

Výroční zpráva
za rok 2019



IMPULS

nadační
fond

Výroční zprávu roku 2019 věnujeme všem statečným lidem, kterým, ať jsou zdraví, nemocní, záleží na druhých a věnují svůj čas péči o ty, kteří to potřebují. Kterým druzí stojí za to, aby se o ně starali, aby jim pomáhali.

Obsah

Úvod

Slovo předsedkyně správní rady 7

Východiska a výzvy 8

Nadační fond IMPULS představuje své týmy 10

Výzvy a další výzvy 14

Poslání Nadačního fondu IMPULS 16

Co a jak řešíme a co jsme již dokázali 16

Proč Nadační fond IMPULS?

Vznik a cíle Nadačního fondu IMPULS 27

Zakladatelé Nadačního fondu IMPULS 27

Řídící a kontrolní orgány k 31. 12. 2019 28

Bankovní účty Nadačního fondu IMPULS 28

Formy a typy darů 30

Výroční zpráva Registru ReMuS – v samostatné příloze

Slovo ředitelky projektu ReMuS 31

Činnost v roce 2019

Kalendárium akcí a projektů 32

Finanční část výroční zprávy Nadačního fondu IMPULS

Seznam nadačních příspěvků přiznaných správní radou a vyplacených v roce 2019 37

Přehled přijatých darů v roce 2019 40

Náklady nadačního fondu, kontrola výdajů, hospodářský výsledek 42

Účetní závěrka Nadačního fondu IMPULS a její schválení 43

Zpráva nezávislého auditora pro správní radu nadačního fondu za rok 2019 44

Příloha k účetní závěrce Nadačního fondu IMPULS za rok 2019 48

01. Několik slov úvodem

Vážení a milí přátelé,

přišlo jaro 2020 a svět zahaluje – spolu s panikou – situace, která mění naše hodnoty, postoje. Vrací nás k sobě, do centra nás samých. Situace, která zaskočila asi každého.

Tuto výroční zprávu připravujeme v době, kdy Covid-19 přepisuje svět tak, jak ho známe. Nevíme, co nás čeká v dalších měsících, nakolik nás ovlivní pandemie. Ukazuje, co je důležité a co je zbytné, co je zásadní a co je nepodstatné. Covid-19 přiměl k zastavení, ke zpomalení a soustředění. Den ze dne se život každého proměnil. Strach, zavřená divadla, koncertní síně, kina, školy, domácí vyučování, práce z domova, žádné cestování, žádné akce, omezení v dopravě. Máme strach o své blízké, chráníme rodiny. A pokud jste se s koronavirem setkali osobně, zasáhl Vaše blízké (a ano, vím, o čem mluvím – sám o sebe se člověk nebojí, bojí se o ty, které má rád), víte. A na druhé straně možnost být se svými blízkými víc, čas usebrání, klidu, i bilancování.

V čase, který maže rozdíly, si lidé navzájem pomáhají, podporují tak, jak mohou. Čím mohou. Komu poděkovat dříve? Koho vyzdvihnout? Pohled na minulý rok dnes dostává nové předznamenání.

Děkuji všem lidem dobré vůle, dobrého srdce, otevřeným a připraveným pomoci. Vám všem, kteří tyto řádky čtete. Protože i Vy stojíte tam, kde je to zapotřebí.

Každý rok výroční zprávou děkujeme našim dárcům, partnerům, dobrovolníkům. Snažíme se, aby – pokud jí čtete – nebyla nudná. Výroční zpráva roku 2016 a verše či malé prózy divadelního režiséra a básníka Jana Borny jako hold jeho práci i tomu, že přes tvrdě postupující roztroušenou sklerózu se nevzdával do posledního dne. Rok 2017 provázal, jako zrcadlení života, fejeton Martina Švihly, rok 2018 slunečnice projektu Rozsvíťme ČR – povídky, básně, obrázky dětí i dospělých.

Na výroční konferenci Fóra dárců (jehož jsme dlouholetými hrdými členy) zazněly stesky od mnoha neziskových organizací nad smyslem výročních zpráv. Tolik práce, snahy, tolik úsilí a v lepším případě si někdo prohlédne alespoň čísla. Výroční zpráva jsou čísla i výsledky, které se do čísel zachytit nedají.

Jak jí ale vdechnout něco, ducha, kterým bude žít? Zajímavou formou – jako staré prvorepublikové noviny, s origami na druhých stranách nebo s pexesem...

Snad i naše letošní forma Vám přinese něco dobrého – pokud budete chtít, tak do slova a do písmene.

V tomto roce se projekt registru pacientů ReMuS připravoval na vykročení svojí samostatnou cestou. Zůstává důležitým projektem, důležitým jak pro výzkum, lékaře, tak i pro ty, kterým RS vstoupila do života a kteří upírají své naděje k novým lékům, k novým možnostem.

Děkuji Vám z celého srdce za vše. Za každou podporu finanční – každá částka pomohla některému z projektů, děkuji Vám za osobní povzbuzení, úsměv, radost, názor, za každou hodinu práce dobrovolníků (a že jich není málo – celý MaRS maraton je o dobrovolnících), za všechny slunečnice – tolik dětí poslalo radost v podobě obrázků, fejetonů, povídek...

Přeji Vám hodně inspirujících setkání, pomocné ruce kdykoli jsou zapotřebí. A radosti, o které když se rozdělíte, se znásobí.

Za Nadační fond IMPULS

Kateřina Bémová

Tato výroční zpráva byla schválena správní radou Nadačního fondu IMPULS dne 23. 9. 2020.

02. Východiska a výzvy

Roztroušená skleróza je dnes již léčitelná, ale stále patří mezi nevléčitelné nemoci. Tuto diagnózu si nejčastěji vyslechnou mladí lidé na počátku profesního a rodinného života. Nevyzpytatelné a nejednoznačné příznaky, stále panující pověry, obava mluvit o nemoci, strach z odsouzení, manipulace. Zátěž, která rozhodně úspěšné léčbě nepomáhá.

Stále chybí základní a důležité informace, a to ve dvou rovinách – jednak k široké veřejnosti, jednak směrem k samotným lidem s RS.

Ne všechno, co lidé s RS potřebují, je hrazené z veřejného pojištění. A ne všechno, co pro sebe mohou a mají dělat, je všeobecně známé. Zde je osvěta provázána s projekty nadačního fondu, které umožňují žít kvalitní život RS navzdory.

Snažíme se rozšířit základní povědomí o projevech nemoci, přiblížit možnosti a umožnit lidem se nebát říci – mám roztroušenou sklerózu.

... a co jsme pro to udělali:

4 PROJEKTY S CELOREPUBLIKOVOU PŮSOBNOSTÍ



SYSTEMATICKÁ PRÁCE S MÉDIÍ

- vydávání tiskových zpráv k aktuálním tématům, podněty novinářům
- přímé vystupování v médiích
- pořádání tiskové konference
- účast na odborných konferencích a pořádání odborných seminářů

OSVĚTOVÉ A ODBORNÉ AKCE, KTERÉ PŘÍMO POŘADÁ NEBO SPOLUPOŘADÁ NADAČNÍ FOND IMPULS

- K jednotlivým akcím jsme vydali 27 tiskových zpráv.

VÝSTUPY

- 182 výstupů se sledovaností 36 284 450 MaRS 2019, celostátní a regionální
- 47 výstupů se sledovaností 21 104 620 – tisková konference k registru ReMuS
- 118 výstupů se sledovaností 14 439 120 – Rozsviťme ČR a Světový den RS
- 42 výstupů se sledovaností 2 322 400 – Rozsviťme podzim a III. ročník výtvarné a II. literární soutěže

** (Výstupy v tomto případě zahrnují celou mediální škálu – články v novinách, časopisech, rozhovory v rozhlasovém a televizním vysílání včetně regionálních médií. **Sledovanost** médií se měří prostřednictvím široké škály nástrojů, které se od sebe liší zaměřením na různá média a různými přístupy k jejich sledovanosti. Krom sledovanosti televize se měří také poslechovost rozhlasu (Radioprojekt), návštěvnost internetových serverů či náklad a čtenost tisku. Náklad tisku v České republice ověřuje kancelář ABC ČR a o výzkum odhadů*

čtenosti tisku se v České republice stará Media projekt. Náklad tisku lze stejně jako sledovanost televize měřit hned z několika hledisek, jako jsou např. tištěný náklad, prodaný náklad, celkově distribuovaný náklad apod. Zdroj: mediagram.cz)

Sledovanost je zajímavý fenomén dnešní doby. Kolísá a do předu nikdy nemůžete říci, jak který projekt či akce bude zajímat média. Těší nás ale všechny možnosti, které otevřeně pomáhají přiblížit RS z mnoha úhlů a různých pohledů.

Nadační fond IMPULS představuje své týmy

Jako první představíme početnější tým, tým projektu ReMuS:



Mgr. Jana Vojáčková, MBA, projektová ředitelka registru ReMuS

(text Kateřina Tichá, Jiří Drahota)

Kdyby Jana nebyla člověkem, v říši techniky by určitě byla lokomotivou. Jejím největším darem je totiž uvádět věci do pohybu, a to silou až neuvěřitelnou. S nadhledem a notnou dávkou grácie je v našem registru tím přesným kompasem, který udává směr našich dalších kroků. S vášní pro cokoliv, do čeho se vrhá, si ale zároveň vždy najde čas na to být nám oporou ve chvílích, kdy nevíme kudy a kam. Jana totiž patří mezi ten druh lidí, na které je vždy a za každých okolností spoolehnutí – a to nejen pracovně, ale také lidsky.

Nové síly nejraději nabírá na čerstvém vzduchu a s rodinou, na zahradě, nebo v přírodě, takže když na chvíli „vypne motor“, najdete ji právě tam.

janavojackova@multiplesclerosis.cz



doc. MUDr. Dana Horáková, PhD., odborný garant registru ReMuS

(text Jana Vojáčková, Kateřina Tichá, Jiří Drahota)

Dana ráda žertuje o tom, že společně s Janou jsou „spolumatkami“ našeho registru. A nezbývá než jí dát za pravdu, protože bez jejího neutuchajícího nasazení, nadšení a erudice by dnes ReMuS nebyl tam kde je. Osud jí dal do vínku krásnou lidskou kombinaci – je výborná lékařka, dobrá manažerka a především skvělý člověk. Ač je sama jako lékařka, vysokoškolská pedagožka a vedoucí mnoha vědeckých projektů velmi vytížená, nebyla by to ona, kdyby si nevyšetřila čas na to, co má nejraději – sport a rodinu.

