravdu nebudou. Již v roce 2006 se na poradnu obrátilo 445 lidí. A počet klientů a zájemců o služby poradny stále roste,“ vzpomíná Tomáš Zunt, ředitel ICOS na začátky poradny. Poradna se začala rozrůstat, díky zájmu a podpoře dalších měst i do jiných regionů. Dlouhodobě má poradna 5 poboček, mimo Krumlov, kde je otevřena 5 dní v týdnu, funguje i v Kaplici, Větřní, Trhových Svinech a Nových Hradech.

„Od počátku jsme se vrhli do práce naplno. Věnovali jsme se všem našim i dnešním tématům jako je občanské právo, pracovní právo, rodinné právo, základní trestní právo, bydlení, sociální systém, dluhová problematika. Společně se známou pražskou advokátní kanceláří Miroslav Krutina jsme tehdy řešili i dva zásadní soudní spory,“ vzpomíná Tereza Valachová.

Zastupování u soudu sice obvykle poradna neřeší, ale někdy jsou nezbytným vyústěním. V těchto případech šlo o precedentní záležitosti v oblasti pracovního práva.

I práce v poradně přináší radost

„Práce v poradně je krásná, napínavá, někdy radostná, jindy i velmi smutná. Ale dává nám také pocit naděje, když se povede problém klientů vyřešit. Osobně mi prošlo pod rukami několik tisíc klientů, je to hodně lidských příběhů. Vždy mi udělá radost, když se klient po poradenství „rozhoupe“ a zkusí svůj problém řešit sám, třeba jen za naší drobné podpory,“ sděluje Tereza Valachová z poradny a dodává. „Mám klienty, kteří mě provázejí i dlouhá léta. Ale i na nich vidím, že naše práce má výsledky a život mnoha klientů se zlepšuje,“ dodává na závěr Tereza Valachová. Klienti jsou díky poradně opatrnější, řeší své problémy, jak nejlépe umí a hlavně ví, kam se v případě problému obrátit.



Každý rok poradna navíc pořádá několik informačně vzdělávací akcí.

Pár údajů z poradny:

- Počet lidí, kteří se na poradnu obrátili: **10.298**
- Počet schůzek: **21.350**
- **Pobočky poradny:** Český Krumlov, Kaplice, Větřní, Trhové Sviny, Nové Hradce
- **Původní název:** Bezplatná právní poradna, od roku 2019 Bezplatná poradna mezi paragrapy.

Přišlo do poradny od klientů:

[...] Chtěla jsem vám po dlouhé době poděkovat za vaši právní pomoc na pobočce v Trhových Svinech [...]. Velké díky za vaši ochotu, vstřícnost a příjemné jednání. Taktéž díky zřizovateli bezplatného právního poradenství za tuto službu a možnost pro lidi, kteří si nemohou dovolat placené právníky.

Jana

[...] Díky vaší poradně je můj problém konečně řešený a vše se obrací v dobré. Je velmi dobře, že taková poradna existuje a pomůže lidem v podobné situaci, jako jsem já. [...]

R.M.



**Bezplatná poradna
mezi paragrapy**

Bezplatná poradna mezi paragrapy

5. května 251
381 01 Český Krumlov
tel. (pro všechny pobočky): **774 110 124**
nebo (pro Č. Krumlov) 380 727 600
e-mail: pravni.poradenstvi@krumlov.cz
poradna.krumlov.cz

Bc. Tereza Valachová
vedoucí bezplatné poradny

Mgr. Markéta Kneislová
zastupující vedoucí

provozovatel: ICOS Český Krumlov, o.p.s.

POMÁHÁME RODINÁM ZŮSTAT SPOLU

PODPORA RODIN A DĚTÍ V OHROŽENÍ

od roku
2014

Pomáháme a podporujeme rodiny, které se ocitly v nepříznivé životní situaci. Hledáme efektivní řešení s cílem zajistit, aby rodina plnila svoji funkci, i když je to někdy těžké a složité. Díky kvalifikovanému týmu této služby nás těší nespočet spokojených klientů.

Jedna část služby Podpora rodin je zaměřena na odborné poradenské služby, které může někdy potřebovat každá rodina (rodinné poradenství vč. terapie, psychologické, právní poradenství, mediace - tedy řešení konfliktů za pomoci nestranného odborníka atd.). Druhá část služby se věnuje spolupráci s OSPOD, tedy oddělením sociálně právní ochrany dětí.