U Dany začíná každý den Ranní kávičkou Terezy Spencerové, která ji nastartuje tak, že udržet s ní její tempo bývá někdy takřka nadlidský úkol.

dana.horakova@vfn.cz



Ing. Jiří Drahoš, manažer klinických studií registru ReMuS

(text Jana Vojáčková, Kateřina Tichá)

Když jsme se rozhodli najít k nám do týmu dalšího srdcaře, našli jsme si právě Jirku. Věda, technika, lidé a obchod. Zdánlivě spolu nesouvisející oblasti a přesto v nich Jirka dokázal najít propojení a radost. Šťastná náhoda, kterou dokáže napsat jen sám život, jej přivedla do našeho týmu, kde s nadšením vytváří podmínky pro českou účast v mezinárodních výzkumných projektech a je u nás v registru právě tím, komu neunikne žádný detail. Můžete se tak spolehnout, že si všimne věcí, které nám ostatním lehce proklouznou mezi prsty – a ještě je svým sedmým estetickým smyslem vylepší na výbornou. A když náhodou není ve své kanceláři, můžete ho potkat někde v cizích krajích, které jsou jeho druhou radostí.

jiridrahoš@multiplesclerosis.cz



Bc. Kateřina Tichá, asistentka registru ReMuS

(text Jana Vojáčková, Jiří Drahoš)

V ReMuSu je to právě Káťa, kdo se stará o to, aby všechno probíhalo hladce. Ať už jde o komunikaci s partnery či spolupracovníky nebo o zajištění věcí, které nás ostatní moc nebaví. Ačkoliv její práce není vždy vidět navenek, jsou to právě její svědomitost a pečlivost, kterými zásadně pomáhá každému z nás... a hlavně, když je potřeba, sáhne do šanonu a má to!

Ač klidná a zdánlivě skutečně tichá, skrývá se v ní neuvěřitelná vnitřní síla a především čistá lidskost. Miluje češtinu a dokáže ji krásně uplatnit nejen ve svých verších, ale i v hudbě, ve které dokáže být surově opravdová, přesně taková, jakou ji známe z registru. A kde čerpá energii? V zajímavých krajinách, sama, dobrovolně odloučena od přetechnizované civilizace.

katerinaticha@multiplesclerosis.cz



Mgr. Zdeněk Telička, IT podpora registru ReMuS

(text Jana Vojáčková, Kateřina Tichá, Jiří Drahoš)

Zdenda je svými vlastnostmi zdobnou součástí našeho registru. Velký optimista a nadšenec, pro kterého je registr srdeční záležitostí a současně i velkou výzvou. Bohatě pracovní zkušenosti vkládá ve volných chvílích právě sem k nám. Není nic, co by po celé republice nevyřešil. Ve vztahu k registru je neskutečným šetřílkem – ví, že peněz není mnoho, a tak nejprve dlouho přemýšlí, a pak přijde s naprosto originálním a jednoduchým řešením, které stojí pětkrát méně než všechny ostatní návrhy. Ve volném čase je to ale především gurmán a velký patriot. Chcete jít do dobré restaurace? Chcete poradit dobrý mok? Nebojte se obrátit na našeho Zdendu! S naprostou jistotou Vám doporučí kvalitu v rodné Ostravě, v pracovní Praze či v Brně, kde pomáhá malým českým vinařům sklízet úrodu a vyrábět skvělé české víno.



Ing. Lukáš Sobíšek, PhD., statistik registru ReMuS

(text Jana Vojáčková, Kateřina Tichá, Jiří Drahota)

Ve známé písničce se zpívá, že „statistika nuda je, má však přesné údaje.“ Ale Lukáš už při svých studiích zjistil, že to nuda vůbec být nemusí a naopak – našel v ní svůj profesní cíl. Dokáže se postavit čelem ke statistickým výzvám registru a při přesném zadání zpracovává rychlostí blesku takové objemy dat, o jakých by se většině z nás ani nezdálo. Je to právě Lukáš, díky kterému i my, „nestatistici“, začínáme chápat, že statistika má přesné údaje a bez ní to v registru prostě nejde!

Ale Lukáš nežije jen čísla. Síly nabírá v přírodě a jeho osobní život je plný zajímavých koníčků. Hru na housle a kytaru piluje ve zkušebně se svojí kapelou a nedávno pokřtil i svoji první básnickou sbírku.

Za všemi ostatními projekty Nadačního fondu IMPULS stojí tým:



Mgr. Eva Vychodilová, webové stránky a sociální sítě

(text Jana Vojáčková, Kateřina Tichá, Jiří Drahota)

Eva už od malička miluje skládat slova k sobě a tvořit z nich texty – od krátkých postřehů a básniček, až po pohádky a povídky. Se stejnou láskou a vášní opečovává i sociální sítě a webové stránky registru. Evu asi nejlépe vystihují první slova písně, kterou jí kamarádi napsali k narozeninám: „Světlem chodí stovky žen – jen jedna utíká, zkouším si vybavit její tvář, je to náš unikát...“. A naše Eva opravdu světem spíš utíká, než jde – a stíhá toho bravurně tolik a takovým tempem, že nám z toho všem jde hlava kolem. Když zrovna netráví čas s rodinou, nesportuje, nepíše nebo necestuje, najdete ji obklopenou přáteli na koncertě, v divadle nebo v přírodě.



Marcela Nováková, asistent/back office

(text Eva Vychodilová)

Marcela se stará o administrativní záležitosti nadačního fondu. Pro tuhle práci je jako stvořená, žádná položka nezůstane nepovšimnuta. Kdybychom ji v IMPULSu neměli, brzy by v naší kanceláři bylo nejspíš všechno vzhůru nohama. Díky dlouholetým zkušenostem, střizlivému nadhledu a bystrému oku často přichází s praktickými vychytávkami i podnětnými připomínkami k našim projektům a akcím. Spoustu času a energie věnuje také své rodině. Ráda vyrazí na kolo, brusle nebo lyže. Příjemně strávený večer pro ni znamená v divadle a s dobrým jídlem. Jejím mottem je: „Jednoduchost je nekonečná dokonalost. Dokonalost je nekonečná jednoduchost.“

info@nfimpuls.cz, novakova@nfimpuls.cz



Ing. Kateřina Bémová, projektová ředitelka NFI a předsedkyně správní rady

(text Eva Vychodilová)

V literárním světě, do kterého se nechá ráda lapit, by Kateřina zcela jistě byla moudrou rádkyní či rozvážnou vládkyní. Zkrátka ženou, která s grácií, nadhledem a nonšalantním klidem dokáže utišit zjitřené emoce, pohladit na duši a vytěsnit stres. Navrch pak vždy přidá některé ze své bohaté zásoby životních rad a nezbytný citát, bez něhož se neobejde žádný dokument z jejího pera. Díky svým komunikačním schopnostem, které trefně dokáže přizpůsobit cílové skupině, umí okouzlit děti v mateřské škole, zaujmout pubertáky a mezi dospělými získat nadšence, partnery i prostředky pro dobrou věc. Všim tímto umem kraluje také nám v IMPULSu, jehož akce a setkání navíc okoření vynikajícím domácím chlebem nebo palačinkami s neotřelými pestrobarevnými marmeládami. Nejen těmito dobrotami vytrvale a s láskou sytí také celou svou početnou rodinu, kterou nade vše miluje. Svůj život by si nedovedla představit také bez skautských táborů, moře nebo aikida.

katerina.bem@seznam.cz

„Minulost se mění podle přítomnosti. Změní-li se přítomnost, změní se i náš pohled na minulost.“

— Bohuslav Martinů

Výzvy a další výzvy...

Vše, co děláme, dělejme rádi. S radostí a pro radost. Svoji, druhých. Pro radostný úsměv, pro slzu štěstí, pro každý další den. Váhu a vážnost celé výroční zprávy letos odlehčíme tematicky a trochu jinak. Snad Vám bude změna po chuti...

Malá antistresová kuchařka pro dobrou náladu
Láska, která prochází žaludkem...

Možná nevaříte rádi, ale určitě máte vedle sebe někoho, kdo ano. Tak tedy směle dál.

Marmeláda, džem a zavařenina.

Tři názvy, které nepoužíváme správně (ale tolik věcí musíme dodržovat; nejde přecházet na červenou a nikomu nedoporučujeme skákat po hlavě do neznámé vody...), a není to tady vlastně jedno? Ano i ne. Jak budete říkat svému oblíbenému mazání na palačinku nebo chleba, záleží jen na vás. Liší se nejen nějakou normou či vyhláškou, ale hlavně technologickým postupem, který vše zjednoduší a ujasní. Vaše zavařování se promění ve vášeň, a všechny kolem vás v zamilované strávníky.

Zavařenina: podle našich babiček se ovoce umlelo nebo potom prolisovalo sítem. Plody s měkkou slupkou (rybíz, maliny, ostružiny, ale i třešně, višně...) se nejprve mírně povaří, dokud nezměknou a neuvolní přírodní pektin – přidání cukru dříve brání uvolnění pektinu a tím dobré konzistenci. Poté přidáme cukr a **prudce povaříme** cca 5–10 minut, hlasitě žbluňká – podle ovoce, jeho obsahu pektinu, podle potřeby přidáváme pektin. Při 105 °C tuhne (pektin s cukrem mají takové ujednání).

Džem: (jahody, meruňky, broskve) se dělá skoro stejně jako zavařenina, liší se v několika detailech. Nejprve se ovoce „naloží“ do cukru a tím se zpevní celá struktura, tím vzniknou celé kousky, které se nerozvaří. U některých potom nemusíte dodávat pektin, stačí šťávu, kterou ovoce v cukru pustí, redukovat a teprve potom přidat ovoce a citrónovou šťávu. Znamená to také, že se od začátku vaří s cukrem. Nemusí být tak tuhý jako zavařenina, proto nevádí zralější ovoce (s menším obsahem pektinu). Vaří se na mírnějším ohni a nechává se částečně zchladnout před plněním do sklenic. Ano, potom je dobré je sterilizovat.

Marie Janků-Sandtnerová ve své Knize rozpočtů a kuchařských předpisů (jsem hrdý vlastník výtisku z roku 1941) jako jam (čteme džem) v receptech uvádí kombinaci prolisované šťávy z angreštu nebo rybízu, poté považené, další směsi ovoce lehce považené v cukru svařeném na nitku: „Tento jam je zvlášť jemný a dobrý. Tyto zavařeniny „jam“ mažeme na chléb nebo housky, zvláště dětem. Také je můžeme jísti k čaji. Nejvíce jsou oblíbeny v Anglii ve všech domácnostech...“ a potom, že pro Angličany je to pomerančová marmeláda!

Marmeláda: se připravuje z citrusů (převážně z citrusů), je stejně hustá jako zavařenina, se kterou má některé shodné postupy, a zásadně se liší tím, jak dlouho se vaří.

Pár rad a nápadů, takový malý nudný úvod, který klidně přeskočte (vraťte se k němu, nebo ne).

A možná na **pravé stránce** je něco zajímavého? Podívejte se...

Želírovací zkouška: zda a jak tuhne, je dobré vyzkoušet na vychlazeném talířku. Některé zdroje doporučují z mrazáku, ale lednička stačí.

Čajovou lžičku nalijte na talířek, počkejte minutu a prstem zkuste, jestli se krčí, trochu zůstává mezera. Pokud ne, vraťte zpět na oheň a vařte další tři minuty. Opakujte tak dlouho, jak je zapotřebí, jen nezapomeňte na to, že čím déle ovoce vaříme, tím přichází o mnoho dobrého.