Jsmo rádi, že tato služba u nás působí

„Máme velmi úzkou spolupráci se službou Podpora rodin a dětí v ohrožení, pravidelně se setkáváme a vzájemně se informujeme o provedených úkonech, předáváme nové klienty, vyhodnocujeme spolupráci a navrhujeme vzájemně nejlepší a nejefektivnější postupy.“

Tato služba nám velice pomáhá, jelikož není v našich silách se věnovat podrobně a dlouhodobě rodinám a dětem v ohrožení s náležitým efektem, jak tomu je u této služby. Jsmo rádi, že tato služba u nás působí,“ říká tým odboru sociálně právní ochrany dětí z města Kaplice.

Odborné poradenství, terapie, mediace

Během uplynulých let se služba rozvinula do podoby, kdy nabízíme rodinám širokou škálu činností jako je poradenství, terapie či mediace. „Nejen vlivem aktuální situace zaznamenáváme silnou poptávku po poradenských službách. Zvýšený tlak, napětí, sociální izolace, zvýšené nároky na děti i rodiče způsobují potíže i v rodinách, které doposud žily spokojeně. Klienti přichází s pocitem nejistoty, úzkostí, depresí, stresu, ztráty sociálních kontaktů, nezájmu i ztráty chuti do života.“

Problémy jednotlivců mají také vliv na větší napětí ve vztazích, ať partnerských, tak mezi dětmi a rodiči. Každý se se zátěží vyrovnáme různě. A pokud si nevíme rady, není ostudou vyhledat pomoc, která vám může pomoci nalézt zdroje, jak toto náročné období zvládnout,“ připomíná výkonná ředitelka ICOS, Ingrid Jílková.

„Oženit se, založit rodinu, přijmout všechny děti, jež přijdou, zachovat je na tomto nejistém světě a dokonce, bude-li to možné, je trochu věst, to je podle mého přesvědčení nejzastří meta, již může člověk dosáhnout.“

Franz Kafka

Poděkování od klientky:

„Dobrý den, chtěla bych poděkovat celé organizaci ICOS a konkrétně Kateřině Sulzerové a Petře Štikové za morální, psychickou i hmotnou pomoc mně a mým dětem, když jsme se ocitli v situaci ne námi zvolenou. Pro mě jako samoživitelku bylo v mých očích nedosažitelné se znovu zvednout. Díky službě Podpora rodin se celá rodina znovu postavila na nohy.“

Ještě máme kus cesty před sebou, ale to zlé je za námi, hrdě stojíme a pomalu jdeme kupředu. Mně osobně pomáhají v mém rozvoji správným směrem, a to celé se odráží i v mých dětech. Nesmírně si vážím toho, co pro mě dělají. Děkuji mnohokrát.“

Pavla V. s dětmi



Podpora rodin v kostce:

- Služba pomáhá rodinám zůstat spolu, a to formou terénní práce v rodinách, mediace, psychologickým poradenstvím a systematickou terapií
- Působí na Českokrumlovsku a Kaplicku
- Každý rok se služba věnuje cca **150ti rodinám**
- Za 7 let existence služby vykonala v **895 rodinách 13.469** intervencí



**Podpora
rodin**

Podpora rodin v ohrožení

Urbinská 184, Český Krumlov
Mgr. Petra Štiková, vedoucí služby
tel.: **774 440 422**
e-mail: podparodoin@krumlov.cz,
podparodoin.krumlov.cz
FB Podpora rodin ICOS Český Krumlov

PŘIPRAVUJEME DĚTI NA ŽIVOT

PREVENTIVNÍ PROGRAMY

od roku
2007

Právo zážitkem

V letech 2007 až 2013 jsme realizovali probační program „Právo pro každý den“ pro mladistvé, kteří se dostali do střetu se zákonem. Cílem programu bylo snížit u nich riziko opakování trestné činnosti a opětovně je začlenit do společnosti. Na tento program v roce 2016 navázal preventivní program „Právo zážitkem“ pro širší cílovou skupinu, zejména mladé lidi v péči OSPOD (oddělení sociálně-právní ochrany dětí). Obou programů se zúčastnilo **568 osob**.

„Účastníky programu jsou mladí lidé, často z dysfunkčních rodin, kteří mají zkrácenou představu o zákonech, výchově i běžném životě,“ vysvětluje Tereza Valachová, jedna z lektorek programu. „My jim předáváme informace a zkušenosti z reálného světa a snažíme se je nasměrovat na perspektivnější cestu.“

Preventivní programy probíhají v malých skupinách do 15 účastníků. Jejich velkým přínosem je, že se zde účastníci setkávají se zájmem o svou osobu a zažívají, pro ně často nezvyklé, pocity úspěchu.

Preventivní programy Spirála

V roce 2018 jsme rozšířili svou činnost o Preventivní programy Spirála, které jsou určeny třídním kolektivům základních a středních škol. Během několika dvouhodinových setkání mají děti možnost diskutovat na různá témata, řešit aktuální problémy ve třídě a společně sdílet a prožívat, čím si zrovna procházejí.

Práci ve školách značně zkomplikovala pandemie COVID-19. Přesto lektori za poslední 2 roky pracovali s více než **40 třídními kolektivy na 8 základních školách a pro 4 školy realizovali adaptační pobyty**.

„Děti tráví ve škole velké množství času. Bezesporu je toto prostředí velmi ovlivňuje. Práce s třídním kolektivem pomáhá ke zlepšení vztahů, vnímání odlišností a celkově k lepšímu pochopení nás samotných,“ tvrdí Daniela Jíchová, lektorka preventivních programů. „Programy jsou přínosné i pro třídní učitele - mají možnost děti vidět v jiných situacích, naladit se s nimi na stejnou vlnu a stát se součástí kolektivu,“ dodává Viktorie Schönabauer Kušnirenková, další z lektorek programu.



Preventivní programy

Spirála

Preventivní programy Spirála

Koordinátor třídních programů a adaptačních pobytů:

Mgr. Květa Škrabalová

skrabalová@latran.cz, tel.: **774 292 622**

<http://spirala.krumlov.cz>

Koordinátor programu „Právo zážitkem“:

Mgr. Ingrid Jílková, výkonná ředitelka ICOS

jilkova@latran.cz, tel.: **774 137 676**

Provozovatel: ICOS Český Krumlov

BEZPLATNÁ PORADNA ROZŠÍŘILA PROVOZNÍ DOBU



Bezplatná poradna mezi paragrafy

Bezplatná poradna mezi paragrafy pomáhá lidem v Krumlově již více než 16 let. Má i pobočky v Kaplici, Větrní, Trhových Svinech a Nových Hradech. „V posledních letech řešíme nejvíce dluhové poradenství, máme i platnou akreditaci ministerstva spravedlnosti k podávání návrhů na oddlužení klientů,“ zmiňuje Markéta Kneislová z poradny jeden z tematických okruhů, na něž se poradna zaměřuje. Každý rok se na poradnu obrátí kolem 9 stovek lidí. „Někdy však byly pro klienty docela dlouhé čekací lhůty, proto se snažíme provozní hodiny neustále rozšiřovat, aby lidé, kteří potřebují a chtějí svůj problém řešit, čekali co nejméně,“ vysvětluje Markéta Kneislová důvody pro další rozšíření provozních hodin.

Obrací se na nás mladí, starší, pracující, čím dál více i senioři...

Výše zmíněná dluhová problematika je pouze jednou z oblastí, které se poradna věnuje. Řeší i problémy v občanském, pracovním, rodinném, správním právu či radí s orientací v sociálním systému. Řadu let má také vyhrazeny hodiny pro spotřebitelskou problematiku. „Ta je

obzvláště citlivá pro seniory, stále se na nás obrací řada lidí, kteří naletěli podomním prodejčům, v posledních měsících také opět narostl počet lidí v souvislosti s krachem poskytovatelů energií, kdy se různí prodejci snaží využít této situace. A nejvíc ji odnášejí právě senioři,“ uvádí Tomáš Zunt, ředitel neziskové organizace ICOS, která Bezplatnou poradnu provozuje. I proto jsme rádi, že s podporou MPO ČR můžeme část hodin poradny věnovat právě spotřebitelské tematice, reklamám či odstoupením od smlouvy.

Aktuální provozní hodiny poradny v Českém Krumlově

pondělí: 08.00 - 12.30 a 13.00 - 17.00

úterý a středa: 8.00 - 12.30 a 13.00 - 16.00

čtvrtek: 08.00 - 12.30

pátek: 08.00 - 13.00

Upozornění:

do odvolání je nutné se z důvodu pandemie koronaviru dopředu objednat.

tel.: **774 110 124**, e-mail: pravni.poradenstvi@krumlov.cz

Více informací na www.poradna.krumlov.cz

V ROCE 2021 POMÁHALO ICOSU VÍCE JAK 80 DOBROVOLNÍKŮ. DĚKUJEME!

Pod Dobrovolnickým centrem ICOS Český Krumlov pomáhalo v roce 2021 pravidelně přes pět desítek dobrovolníků a dalších téměř 30 pak jednorázově na našich akcích a táborech.