Skleničky volte, jaké chcete a jaké se vám líbí. Před zavařováním nejen pečlivě vymyjte, vypařte horou vodou (nebo v troubě), víčka nebo těsnící gumičky vyvařte (s trochou kyseliny citrónové). Potom si můžete vybrat. Dnes klasicky dnem vzhůru, rychlovka, nebo doporučuji sterilizovat, v hrnci nebo v troubě. A proč? Nebudete pospíchat s naléváním do sklenic, můžete si dovolit přidat alkohol (a ten přece nebudete nalévat do vařičích se džemu, musí se počkat, až zchladne na min. 80 °C), či další ingredience, kterým by var neudělal dobře...

Množství – maximálně ze 2 kg ovoce. Můžete vařit z většího množství; jen vloni jsem vylila 4,5 litru skvělé višňové, protože se úplně v poslední minutě připálila.

Cukr – chuť, konzistence a konzervace. Víím, že je moderní cukr používat minimálně, jen trvanlivost je potom ohrožena. Nebo chuť kvůli dlouhému vaření. Výjimkou jsou povidla, která se vaří pomalu, dlouho a správně jsou bez cukru. Třtinový cukr má jiné složení, barvu, chuť a sladí trochu jinak, výsledný produkt je tmavší. Vždy přidávám alespoň trochu třtinového cukru pro plnější chuť tam, kde je lepší bílý řepný.

Med jakoukoli vyšší teplotou připravíte o prakticky všechno, co med dělá medem. A to je škoda.

Želírovací cukr pokud používáte a preferujete, tak si přečtěte složení na výrobku a řekněte si, jestli chcete mít v zavařenině tuky, škroby a další přidané látky...

Pektin je přirozeně obsažený v ovoci. Ovoce s vyšším obsahem pektinu: jablka, rybíz, angrešt, švestky, brusinky, kdoule, jeřabiny, s menším obsahem meruňky, broskve, jahody, maliny, třešně, višně a hrušky bez slupek. Přidat lze buď citrusový (Sklizeno), nebo jablečný v Pektogelu. Nebo, jak doporučuje Marie Janků-Sandtnerová, si můžete sami připravit.

Posláním Nadačního fondu IMPULS je:

- ... ulehčit přítomnost pacientům s roztroušenou sklerózou formou podpory komplexní a kvalitní rehabilitační péče ve specializovaných centrech,
- ... dát jim šanci na lepší budoucnost podporou vědy a výzkumu nejen v podobě registru ReMuS, který se uplatní jak při výzkumu onemocnění, tak při vývoji nových léků,
- ... osvětová činnost, změnit pohled na nemoc napříč časem.

CO A JAK ŘEŠÍME A CO JSME JIŽ DOKÁZALI

Z každého projektu, který se podaří uvést do života a který pomůže tam, kde je nedostatek veřejných financí, máme radost. Projekty jsou navzájem propojené a rok od roku více na sebe volně navazují, nesou stejné myšlenky. Leitmotivem je podpora lidí s RS, pomoc najít jim vlastní síly, spojit tam, kde cesty jsou – jako myelin nervových vláken u RS – přerušené. Letos projekty představíme tak, jak naplňují a ukotvují naše poslání.

PROJEKTY PODPORUJÍCÍ KAŽDÝ DEN

KOMPLEXNÍ LÉČBA ROZTROUŠENÉ SKLERÓZY

Potřeba dostupné komplexní léčby, podpora fyzioterapie, psycho-terapie a rehabilitace, vystupuje palčivě do popředí již mnoho let. I zde se v rámci projektů přidává motivace samotných pacient-ských organizací a jejich členů k aktivnímu braní se za svá práva. Příspěvky nadačního fondu putují především tam, kam veřejné finance nedosáhnou.

FYZIOTERAPIE A REHABILITACE

Základem úspěšné léčby roztroušené sklerózy – jak dnes víme – je pravidelný pohyb a dobrá fyzická kondice. Vybavení cvičebními pomůckami, ambulantní individuální péče, rehabilitace na lůžku, skupinová rehabilitační cvičení (podporovaná od roku 2011 ve VFN v Praze), jejichž základem je kruhový trénink ušitý přímo na míru pacientům s RS. Myšlenka 24hodinového maratónu cvičení pro RS se zrodila právě v rámci fyzioterapie.

MARS 2019 – 8. ROČNÍK MARATONU S ROZTROUŠENOU SKLERÓZOU, 2. – 3. BŘEZNA

Historie Marathónu začíná 490 let př. n. l., kdy Perská říše poslala svou armádu proti Athéňanům, historie MaRS maratonu, 24 hodin cvičení, začala před osmi lety nápadem Romana Kvapila jak motivovat lidi s roztroušenou sklerózou k pravidelnému pohybu. Vyzvat všechny kolem sebe a jít cvičit společně.

Týmy složené z nejen pacientů, ale i jejich rodin, přátel, lékařů, sestřiček, terapeutů cvičily ve 30 městech na podporu lidí s roztroušenou sklerózou. Skládačka – puzzle, symbol MaRS maratonu – ale nejsou pouze jednotlivé týmy, jsou to také různá místa a různé formy sportovních disciplín.

Cvičí se všude v celé republice, tam, kde myšlenku maratonu pro RS vzali za své. Délka i forma záleží na možnosti každého regionu, zájmech a zkušenostech (např. kruhový trénink, zdravotní cvičení, pilates, balanční cvičení, jógu, plavání a další, ale i outdoorové aktivity – běh, výšlap, výlet, krokování na trase). Každé místo připravuje svoji vlastní formu MaRS maratonu, přesto spojuje všechny účastníky společný cíl, jednotná myšlenka, motivovat k pravidelnému pohybu.



V duchu myšlenky sounáležitosti a vzájemné podpory jednotlivá cvičební místa propojuje pomyslná štafeta. Jedno místo cvičení druhému „vyšle signál – impuls“, který nakonec oběhne všechna místa, propojí symbolicky celou republiku. Další spojení přes Skype umožní některým místům si zacvičit i přes velkou vzdálenost společně. Z Marathonu do Athén – tedy 42,196 km nebo z Athén do Sparty 246 km?

Jak ukázal letošní ročník, tak z Rennes do Prahy a zpět a to je 3700 km, které ušli, uběhli, ujeli na rotopedu ve Francii. MaRS dokoce inspiroval skutečné maratónce, v Turecku se pět běžců Runanatolia připojilo svým výkonem k MaRS maratonu.

Účastníci akce si letos zacvičili v tradičním kruhovém tréninku, zúčastnili se skupinových lekcí pilates, jógy a relaxačního cvičení, vyzkoušeli si cviky na zlepšení jemné motoriky či trénink paměti. Nepřetržitě celých 24 hodin cvičili lidé v Praze a v Bratislavě. Postupně se propojovali s ostatními městy a vzájemně se podporovali. Do letošního ročníku se zapojilo 30 měst z celé republiky i zahraničí, celkem se zapojilo 3256 lidí, z toho nejmladšímu účastníkovi bylo půl roku a nejstaršímu 90 let.

Každý rok přináší malá překvapení, a kromě skutečných sportovců, kteří tuto akci podpořili buď přímo, nebo vzdáleně z horských úbočí, to je výtěžek ve výši 386 099 Kč.

Ten poputuje na podporu rehabilitace pro pacienty s RS.

Vám všem, kteří jste MaRS maraton podpořili, a tím pomohli tam, kde končí možnosti zdravotních pojišťoven, moc děkujeme.

Pojďte s námi podpořit pacienty s roztroušenou sklerózou. A jak? Obujte si dobré boty a pojdte cvičit, chodit, běhat...

K MaRS maratonu poslední roky patří palačinky s domácími marmeládami (džemy, zavařeninami, i rosolem). Asi všechny děti milují nejvíce jahodovou...

JAHO DOVÁ, CO NENÍ NUDNÁ

Tahle jahodová vás dostane do kolen. Není hned, je trochu náročnější, ale s dobrými věcmi to tak je, nebo ne? Až si budete číst suroviny a návod, nezapomněla jsem na žádný želírující přípravek, není zapotřebí. Pravda, džemu budete mít maximálně tolik, kolik máte ovoce (z toho se odpaří část vody) a kolik přidáte cukru. Ten prosím podle vlastní chuti. Je možné neredukovat (tj. nevyvařit tekutinu) a přidat na 1 kg ovoce 1 Pektogel, ale potom nezapomeňte, že poměr džemu a cukru v něm (který má také konzervační úlohu) se změní.

Zavařujete? Tak víte, a pokud ne, vyzkoušejte, zveme vás do nového dobrodružství. A když se vám povede, no, nic horšího – než že si naordinujete nějakou hodinu cvičení navíc za sněženou celou skleničku – se nemůže stát.

1 kg očištěných jahod (cca 1,20 kg ideálně nasbíraných)
350–500 g bílého cukru
(část můžete nahradit třtinovým cukrem)
šťáva z 1 citrónu nebo limetky
1 bio citrón celý

POSTUP PRÁCE:

Jahody opláchněte, pokud máte své vlastní, nemusíte, osušte a odšťopkujte. Pečlivě si všechny prohlédněte a použijte jen ty zdravé.

1. Rozkrojte na polovinu a obalte v cukru. Skutečně obalte, nestačí jenom prosypat nakrájené v misce, za 15 minut hotovo.
2. Nechte ideálně přes noc odstát, minimálně 4 hodiny a každá hodina navíc je dobrá. Máte špajz? Ideální. Je lepší nechat venku než dát do lednice; ta jahodám nikdy neudělá dobře, přijdou o svoji vůni.
3. Do hrnce se silným dnem slijte z jahod šťávu – do rána budou ponořené (a omamně vonět, cítíte? Je to dobré,

C-19 se vám vyhnul) a zredukujte do husté šťávy (záleží na tom, jak jsou moc šťavnaté). Mezitím důkladně umyjte bio citrón. Přidejte jahody, zbytek cukru, citrónovou šťávu a obě půlky po vymačkání a zvolna za opatrného míchání vařte na mírném ohni (ať jahody vydrží v celku), dokud se cukr nerozpustí a dále vařte na středním ohni cca 5 minut tak, že probublává (nikoli prudce vře).

4. Nechte stát dalších cca 12 hodin. Bez pokličky, jen lehce zakryté. Nemusíte, ale je to lepší. Ochutnejte! Pokud se zdá málo sladká, ještě doslaďte.
5. Přidejte šťávu z druhého citrónu nebo limetky a přiveďte k varu, nechte probublávat, 5–10 minut, podle toho, jak bude houstnout. Pěnu, která se tvoří na povrchu, sbírejte lžící (máte děrovanou lžici, o které jste nevěděli, proč ji v sadě kuchyňského náčiní máte? Tak na pěnu při vaření džemů, zavařenin...), nebo míchejte rychleji jedním směrem, vstřebá se.
6. Odstavte hrnec z plotýnky a vyzkoušejte, jak želíruje (talířek v lednici, pamatujete?). Pokud nevarhánkuje a okraje po projetí se hned spojují, vraťte na oheň a vařte další minutu až 3 minuty.
7. Pokud se vám zdá, že je akorát, odstavte z ohně, vylovte citrónovou kůru a nechte 5 minut stát, jahody se rovnoměrně rozprostřou. Nalévejte do sterilizovaných sklenic, a budete-li dále sterilizovat, nechte ještě několik minut otevřené, povrch zavařeniny zatuhne a pomáhá chránit obsah.
8. Naše babičky navíc kladly kolečka pergamenu (pečicího papíru) potřená alkoholem, slivovicí, rumem...
9. Sterilizujte min 20 min při 80 °C, džem ještě trochu ztuhne, jak bude chladnout. Počkejte alespoň do druhého dne.

PSYCHOTERAPIE

V polovině minulého století začal výzkum směřovat své úsilí k hledání tzv. účinných faktorů v psychoterapii, aby dosvědčil její efekt. Dnes je jasné, že každá psychoterapie je přesvědčivě účinnější než terapie žádná. Psychoterapie probíhá jako strukturovaná a vědecky podložená interakce mezi terapeutem a klientem. V průběhu dochází k rozšíření a prohloubení sebepoznání a vede k omezení sebezničujícího chování, k účinnému zvládnutí problémů, konfliktů a životních úkolů. Pomáhá lépe se přizpůsobovat životním situacím, získat náhled (porozumění souvislostem a neuvědomovaným motivům), nové informace, učit se sociálním dovednostem. Psychoterapie vede k pocitům sebeuplatnění a seberealizace, k uskutečňování vlastních možností a naplňování životního smyslu, k pocitu vyrovnanosti a spokojenosti. Co se stane, když si mladý člověk vyslechne verdikt diagnóza roztroušená skleróza? Jak se lidé mohou vyrovnat s progresem nemoci?

Podobně jako u fyzioterapie není ani péče psychoterapeuta plně hrazena ze zdravotního pojištění. Propojení fyzioterapie a psychoterapie se zařazením arteterapie, muzikoterapie i taneční terapie jsou intenzivní víkendová setkání s názvem „Potkalo se tělo s duší“.

POTKALO SE TĚLO S DUŠÍ, REKREAČNÍ AREÁL U JETŘICHOVIC, JARO A PODZIM

Projekt kontinuálně probíhá od října 2011. Roční cyklus intenzivní terapie „Potkalo se tělo s duší“ je nastaven na tři komunitní víkendová setkání. „Koloběh života“ pomocí taneční terapie s prvky divadelních technik a psychodramatu pacienty učí, jak lépe žít se symptomy nemoci. „Já a moje nemoc“ s pomocí arteterapie napovídá, jak se nenechat nemocí ovládnout. Třetí a původně poslední setkání pracovní skupiny s názvem „Komunikace v pohybu“, zasazuje vše do širších souvislostí pracovního a osobního života. Pod vedením zkušených terapeutů pracují lidé s roztroušenou sklerózou na tom, aby si uvědomili spojení psychické a fyzické stránky své osobnosti.

Projekt byl rozšířený o čtvrtý víkend pro abiturienty „Stres“, téma aktuální pro každého. Život se nezastavil a další možnost práce na sobě je velká výzva. To, že jedním z faktorů podílejícím se na vzniku RS je stres, je všeobecně známo. Ale život s chronickým onemocněním je stresující i pro blízké a rodinu. Víkend opět přinesl odpovědi na mnohé otázky a také mnoho užitečných otázek a náhledů do dalšího života všech. Každý z účastníků odjížděl s vědomím, že stres nemusí ovládat naše životy...

**NADAČNÍ FOND IMPULS PODPŮRIL FYZIOTERAPII A PSYCHOTERAPII –
PŘÍMO NADAČNÍMI PŘÍSPĚVKY VE VÝŠI 707 550 KČ
A VLASTNÍMI PROJEKTY NA PODPORU KOMPLEXNÍ LÉČBY 776 446 KČ.**

„Chceš-li postavit loď, nesmíš poslat muže, aby sehnali dřevo a připravovali nástroje, ale nejprve musíš ve svých mužích vzbudit touhu po nekonečných dálkách otevřeného moře.“

— Antoine de Saint-Exupéry

TŘEŠŇOVÁ S PORTSKÝM

(co určitě není nudná, výborná je ke grilovanému masu nebo kachně)

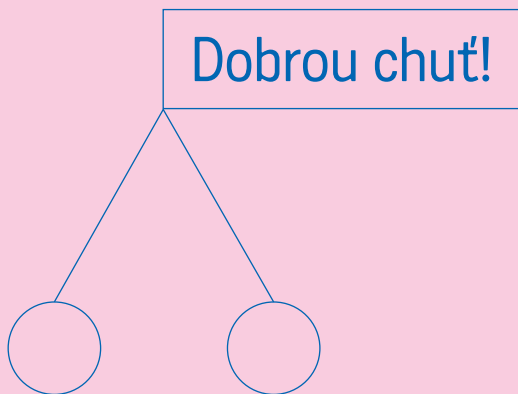
2 kg vypeckovaných třešní
(je to tak akorát, z většího množství ovoce trvá déle)
200 ml vody
700–800 g třtinového cukru
100–300 g bílého cukru
3–4 bio citróny
20 g pektinu – nemusíte, ale budete muset vařit déle a nechat odpařit přebytečnou vodu.
150–200 ml Portské – jaké vám chutná.
Nejvíc se osvědčilo M & S, Finest Reserve Port z oblasti řeky Douro a skládá se z několika skvělých odrůd.

POSTUP PRÁCE:

1. Třešně podlité vodou, s citrónovou šťávou a slupkami z minimálně 2 citrónů postupně přivedte k varu, vařte 5–10 minut (podle odrůdy a klidně i více), dokud nezačnou měknout. Přidejte většinu cukru – množství podle vlastní chuti a zralosti ovoce – do části cukru vmíchejte pektin (sypejte

pomalou a hned rozmíchejte) a na stále mírném ohni nechte cukr zcela rozpustit. Zde máte možnost experimentovat a nepřidávat pektin.

2. Poté přidejte plamen na maximum a nechte prudce vřít cca 8 minut. Z malých bublinek se začnou dělat velké v této fázi míchejte a dávejte pozor, prská. Jakmile se dělají velké bubliny, trochu také změni barvu z mdlé na jasnou:
3. Odstavte z ohně a proveďte želírovací zkoušku. Chceme přidávat na závěr portské, tak musí být dost hustá a také sladká, portské část sladké chuti absorbuje. (Pokud si jste jistí, že je akorát, ještě můžete dát talířek na pár minut do lednice a uvidíte, jestli dost tuhne, a nezapomeňte, že ještě trochu v následujících dnech zhoustne).
4. Pokud není, přidejte další 3 minuty a trochu citrónové šťávy a dále opakujte do kýžené tuhosti.
5. Je akorát? Tuhá, sladká... nechte odstát s občasným zamícháním minimálně 5 minut. Alkohol se vypařuje při 78,3 °C a kromě toho, že konzervuje, tak když už ho tam dáváte, tak ho také chcete.
6. Vmíchejte podle chuti portské.
7. Sterilizujte na závěr, nechte rozležet a spojit chutě alespoň týden.



OSVĚTA A VZDĚLÁNÍ – ZMĚŇME NÁŠ POHLED

Pojem „osvěta“ je v době informačních technologií leckdy vnímán jako věc zbytečná, v případě roztroušené sklerózy se onemocnění dotýká širokého okruhu lidí. Důležitost včasné diagnózy a nasazení správné léčby, a tím zpomalení či zastavení progresu nemoci, důraz na fyzickou aktivitu, informace pro mladé lidi, podpora těm, kterým ubývají síly a optimismus. Každá z akcí, které nadační fond pořádá, v sobě nese některý z těchto důrazů.



ROZSVÍŤME ČR, 3. ROČNÍK OSVĚTOVÉ KAMPANĚ, 22. KVĚTNA – 10. ČERVENCE

„POVĚZ MI O TOM A JÁ ZAPOMENU, UKAŽ MI TO A JÁ SI TO MOŽNÁ ZAPAMATUJI, ZAPOJ MNE A JÁ POCHOPÍM.“ INDIÁNSKÁ MOUDROST

... nepředvídatelná, neuchopitelná, rozličná, plíživá, únavná, ochromující, omezující, brnivá, rozostřující, nenakažlivá, bez jasné příčiny nevléčitelná, přes to ne beznadějná... Taková je roztroušená skleróza očima těch, které provází životem.

Život s RS? To, co se nás každý den, každou hodinu i minutu, právě teď, dotýká. Je to nákup v samoobsluze, jízda metrem nebo jen čtení knížky. Zavázat si tkaničky, zapnout knoflíky, uvařit si kávu, zvednout dítě do náruče. Pro zdravého člověka samozřejmosti... „Rozsvíťme Česko“ je osvětový projekt, upozorňuje na nevyzpytatelné a na první pohled nejednoznačné příznaky nemoci, která je nevléčitelná, ale dnes již léčitelná. Pro úspěšnou léčbu je zcela zásadní včasná diagnostika (to znamená včasné a pravdivé informace), dostupná fyzioterapie a psychologická péče, tj. komplexní péče. Cíle jsou šíření důležitých informací, bourání mýtů a pověr (např. těhotenství a děti) a podpora komplexní léčby tak, aby se dostala k co nejvíce potřebným v co nejvyšší kvalitě.

700 slunečnic pro 700 nově diagnostikovaných – když léto pomalu střídalo jaro, se již potřetí sešli na mnoha místech lidé, aby zasadili slunečnice, rozsvítili dny nemocných a těm, kteří o roztroušené skleróze neslyšeli, předali několik informací. Málo, ale někdy i to málo znamená rozdíl, který nás dělí od propasti. Rozsvíťme ČR a slunečnice jako symbol naděje pro všechny s roztroušenou sklerózou, naděje na lék, který tuto nemoc vyléčí. Zasazení slunečnice je možná správný začátek pomoci lidem kolem nás vidět konkrétního člověka, pomoci nemocným nebát se mluvit o svém onemocnění a umožnit tak žít beze strachu

Rozsvíťme, slunečnice a domácí kváskový chléb se slunečnicovými semínky.

z odsouzení a manipulace. Podpora nemocným a jejich blízkým... 5 míst a 100 zasazených slunečnic první rok, ve 3. ročníku se zapojilo 13 míst a 500 slunečnic zasadili pacienti, lékaři, rodiny a přátelé. V prvních letních dnech na desítkách dalších míst lidé s RS a přátelé vysadili zbývajících 200 slunečnic jako výraz soudržnosti s nově diagnostikovanými pacienty.

„Připravuj ho, když jsi našťvaná, nebo smutná, protože pečení i toho nejjednoduššího chleba je léčivé. Dělej ho, když potřebuješ zlepšit náladu a nenapadá tě, jak na to.“

Teresa Driscollová, Dárek na rozloučenou

I to je dobrý důvod. Kromě toho, že domácí chleba je lepší. Je totiž váš.