Vaše pomoc a podpora je nedocenitelná. Za rok 2021 děkujeme jmenovitě těmto dlouhodobým dobrovolníkům (v abecedním pořadí): Bártová Martina, Bidelníková Lucie, Bittnerová Stanislava, Blažková Lenka, Čejková Marie, Čurdová Anežka, Fousková Jindřiška, Guida Jana, Hanáková Jarmila, Hrindová Barbora, Kamenská Barbora, Karasová Petra, Kitzlerová Ludmila, Klementová Ivana, Kliková Hana, Kocourková Hana, Koukalová Barbara, Kroneislová Hana, Kuncová Františka, Kusová Eva, Lapšanská Lenka, Lišaníková Tina, Marešová Kateřina, Matějčková Helena, Matušová Valentýna, Maurerová Leontýna, Mladá Denisa, Nováková Eliška, Novotná Jitka, Rezková Alena, Roučová Vendula, Řežábová Eva, Říhová Simona, Selucká Ivana, Skalická Marcela, Stifterová Bohuslava, Stluková Eva, Studená Hana, Studený Zdeněk, Svobodová Miroslava, Šimečková Anna, Špičáková Magdaléna, Šprinc David, Štika Jiří, Štiková Petra, Thonová Miroslava, Tylová Hana, Valachová Eliška, Valvodová Hana, Veselá Eva, Vondrovicová Dagmar,

Zelová Marie, Zronková Magdalena, Zunt Vladimír. **Děkujeme také dobrovolníkům**, kteří pomáhali na našich akcích: **za letní a příměstské tábory RC Krumlík** Stanislavě Bittnerové, Karolíně Koritákové, Katrin Lišaníkové, Denise Mladé, Aleně Procházkové, Petře a Jirkovi Štikovými. **Za Pohádkový les děkujeme** Martině a Jitušce Bártovým, Daniele, Aniče a Pavlíkovi Jíchovými, Markétě Kneislové, Markétě Kubínové, Haně, Gitušce a Čendovi Markovým, Ladě Matějkové, Bětušce, Fanouškovi a Vendule Roučovým, Petře a Martinovi Štikovými, Tomáši Šulkovi, Heleně Štěpánové a Petře Vozábalové. Poděkování patří i **dobrovolným lektorům**, kteří svůj čas nezištně v roce 2021 věnovali Poradenskému a informačnímu centru pro seniory: Danielová Gabriela, Glaserová Alice, Stichová Jana, Šedivá Anna, Vorlová Jana. Zvláštní poděkování patří **Františce Kuncové** za vedení dobrovolnického Informačního centra pro seniory a **Haně Kocourkové** za vedení mezi-generačního projektu, kde děti ze základních škol připravují program pro klienty domova pro seniory. Dále všem dobrovolníkům, kteří pomáhali na **dobročinném běhu Krumlovská 11**.

DĚKUJEME ZA KRUMLOVSKOU 11

III. ROČNÍK PŘILÁKAL REKORDNÍ POČET ÚČASTNÍKŮ



V neděli 7. listopadu 2021 proběhl III. dobročinné sportovně společenské akce Krumlovská 11. A díky velkému počtu běžců a řadě partnerů to byl opět krásný den, který navíc přinesl výtěžek ve výši téměř 70 tisíc korun, což umožnilo zajistit 130 hodin Osobní asistence pro seniory a děti se zdravotním postižením!

DĚKUJEME všem členům organizačního výboru, kteří pomáhají ICOSu s organizací akce, zejména Martinu Hákoví, Kubovi Průchovi, Pepovi Haláčkovi, Radimu Roučemu, Martinu Tomkovi, Mírovi Březinovi, Mírovi Škrabalovi. A Majdě Zronkové, Hance Šustrové a Květě Škrabalové z ICOSu za to, že si organizaci K11 berou dobrovolně na svá bedra. **Dále lidem v doprovodném programu a technickém zajištění:** Radku Tomanovi a jeho svěřencům z Vodní záchranné služby, Stanislavu Valachovi a Jiřímu Lukšovi za hudební doprovod, fotografům Zdeňku Indrovi, Luboru Mrázkovi a Ladislavu Pouzarovi,

Spolku Polévka, která pomáhá – Adéle Stiborové a Petře Jamrichové, hasičům Karlu Mrázkovi a Karlu Maurerovi, za hereckou roli svatého Martina Janu Vozábalovi, dobrovolnicím z Českého červeného kříže, Věře Studené a Stáji Pohoda, Tereze Valachové za moderování akce, českokrumlovskému Tesco. **A dobrovolníkům, kteří pomáhali při organizaci, na trase a všude, kde bylo potřeba:** Martině Bártové, Hance Čadové, Anežce Čurdové, Markétě Kneislové, Věře Kutlákové, Hance a Zdeňkovi Studených, Ireně Šimečkové, Heleně Štěpánkové, Petře Štikové, Natálce Tiché, Nině Zronkové.