Není příliš náročný, jen potřebuje dost času mezi jednotlivými kroky a trochu cviku. Vyberte si – večer umíchat kvásek, ráno těsto, večer upéct chleba, nebo ráno umíchat kvásek (a můžu jít do práce), odpoledne těsto a nechat v pokojové teplotě a večer upéct chleba. Libovolně vyměňte večer a ráno.

Je to kváskový chléb, takže musíte použít kvásek. Není komplikované ho získat, stačí se zeptat v okolí, a jakmile si jednou upečete vlastní chleba, nebude vám zatěžko ho mít v lednici (a nakrmit mezi pečením, pokud pečete jednou za týden; je to živý organismus, a proto potřebuje pít, jíst a dýchat, vlídné zacházení a láskyplnou péči).

Na mouce záleží. Používá se hladká, můžete kombinovat žitnou i pšeničnou bílou s celozrnnými variantami (jsou zdravější, jenom pozor, pro malé děti není celozrnná vhodná ve větší míře). Každá mouka se chová trochu jinak a upřímně? Záleží i na dni, kdy zaděláváte těsto, protože stejná mouka ve stejném množství se nebude chovat stejně v jiném dni...

POSTUP PRÁCE:

1. zadělání rozkvasu z kvásku
2. kynutí
3. oddělení kvásku pro další chléb
4. zadělání těsta
5. kynutí těsta
6. uplácání bochníků chleba
7. dokynutí zatímco se rozpálí trouba
8. pečení

Na 2 menší bochníky o hmotnosti cca 600 g
nebo jeden velký:

350–370 g žitné mouky
70 g ovesných vloček
150–170 g špaldové mouky
100 g pšeničné mouky + mouka na dokončení
100 g slunečnicových semínek
(dýňových, lněných, ořechů, kombinací...)
kmín dle chuti (a jestli znáte černuchu, černý kmín,
vyzkoušejte, chlebu dodá další rozměr)
10 g soli
300 ml vody na rozkvas a 300 ml vody na těsto

Na 1 plech v troubě se vejdu 3 – 4 bochníčky, zdvojnásobte jednotlivé ingredience. Aby se při pečení nespojily (tedy spoj se, ale jdou snadno oddělit), poprašte boky a mezery mezi bochníky na plechu moukou.

1. Rozkvas: 2 – 3 polévkové lžičky kvásku rozmíchejte s vodou (300 ml) a postupně přidávejte 300 g žitné mouky, vypracujte vařečkou do hustého a hladkého těsta.

2. Zakryjte utěrkou (naše babičky poprášily moukou a přehodily utěrku) nebo fresh folií, nechte kynout 8–12 hodin v chladu. Mezitím zdvojnásobí svůj objem a jsou zřetelné bublinky v celém těstu.
3. Oddělte 2 lžíce kvásku do velké sklenice, přidejte trochu vody a žitné mouky, (zavřete sklenici, ale nemusíte) a uložte do lednice; je to ŽITNÝ KVÁSEK (na příště).
4. Do nakynutého rozkvasu nalijte 2. díl vody, přidejte ovesné vločky a chvíli počkejte, až se lehce nasáknou. Přidejte zbytek žitné mouky, hladkou špaldovou a pšeničnou, kmín, sůl a semínka, zamíchejte a dále hněťte těsto. Je poměrně tuhé a můžeme si pomoci robotem nebo šlehačem s nástavcem na těsto. Je akorát, když se odlepuje od mísy. Pokud je málo hutné, přidávejte ještě trochu mouky, cca 20–40 g.
5. Opět zakryjte a nechte kynout.
 - a) 10–12 hodin pomalu v chladu.
 - b) Kyne v pokojové teplotě, v této fázi se těsto překládá. Otočte ho v míse – podeberte a přetočte, pootočte mísu a opět, celkem 4x. Každou půlhodinu během následujících 2 hodin. Nebo nemusíte. Pak bude kynout minimálně 6, 7 hodin (v závislosti na teplotě) a dál s těstem pracujte jako ve variantě a).
6. Těsto přendejte na vál posypaný moukou, na 2 menší chleby rozdělte na polovinu. Potom lehce u těsta vytáhněte cípy po stranách a několikrát přeložte (pozor na zapracování většího množství mouky), vytvarujte bochník. Nebo si ruce namáčejte do vody a vytahujte a překládejte v ruce. Takto se dá dobře pracovat s menšími bochníčky...
7. Podle toho, jakou jste zvolili variantu kynutí v bodě 5.:
 - a) Položte vypracované kulaté bochníčky na plech a nechte dokynout cca 30–40 minut
 - b) V pokojové teplotě ještě kynou v ošatce další 2 hodiny (nebo v chladu v lednici i 8 hodin). Z ošatky opatrně vyklopte na prkénko s pečícím papírem těsně před vložením do trouby.

8. Troubu předehřejte na 250 °C, bochníčky potřete studenou vodou, nařzněte (ornament dle naturelu; klasický je křížek) a pečte 30–35 minut podle velikosti chlebů. Po 20 minutách troubu pootevřete a tím upustíte páru, která se vytvořila, pečte dál 10–15 minut.

Vytáhněte z trouby a povrch chlebů potřete studenou vodou. Váš chléb je hotový...

PÁR RAD, KDYŽ SI ZAPOMENETE ODEBRAT KVÁSEK:

— není to žádná tragédie, pokud mám ještě ruce v díži, nechám si 1 lžící chlebového těsta, rovnou nakrím vodou a stejným množstvím žitné mouky, potom je to ŽITNO-PŠENIČNÝ KVÁSEK.

— a pokud mám chléb v troubě? Pečlivě stěrkou setru zbytky těsta v díži a opět nakrím vodou a stejným množstvím žitné mouky... Samozřejmě se můžete propracovat do stádia, že mísu nemyjete, a stále v ní máte pod utěrkou kvásek či chleba v různých stádiích rozpracovanosti... v chladu.

— a pokud odjíždím na víc než týden pryč? Jsou dvě varianty, kvásek hodně nakrmit a zahutit (a potom se modlit, že vydrží – někdy ano, někdy ne), nebo chlebové těsto trošičku přikrmíte lžící vody a žitné mouky a po cca půl hodině rovnoměrně kvásek rozetřete na stěny zadělavací mísy, kterou necháte volně ve špazu nebo kuchyňské lince vyschnout... Po návratu seškrábnete suchý kvásek ze stěny mísy a zalijete vodou, zasypete žitnou moukou, postupně přikrmujete a za cca 24–36 hodin můžete směle péct další chleba. Doporučuji obě varianty, pokud s vámi kvásek necestuje.

Původní základní recept je od mého syna Tomáše, který mi jednoho dne přinesl kvásek se slovy „Co kdybys upekla pořádný chleba? Je to jednoduché...“, díky Tome.

VÝTVARNÁ A LITERÁRNÍ SOUTĚŽ ROZSVIŤME ČR, 3. ROČNÍK

„Nikdy není brzy se naučit nové věci“

Děti, mladí lidé i dospělí se opět zapojili do soutěže. Nadačnímu fondu IMPULS přicházela několik měsíců stále další díla, krásná, nápaditá, silná. Je nadějně vidět novou nastupující generaci, které nejsou lhostejní druzí, která dovede soucítit a vyjádřit podporu tak, jak může. Ve školách jsme se setkali s učiteli, profesory, řediteli, před kterými smekáme a jejichž práce není jenom prací, ale doopravdy posláním.

Celkem 21 tříd prošlo interaktivními hodinami přizpůsobenými věkovým kategoriím, kde se děti dozvěděly důležité informace o roztroušené skleróze a mohly si prostřednictvím her vyzkoušet, jak se asi lidé s touto nemocí cítí, jak se mohou projevovat některé symptomy. A poselství, které předáváme dál? Že i když se člověk potká s nějakou vážnou nemocí (a v průběhu života určitě potká), nemá se vzdávat, nemá se bát. Že pohyb je důležitý, že je důležité, v jaké jsme fyzické kondici.

Odborná porota ve složení Kristina Fialová, Zuzana Čížková a Aleš Zajíček by nejraději odměnila úplně všechny soutěžící, o vítězích také rozhodovalo internetové hlasování. Výsledky soutěží mluví samy za sebe:



**11 KRAJŮ, 20 MĚST, 18 ŠKOL, DĚTI A MLÁDEŽ
Z 29 TŘÍD, 3 DOSPĚLÍ, 4 TŘÍDY
(OCENĚNÉ JAKO TŘÍDY)
51 DĚTÍ – Z TOHO 6 Z MATEŘSKÝCH ŠKOL,
41 DĚTÍ ZE ZÁKLADNÍCH ŠKOL A 4 STŘEDOŠKOLÁCI
DOHROMADY 58 DIPLOMŮ.**

K tomu ještě získalo cenu NF IMPULS 6 dětí z 2. třídy ZŠ a MŠ Chodov. Děti se zapojily do soutěže na výzvu jedné z holčiček – Pojďte a dnes budeme kreslit slunečnice, abychom pomohli nemocným lidem...

Znalosti dětí mohou v budoucnosti zachránit kvalitu života druhých tím, že vědí, že některé příznaky se nesmí podceňovat, přecházet a včasná diagnostika znamená včasné nasazení léčby. Což je zásadní moment pro další progresi onemocnění.



„Je dobře, že na konci naší cesty je cíl. Ale na konci záleží jenom na cestě.“

— Ursula Le Guin

Úhrnem podpořil Nadační fond IMPULS osvětové projekty včetně podpory vzdělávání v roce 2019 a vlastních pořádaných akcí ke Světovému dni RS – Den otevřených dveří MS centra VFN v Praze 2, jarní a podzimní Rozsvižme ČR v částce 1 084 189 Kč.

Pevně doufáme, že se blíží den, kdy se verdikt nevléčitelné onemocnění změní v konstatování, že již existuje lék... Právě proto se naše úsilí soustředí na sběr dat.

Registru pacientů ReMuS je jednána věnována samostatná Výroční zpráva ReMuS – která osahuje všechny detaily a podrobnosti projektu, včetně nákladové stránky, zhodnocení a vizí.

Registr ReMuS má své samostatné projektové plánování a jenom na sběr dat pacientů v roce 2019 bylo vynaloženo 7474 636 Kč, a jen díky tomu jsou data v České republice relevantní a dnes již v odborných kruzích jako taková uznávána. Na technickou podporu a analýzy bylo vynaloženo 1172 857 Kč, na technické zhodnocení potom 1 941 801 Kč.

Budoucnost – věda a výzkum, podpora projektu ReMuS – registru pacientů s RS včetně jeho projektového vedení a přípravy analýz, i další rozvoj vynaložil Nadační fond IMPULS v roce 2019 částku celkem 12 538 828 Kč. Děkujeme všem, kteří stále tento projekt podporujete, neboť v něm je naděje do dalších let, nové možnosti, budoucnost pro ty, jimž roztroušená skleróza zkřížila životní cestu. Také NFI podpořil nadačními příspěvky ve výši 274 550 Kč další výzkumné projekty.

Pomerančová marmeláda, co je skutečná marmeláda...

První recept, podle kterého jsem pomerančovou marmeládu uvařila, byl od Blanky Milfaitové a všem doporučuji její Příběh opravdové vášně a marmeládové recepty.

Druhý je rodinný od Dorothy, angličanky, která žila v Praze v 90. letech a roky našeho přátelství byly velmi inspirativní. Na rodinných oslavách dodnes používáme karafu od vína, které její rodiče dostali jako svatební dar.

Tento recept je kompilací, anglický je příliš sladký; i když možná proto, že nemáme hořké Sevillské pomeranče...

1 kg bio pomerančů – určitě volte bio kvalitu

2 bio citróny

2 citróny, 2 pomeranče na šťávu

(i zde doporučuji bio, víte, že postřiky pronikají i do ovoce?)

650–720 g bílého cukru, 70–100 g třtinového cukru

10 g pektinu

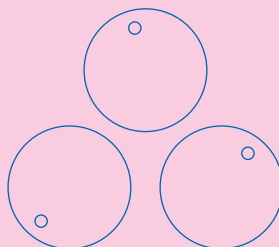
voda

POSTUP PRÁCE:

1. Pomeranče a citrony pořádně kartáčkem omyjte v teplé vodě.
2. Dejte celé ponořené vařit, přiveďte k varu a po 5–10 minutách varu vodu slijte a ještě jednou celé opakujte.
3. Dáme další, třetí vodu, nemusí být celé ponořené a pod pokličkou zlehka vařte další cca hodinu. Doba varu záleží na tom, jak jsou zralé a odkud jsou. Většinou je celková doba varu 1h–1,5h.

4. Pomeranče a citróny nechte vychladnout tak, abyste je udrželi v ruce. Vyndejte je do misky a postupně každý pomeranč oloupejte (nařízněte od stopky dolů kolem dokola). Odstraňte z oloupaného pomeranče bílé části z povrchu, semínka a ty části, které se vám nelíbí (některé části přepážek mezi dílky, střed) a trochu pokrájejte nahrubo napříč dílky. Totéž s citróny. Ideálně nad miskou, abyste nepřišli o šťávu.
5. Kůra z pomerančů a citrónu je součástí marmelády, použijeme všechnu. Jenom vykrájejte nehezka místa, skvrny, atp. Od vyloupaných pomerančů máte poloviny, očistěte je zevnitř od všeho, co se vám nelíbí. Každou ještě rozkrojte na 4 podélné díly, tzn., že máme z každého pomeranče 8 dílků kůry, u citrónu stačí na čtvrtiny. Krájejte na tenké proužky napříč dílky (v tomto místě doporučuji shlédnout video jak dobře krájet od Jamie Olivera, odkaz najdete na stránkách Kuchařky pro dceru Florentýny Zatloukalové).
6. Vše, co máte, zvažte. Přidejte šťávu z dalších citrónů a pomerančů. Přidáme 0,5 l vody – z vody, ve které se vařily pomeranče, můžeme použít část, ale někdy je moc hořká.
7. Vsypejte cukr, v části rozmíchejte pektin, na pomalém ohni nechte rozpustit zcela cukr a vařte dalších 5–20 minut. Dost dobře vychlazených talířků se tady doopravdy vyplatí, zkoušejte, až bude akorát. A nezapomeňte, že ještě trochu ztuhne.

Plňte do sklenic, sterilizujte a potom – víkendová snídaně, vajíčka, tousty, a pomerančová marmeláda...



03. Proč Nadační fond IMPULS?

VZNIK A CÍLE NADAČNÍHO FONDU IMPULS

Nadační fond IMPULS byl založen 6. dubna 2000 jako vůbec první nadační fond se zaměřením na problematiku roztroušené sklerózy mozkomíšní a na pomoc nemocným s touto diagnózou. Oblasti působení jsou přesně vymezeny statutem a zakládací listinou. Cílem bylo, je a bude transparentní rozdělování získaných finančních prostředků na škálu projektů tak, aby byla pokryta potřeba co největšího počtu pacientů s RS.

Víme, že nelze dělat vše, přesto naše projekty míří dál a doufáme, že přijde den, kdy věda a výzkum, vývoj nových léků pokročí tak daleko, že nevléčitelná roztroušená skleróza bude minulostí.

Děkujeme všem, kteří pomáháte Nadačnímu fondu IMPULS nést tuto naději dál.

Název: **IMPULS, nadační fond**

Sídlo: Kateřinská 30, 128 08 Praha 2

IČ: 261 69 428

Vznik: 6. dubna 2000, zapsán v nadačním rejstříku vedeném Městským soudem v Praze v oddílu N, vložka 325

ZAKLADATELÉ NADAČNÍHO FONDU IMPULS A VÝŠE JEJICH VKLADU DO VLASTNÍHO JMĚNÍ

Zdena Hadrboľcová

prof. MUDr. Eva Havrdová, CSc.

prof. ThDr. Jan Heller

prof. MUDr. Soňa Nevšimalová, DrSc.

JUDr. Cyril Svoboda

JUDr. Martin Šolc

Ing. Jaroslav Zíka

vkład 1 000 Kč

vkład 1 000 Kč

vkład 1 000 Kč

vkład 1 000 Kč

vkład 1 000 Kč

vkład 1 000 Kč

vkład 1 000 Kč

NADAČNÍ FOND IMPULS JE ČLEMEM ASOCIACE NADAČNÍCH FONDŮ PŘI FÓRU DÁRCŮ A DRŽITELEM ZNÁMKY KVALITY FÓRA DÁRCŮ.

ŘÍDÍCÍ A KONTROLNÍ ORGÁNY NADAČNÍHO FONDU IMPULS K 31. 12. 2019

Správní rada

Předsedkyně správní rady: Ing. Kateřina Bémová

Členové správní rady: Ing. Jiří Hrabák, MVDr. Hana Navrátilová, JUDr. Martin Šolc, Adam Blecha

Dozorčí rada

předsedkyně dozorčí rady: Ing. Hana Potměšilová

členové dozorčí rady: Ing. Daniela Kopecká, Ing. Jiří Polenda

Sdělení dozorčí rady: „Dozorčí rada na základě předložení hospodaření roku 2019 doporučuje, aby správní rada prováděla během roku 2020 a v letech následujících průběžnou kontrolu hospodaření s cílem zabránit dalším ztrátám.“

Členové správní i dozorčí rady pracovali po celou dobu ve výkonu svých funkcí bez nároku na finanční odměnu.

Výkonná ředitelka Nadačního fondu IMPULS

Výkonnou pravomoc spojenou s vedením projektů převzala předsedkyně správní rady Ing. Kateřina Bémová. Za práci spojenou s vedením projektů byla od června 2018 součástí pracovního týmu a odměňována za tuto práci.

Ředitelka projektu celostátního registru pacientů ReMuS

Mgr. Jana Vojáčková, MBA

Kontakty

www.nfimpuls.cz

www.multiplesclerosis.cz

info@nfimpuls.cz

BANKOVNÍ ÚČTY NADAČNÍHO FONDU IMPULS

Běžný účet Nadačního fondu IMPULS číslo 19-2833670227/0100

Je veden u Komerční banky, a.s., Budějovická 1667/64, 141 00 Praha 4. Podpisové právo k tomuto účtu mají předsedkyně správní rady Ing. Kateřina Bémová a členka správní rady MVDr. Hana Navrátilová. Účet byl založen při vzniku Nadačního fondu IMPULS a je využíván dodnes jako komunikační účet, ze kterého jsou hrazeny výdaje nadačního fondu. Jsou na něj přijímány finanční dary a poskytovány z něj nadační příspěvky.

Účet pro veřejnou sbírku Nadačního fondu IMPULS číslo 2107056767/2700

Je veden u UniCredit Bank Czech Republic a Slovakia, a.s., pobočka Na Pankráci 58, 140 00 Praha 4. Byl zřízen pro účely veřejné sbírky, která byla zahájena dne 16. 4. 2010. Rozhodnutím Magistrátu hl. m. Prahy byla sbírka dne 14. 5. 2013 prodloužena na dobu neurčitou. Podpisové právo k tomuto účtu mají členka správní rady MVDr. Hana Navrátilová a Mgr. Jana Vojáčková, MBA, na základě plné moci, dále Marcela Nováková.

DALŠÍ ÚČTY NADAČNÍHO FONDU

BĚŽNÝ ÚČET ČÍSLO 2600340999/2010

Byl založen dne 5. 12. 2012 u Fio banky, a. s., pobočka V celnici 1028/10, 117 21 Praha 1, pro účely projektu Registru pacientů s roztroušenou sklerózou ReMuS. Podpisové právo k tomuto účtu má předsedkyně správní rady Ing. Kateřina Bémová, členka správní rady MVDr. Hana Navrátilová a Mgr. Jana Vojáčková, MBA na základě plné moci.

BĚŽNÝ ÚČET ČÍSLO 3500892555/2010

Byl založen dne 12. 11. 2015 u Fio banky, a. s., pobočka V Celnici 1028/10, 117 21 Praha 1, pro účely plateb grantových projektů. Podpisové právo k tomuto účtu má předsedkyně správní rady Ing. Kateřina Bémová, členka správní rady MVDr. Hana Navrátilová a Mgr. Jana Vojáčková, MBA na základě plné moci.

ÚČET ČÍSLO 8888999000/2010

Byl založen dne 28. 2. 2017u Fio banky, a. s., pobočka V Celnici 1028/10, 117 21 Praha 1, pro účely plateb projektu Rozsvíťme ČR. Podpisové právo k tomuto účtu má předsedkyně správní rady Ing. Kateřina Bémová, členka správní rady MVDr. Hana Navrátilová a Mgr. Jana Vojáčková, MBA na základě plné moci.

ÚČET ČÍSLO 2104595466/2700

Byl založen dne 21. 6. 2013 u UniCredit Bank Czech Republic a Slovakia, a. s., pobočka Na Pankráci 58, 140 00 Praha 4, jako běžný účet pro neziskové organizace. K tomuto účtu byl zřízen termínovaný vklad a majetkový účet s cennými papíry z důvodu vyššího zhodnocení finančních prostředků Nadačního fondu IMPULS. Podpisové právo k tomuto účtu má členka správní rady MVDr. Hana Navrátilová a Mgr. Jana Vojáčková, MBA na základě plné moci, dále Marcela Nováková.

ÚČET ČÍSLO 2109805880/2700

Byl založen dne 12. 12. 2013 u UniCredit Bank Czech Republic a Slovakia, a. s., pobočka Na Pankráci 58, 140 00 Praha 4, jako účet vedený v měně EUR z důvodu plateb v rámci zahraničních projektů. Podpisové právo k tomuto účtu má členka správní rady MVDr. Hana Navrátilová a Mgr. Jana Vojáčková, MBA na základě plné moci, dále Marcela Nováková.