A děkujeme všem partnerům akce!

Generální partner



Rodinný běh LINDE



Nebudjinde, poběh s Lindou!

Mediální partneři

České Budějovice



barbari

Další partneři



Akce se koná pod záštitou starosty města Český Krumlov
Mgr. Dalibora Cardy a za spolupráce s městysem Pídlolí

ČESKÝ KRUMLOV



/krumlovska11





AKCE ICOSu, KTERÉ SE VŽILY DO KRUMLOVSKÉHO ŽIVOTA VÍCE JAK 20 LET JSME S VÁMI!

ICOS Český Krumlov pomáhá tam, kde je potřeba, zajišťuje řadu služeb pro seniory, děti s postižením, rodiny s dětmi i lidi v krizi. A pravidelně také pořádá řadu akcí pro místní komunitu. Rádi se s vámi na nich setkáváme.

(I)kosí slavnost a Pohádkový les - akce pro rodiny s dětmi

Od založení Rodinného centra Krumlík pořádáme pro rodiny s dětmi červnovou (I)kosí slavnost (dříve Táta dneska frčí). Začínali jsme na dopravním hřišti pod DDM. Tento prostor nám ale začal být brzy malý, poslední roky organizujeme tuto akci v Pivovarské zahradě. „(I)kosí slavnost každoročně navštěvují stovky rodin. Posledního ročníku se zúčastnilo téměř 300 dětí a 200 dospělých, pro které byla připravena spousta zábavných aktivit. Většinu programu zajišťuje přes 50 dobrovolníků, bez kterých by se tato akce nemohla uskutečnit,“ upřesňuje Květa Škrabalová, vedoucí RC Krumlík a hlavní organizátorka akce. **V roce 2022 si můžete zapsat do diářů termín 11. června 2022.**

Před lety jsme také obnovili krumlovskou tradici Pohádkového lesa na Dubíku. Ten organizuje naše Rodinné centrum Krumlík každý rok v září.

„Polévka, která pomáhá“ - pro všechny jedlíky 😊

Tradiční krumlovský masopust jsme v roce 2020 poprvé obohatili o akci „Polévka, která pomáhá“. Dobrovolníci zde vaří a na náměstí Svornosti prodávají své kulinářské pochoutky, dobrovolně se zapojují i místní restaurace. Výtěžek z této akce míří do Dobrovolnického centra ICOS, na podporu dobrovolníků v domovech pro seniory, nemocnici či těch, kteří se věnují dětem s postižením nebo z rodin v krizi. První ročník přinesl čistý výtěžek 30 tisíc korun. Akci spolu s ICOSem zajišťuje tábořský neziskový spolek „Polévka, která pomáhá“.

V roce 2021 jsme museli kvůli pandemii koronaviru polévku vynechat. Věříme, že letos se všichni sejdeme. **V pondělí 7. března 2022 na Náměstí Svornosti! Srdečně vás zveme.**



Tradiční běh Krumlovská 11 - pro běžce i neběžce

Od roku 2018 pořádáme společensko-dobročinnou akci Krumlovská 11 pro všechny aktivní i pasivní sportovce i pro rodiny s dětmi. Hlavní běh na 11 kilometrů, štafety i rodinný běh - to jsou tradiční disciplíny K11 spojené s koupáním v rybníce 😊, martinskou husou a spoustou dalšího.

Na nedělní sportovní klání (vždy kolem sv. Martina) navazuje i celoroční běhání. „Víme, že kolem nás je spousta lidí, kteří chtějí pomáhat druhým. A pomáhat pohybem s námi je navíc skvělé v tom, že pomáháme jednoduše sobě, ale i druhým ve svém okolí. Již první rok se do akce „Běhej celý rok“ zapojily dvě desítky běžců. Věříme, že letos nás bude ještě víc,“ láká všechny aktivní lidi Tomáš Zunt, ředitel ICOS. Výtěžek putuje na podporu klientů Osobní asistence.

V roce 2022 se Krumlovská 11 bude konat v neděli 13. listopadu! Na www.krumlovska11.cz najdete i více informací k doprovodné akci „Běhej celý rok“.

Pokud se chcete do našich akcí jakkoliv zapojit, budeme rádi.
Kontakt: sustrova@latran.cz, nebo tel.: 739 010 444

Hana Šustrová, PR a fundraiser ICOS