ÚČET ČÍSLO 4444000333/2010

Byl založen dne 26. 9. 2018 u Fio Banka, a. s., V Celnici 1028/10, Praha 1, jako účet vedený v měně EUR z důvodu plateb v rámci zahraničních projektů. Podpisové právo k tomuto účtu má předsedkyně správní rady Ing. Kateřina Bémová, členka správní rady MVDr. Hana Navrátilová a Mgr. Jana Vojáčková, MBA na základě plné moci.

FORMY A TYPY DARŮ

FINANČNÍ POMOC

Transparentnost, účelnost a efektivita jsou priority, kterými se Nadační fond IMPULS při nakládání s přijatými dary řídí. Účelem nadačního fondu je sbírat finanční prostředky a cíleně je rozdělovat na projekty v oblasti roztroušené sklerózy. Obdrží-li nadační fond dar, věnuje jej v souladu s přáním dárce na konkrétní projekt, nebo jej posoudí a s ohledem na cíle fondu a výši příspěvku poukáže na projekt, který pomůže maximálnímu počtu pacientů.

Dárcům poté putuje zpětná vazba, jak bylo s darem naloženo. Nadační fond IMPULS si váží každé finanční pomoci bez ohledu na to, jaká je její výše. Chce-li však neziskový subjekt pomáhat dlouhodobě, neobejde se bez dárců, kteří přispívají pravidelně. Jejich příspěvek je víc než dar, je to projev dobré vůle a důvěry ve smysl podporovaných projektů.

ZMĚŇTE S NÁMI BUDOUCNOST – DARUJTE PRAVIDELNĚ.

PŘEVODEM NA ÚČET

Bankovním převodem na účet číslo 19-2833670227/0100.

DÁRCOVSKOU SMS NA ČÍSLO 87 777.

Trvalá podpora ve tvaru: **DMS TRV IMPULS 30** nebo **DMS TRV IMPULS 60** nebo **DMS TRV IMPULS 90**.

Trvalou podporu lze odvolat zasláním SMS ve tvaru: STOP IMPULS.

Jednorázová podpora ve tvaru: **DMS IMPULS 30** nebo **DMS IMPULS 60** nebo **DMS IMPULS 90**.

Cena jedné DMS je 30 nebo 60 nebo 90 Kč, NF IMPULS obdrží 29 nebo 59 nebo 89 Kč.

Více na www.darcovskasms.cz

Český charitativní crowdfundingový **portál Darujspravne.cz se od 22. 6. 2017** stal v tuzemsku unikátní online fundraisingovou platformou se všemi nástroji, které světový digitální fundraising nabízí – od dlouhodobého online fundraisingu přes krátkodobé crowdfundingové projekty neziskových organizací.

Online pomocí PaySec, platební karty, portálu Darujspravně.cz.

Elektronicky přes platební rozhraní nebo kartu z webových stránek www.nfimpuls.cz.

HMOTNÁ A DOBROVOLNICKÁ PODPORA

Vážíme si každé podané ruky a pomoci přátel kolem nás. Každá pomoc je nejen vítaná, ale také velmi důležitá, velmi často s sebou nese ten správný impuls na správném místě. Mnoho hodin času a mnoho energie mnoha našich přátel, protože všichni ti, kdo nás podporují, se stali našimi přáteli, těmi, bez kterých by naše cesta byla pustá a smutná a velmi krátká. **DĚKUJEME.**

04. ReMuS – samostatná část VZ o projektu registru pacientů s RS

SLOVO ŘEDITELKY PROJEKTU REMUS

Vážení a milí přátelé,

rok se s rokem sešel a my tak můžeme s pomyslným cinknutím sklenky říct, že za sebou v registru ReMuS máme společně již sedm úspěšných let. V těchto sedmi letech se skrývá nejenom nespočet sebraných dat a proběhlých odborných výstupů, ale přirozeně také velká spousta lidské práce – a to nejen naší, ale také všech lékařů, sester a dalšího neopomenutelného personálu v jednotlivých RS centrech i jinde. Především by ale celý náš registr vůbec neexistoval nebýt pacientů, kteří vědí, že bez kvalitních dat je nemožné dělat dobrý management léčby, a kteří nám dobrovolně, svým podpisem informovaného souhlasu, poskytují důležitá data.

Nebudu zastírat, že to bylo pokaždé jednoduché – překážky se v dnešním na nic nečekajícím světě nevyhnou nikomu a ničemu. U nás ale vždy bylo důležité hlavně to, jak se k nim postavit. A to stále platí. I když je roztroušená skleróza pořád ještě onemocněním, na které neznáme lék, a naše mravenčí práce během na dlouhou trať, nevzdáváme se. Právě naopak. Více než kdy jindy teď společnými silami bojujeme za větší bezpečnost a účinnost léčby – tak, abychom pacientům zpřístupnili tu správnou a kvalitní léčbu ve správném čase.

Jenom dlouhodobá, plošná, úplná a opakovaně kvalitní data jsou pro výzkum a reálnou klinickou praxi přínosná. Jen díky nim může výzkum i reálná klinická praxe přinášet skutečné a hmatatelné výsledky jednotlivcům, jen díky nim může pomáhat konkrétním pacientům s roztroušenou sklerózou.

A to je právě to, o co společně usilujeme. O zkvalitnění života lidí, kteří dostali do vínku přítelkyni, jejíž výběr sami nemohli ovlivnit.

Děkujeme, že jste s námi!
Jana Vojáčková

PÁR SLOV K REGISTRU PACIENTŮ S RS REMUS A 212 MOMENTŮ ŠTĚSTÍ

Na naší cestě bylo radostnou zprávou také zjištění, že v roce 2019 se „našim“ pacientkám narodilo celkem 212 miminek. To je přesně o 202 více, než tomu bylo v registru v roce 2013. Lékaři v současné době ženy od těhotenství neodrazují, ale doporučují jej velmi pečlivě plánovat.

Podstatou našeho registru je jeho systematická plošnost, dlouhodobost, úplnost a opakovaná kvalita. Objem dat v registru ReMuS se v roce 2019 opět zásadně zvýšil, a to i díky vyškoleným a pečlivým pracovníkům a intenzivní usilovné práci každého z RS center. Do sběru dat je nadále zapojena celá Česká republika, všech 14 krajů a 15 nemocnic se svými odbornými centry, pro která jednou za rok pečlivě zpracováváme výstupní zprávy.

Data sbíráme společně se všemi 15 RS centry v celé České republice.

Dále zpracováváme také data pro akademickou i komerční oblast. V roce 2019 byly zpracovány 4 mimořádné výstupy. Výstupy a informace z registru slouží také k publikační činnosti lékařů. V srpnu byl v prestižním odborném časopise Multiple Sclerosis and Related Disorders uveřejněn článek, na kterém s doc. Danou Horákovou spolupracovali mnozí významní čeští odborníci a lékaři. Článek s názvem „Initiation of first disease – modifying treatment for multiple sclerosis patients in the Czech Republic from 2013 to 2016: Data from the national registry ReMuS“ je prvním českým článkem v takto významném zahraničním periodiku, který obsahuje pouze data z našeho, českého registru.

Cennou devizou českého registru ReMuS je soustavná kontrola dat. Každého půl roku stále probíhá a do budoucna i bude probíhat čtyřnásobná kontrola dat tak, aby registr poskytoval dostatečně věrohodné údaje. Registr ReMuS se také zapojuje do jednorázových i dlouhodobých, českých i zahraničních projektů, které pomáhají zlepšit bezpečnost a účinnost léčby.

05. Činnost v roce 2019

Mezinárodní federace – MSIF – vyhláší každý rok téma ke Světovému dni RS a neviditelné příznaky – jsou palčivé téma. Pro zdravou populaci skutečně neviditelné a tudíž nepochopitelné, pro toho, kdo se s nemocí nesetkal neuchopitelné a pro mladé lidi mimo jejich obzory. Pouze včasná diagnostika a včasné nasazení správné léčby mohou postup nemoci zpomalit, a tím splnit NEDA (No Evidence of Disease Activity) – společnou snahu všech odborníků, lékařů, vědců a farmaceutických firem, tedy všech, jimž

na budoucnosti pacientů s tímto onemocněním záleží. Dalším cílem je upozornit na tuto nemoc a její příznaky, na to, že lidé s tímto onemocněním žijí a chtějí žít smysluplný život i přes svá omezení, která může postup nemoci způsobit.

NF IMPULS spolu – v duchu výzvy MSIF – s pacientskými organizacemi, lékaři, sestrami, odborníky na poli fyzioterapie, psychoterapie a přáteli, připravil a podpořil širokou škálu akcí.

KALENDÁRIUM 2019

ROZTROUŠENÉ PIANO – BENEFIČNÍ KONCERT 2. ÚNORA, OBŘADNÍ SÍŇ MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 9

Jak oslavit své kulaté narozeniny lépe, než uspořádáním benefičního koncertu? Večerem uprostřed svých přátel a k tomu ještě přidat něco navíc. Pavel Pospíšek jako organizátor, interpret a oslavenec v jednom. Tři melodické bloky s legendou, tichá aukce a výtěžek ve výši 18 400 Kč věnoval NF IMPULS pro boj s roztroušenou sklerózou. Pavle, moc děkujeme.

MARS 2019 – 8. ROČNÍK MARATONU S ROZTROUŠENOU SKLERÓZOU 2.–3. BŘEZNA

Každý rok přináší malá překvapení, a kromě skutečných sportovců, kteří tuto akci podpořili buď přímo, nebo vzdáleně z horských úbočí, to je výtěžek ve výši 386 099 Kč. Ten poputuje na podporu rehabilitace pro pacienty s RS.

BENEFIČNÍ KONCERT PRO NADAČNÍ FOND IMPULS, PRAŽSKÁ KŘÍŽOVATKA, PRAHA, 17. DUBNA

Pražskou křížovatku – Kostel sv. Anny rozezněla hudba 20. století. Přední české interpretky a laureátky řady mezinárodních hudebních soutěží Kristina Fialová a Jitka Čechová společně vystoupily 12. 4. 2019 v programu speciálně sestaveném pro tento večer na podporu nemocných s roztroušenou sklerózou. Nad koncertem přijal záštitu senátor Pavel Fischer.

Hudební režie večera ležela zcela v rukou první dámy české violy Kristiny Fialové, která si pro nadšené posluchače připravila nevšední zážitek.

Rebeca Clarke, Paul Hindemith a Sergej Rachmaninov – známí skladatelé moderní hudby v temperamentním podání Kristiny Fialové a Jitky Čechové. Plné a přitom poetické



skladby odsouvající starosti všedního dne potěšily každé srdce. Rachmaninova sonáta G-moll v úpravě pro violu a klavír (arr. V. Borisovsky) sklídila zasloužené stand-up ovace. Radost z hudebních výkonů, energie a zaujetí, nezločná energie souzněly v jednotě s posláním večera, a to podpořit. Výtěžek koncertu na darech a sbírkách přinesl 209 139 Kč na podporu psychoterapie, která není hrazena z veřejného pojištění.

**SVĚTOVÝ DEN RS:
„ŽIVOT S ROZTROUŠENOU SKLERÓZOU
JE TĚŽKÝ, KAŽDÝ DEN PŘINÁŠÍ NOVÉ VÝZVY,
KTERÉ POTŘEBUJÍ NOVÁ ROZHODNUTÍ.“**

**PRAHA, 30. KVĚTNA
DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ V MS CENTRU
PŘI VFN V PRAZE 2**

Den otevřených dveří MS centra VFN v Praze na Karlově náměstí – přednášky, ukázky cvičení, konzultace s odborníky v oblasti psychoterapie, fyzioterapie i sociálního poradenství, možnost osobních konzultací a získání důležitých informací, odpovědi na otázky, na které se pacienti i báli zeptat... Ve spolupráci s VFN a předními odborníky.



**ROZSVIŤME ČR, 3. ROČNÍK OSVĚTOVÉ KAMPANĚ
22. KVĚTNA – 10. ČERVENCE**

NFI spolu s regionálními pacientskými organizacemi reprezentuje Českou republiku v rámci Světového dne RS a vyzývá svými slunečnicemi k široké podpoře.

V Sanatoriích Klimkovice (Roska Ostrava a Frýdek-Místek) jako součást SDRS, Plzni, Brnu, Praze, Teplicích, Žirči u Dvora Králové, Českých Budějovicích, Černošicích, Jihlavě, Liberci, Hradci Králové, Kostelci nad Labem a v Záhlicích (Roska Kroměříž a MSA Uherské Hradiště) přišly stovky lidí podpořit nemocné a jejich rodiny, podpořit ty, kteří svůj život s nevyčísitelnou nemocí nevzdali. Děkujeme jednotlivým regionálním organizacím Unie Roska!

**ROZTROUŠENÁ STEZKA
PRAHA, 25. KVĚTNA**

V rámci Rodinné výzvy, kterou pořádala FYZIOklinika v Centrálním parku na Opatově. Rodinná výzva – www.fyzioklinika.cz/rodinnavyzva – je akce, která koresponduje s naší MaRS maratónskou vizí, a to motivace k pohybu a zapojení celých rodin. Stanoviště přibližující hrou příznaky RS „na vlastní kůži“, možnost vyzkoušet své smysly. Rodinná výzva prověřila zdatnost dětí a rodičů, 270 rodinných týmů a 820 soutěžících prošlo impulsi Roztroušenou stezkou.

**TAEKWONDO TURNAJ
PRAHA, 21. LISTOPADU**

Kangsim Knights a tradiční turnaj bojového umění dětí a mládeže. Vědí, že pohyb přináší radost, energii a je důležitý. K tomu přidali i své zamyšlení se nad nemocí, co to znamená nevyčísitelné onemocnění, a svoji podporu vyjádřili i výtěžkem ve výši 3 692 Kč (od ledna 2016 nás mladí sportovci podpořili částkou 32 658 Kč) byl věnován na fyzioterapii pacientů s RS. Přejeme hodně dalších skvělých turnajů!



17. ROČNÍK VÝSTAVY CESTA ZA DUHOU PRAHA, ECONOMIA, 16. – 30. LISTOPADU

Písmeno, slovo, věta, povídka, báseň, fejeton, román...

Duha, čtyři písmena, jedno slovo, jasný význam, a přece mnoho představ, které vyvolává. Pro jednoho štěstí, pro druhé naději, smlouvu, barevné spektrum, optický úkaz (fotometeor) nebo balíček barvy na látky...

A pro ty, které provází životem roztroušená skleróza ve spojení s cestou potom výstavu, která už po sedmnácté otevírá dveře a na jednom místě představuje díla, která vedla, nebo inspirovala životní cesta spojená s nevyhlášeným onemocněním. Potom tedy duha a Cesta za duhou znamená velkou statečnost, sílu a odvahu se nebát a otevřít své nitro, podělit se o své zážitky, emoce, dny dobré i méně dobré. A hlavně o naději. Fotografie, obrazy, obrázky, básně, fejetony, šperky, keramika, každé dílo jako kapka naděje, které se slévají v potůček, řeku a všechny společně v moře, moře naděje. Že den, který přinese lék na roztroušenou sklerózu je blízko. A že do té doby má smysl se se svou nemocí rvát celým svým srdcem, celou svou myslí. A vším, co dělám povzbudit druhé, dodat jim sílu, radost a naději. Děkuje všem, kteří tu naději nesete dál, svými díly dodáváte sílu přijmout nemoc, smířit se s ní a díky tomu vykročit na cestě – za duhou – zase dál...

A JEŠTĚ NĚCO Z RADOSTNÝCH ZPRÁV, O KTERÉ SE S VÁMI CHCEME PODĚLIT:

P. F. 2019

Doufám, že všichni, kdo jste dočetli až sem – jste začínali další rok 2019 s pexesem plným obrázků slunečnic, za kterým stojí také děti. Tentokrát z mnoha škol, školek, které se zapojily do výtvarné soutěže Rozsvíťme ČR. Obrázky skutečně rozsvítily všední dny lidem s RS, seniorům, kteří obrázky v rámci akce Ježíškova vnučata dostali jako dárek, a myslím si, že také těm, kdo měli možnost díla vidět.

Děkujeme všem dětem a jejich paním učitelkám, které děti vedou k umění otevřít oči a vidět věci tak, jak jsou, ale zároveň s důvěrou a nadějí, bez bázně. Děti, děkujeme. Děkuje všem školám, které se spojily s naší vizí osvěty mezi dětmi.

ZAJÍCI NA CESTÁCH

Žádná z akcí by nebyla úplná bez fotografa Aleše Zajíčka s Janou Svobodovou. Nezaměnitelné fotografie, skicy lákající k cestám, zvoucí na výlet... neutuchající energie a radost, kterou s sebou přinášejí jakoby jen tak.

Zajíci na cestách, děkujeme Vám a přejeme Vám mnoho stejně krásných setkání, jako jste přinesli nám, minimálně tolik pomoci, kolik jste jí rozdali.

A něco málo na závěr?

Jestli vás některý z receptů potěšil, nebo minimálně zaujal, nebo díky tomu, že vás nudil, jste očima spočinuli na vedlejší straně u projektů, akcí, u toho, co je důležité minimálně pro 23 000 lidí s RS a pro jejich rodiny a přátele, splnil očekávání. A třeba jste i dostali chuť něco uvařit, upéct, vyrobit jako dárek k Vánocům, narozeninám.

Recepty jsou vyzkoušené (dlouhé roky testovaly desítky dobrovolníků) a jsou moje vlastní. Většinu jsem se naučila od babičky a mámy, inspirovala se v mnoha kuchařských knihách (je jich hodně). Pokud znám zdroj, je u receptu uvedený.

Myslíme si, že dobré věci jsou dobré. Že energie, kterou pošleme dál, se nám vrátí, že o radost se můžeme rozdělit, a tím ji znásobíme, že cokoli budeme dělat s láskou, nám pomůže těžká období ustát se štítem. A že láska prochází žaludkem...

Jestli vás některé recepty vrátily k sobě a potěšili jste své blízké, dejte nám vědět a sdílejte na FB NFI. A pokud vás celá zpráva přiměla nejen k akci, ale také zamyšlení, na několika předchozích stránkách naleznete, jak nás můžete podpořit, nebo který projekt můžete podpořit. A těšíme se brzy na některé z dalších akcí. MaRS? Koncert? Rozsviťme ČR?

Finanční část

**SEZNAM NADAČNÍCH PŘÍSPĚVŮ PŘIZNANÝCH SPRÁVNÍCH RADOU NADAČNÍHO FONDU
A VYPLACENÝCH V ROCE 2019 V CELKOVÉ VÝŠI 1 095 959 Kč**

Příjemce příspěvku	Účel	Kč
Český a slovenský neurologický sjezd	Podpora vzdělávání	14 400 Kč
MSrehab, z.s. se sídlem Tomanova 1150/70 169 00 Praha 6, IČ: 03819302	Podpora fyzioterapie – odborné vzdělávání	38 900 Kč
Oblastní charita Červený Kostelec Středisko Domov sv. Josefa v Žirči se sídlem 5. května 1170 549 42 Červený Kostelec, IČ: 48623814	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	1 560 Kč
Oblastní charita Červený Kostelec Středisko Domov sv. Josefa v Žirči se sídlem 5. května 1170 549 42 Červený Kostelec, IČ: 48623814	Podpora fyzioterapie – částečné pokrytí nákupu transportního zařízení	50 000 Kč
Regionální organizace ROSKA Brno se sídlem Srbská 2741/53 612 00 Brno, IČ: 64331016	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	2 600 Kč
Regionální organizace ROSKA Česká Lípa se sídlem Rumburských hrdinů 860 473 01 Nový Bor, IČ: 63778611	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	520 Kč
Regionální organizace ROSKA České Budějovice se sídlem Na Zlaté stoce 551/14 370 05 České Budějovice, IČ: 65011732	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	2 990 Kč
Regionální organizace ROSKA Frýdek-Místek se sídlm Novodvorská 3052 738 01 Frýdek-Místek, IČ: 64120252	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	1 170 Kč
Regionální organizace ROSKA Frýdek-Místek se sídlem Novodvorská 3052 738 01 Frýdek-Místek, IČ: 64120252	Podpora fyzioterapie – nákup cvičebních pomůcek	4 033 Kč
Regionální organizace ROSKA Jihlava se sídlem Březinova 4064/136 586 01 Jihlava, IČ: 75072769	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	520 Kč
Regionální organizace ROSKA Kroměříž se sídlem Lutopecká 1410/3 767 01 Kroměříž, IČ: 18190111	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	1 690 Kč

Příjemce příspěvku	Účel	Kč
Regionální organizace ROSKA Kroměříž se sídlem Lutopecká 1410/3 767 01 Kroměříž, IČ: 18190111	Podpora osvětové činnosti – projekt Rozsvižme ČR	4 900 Kč
Regionální organizace ROSKA Kroměříž se sídlem Lutopecká 1410/3 767 01 Kroměříž, IČ: 18190111	Projekt Rozsvižme ČR ve Zlínském kraji	20 000 Kč
Regionální organizace ROSKA Kroměříž se sídlem Lutopecká 1410/3 767 01 Kroměříž, IČ: 18190111	Projekt Rozsvižme ČR ve Zlínském kraji	25 490 Kč
Regionální organizace ROSKA Liberec se sídlem Americká 761/54 460 10 Liberec, IČ: 65100395	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	1 040 Kč
Regionální organizace ROSKA Liberec se sídlem Americká 761/54 460 10 Liberec, IČ: 65100395	Podpora osvětové činnosti – projekt Rozsvižme ČR	1 700 Kč
Regionální organizace ROSKA Olomouc se sídlem Nábřeží 755/10 779 00 Olomouc, IČ: 70867861	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	130 Kč
Regionální organizace ROSKA Plzeň se sídlem Mírová 10 301 00 Plzeň, IČ: 64353729	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	1 300 Kč
Regionální organizace ROSKA Plzeň se sídlem Mírová 10 301 00 Plzeň, IČ: 64353729	Podpora osvětové činnosti – projekt Rozsvižme ČR	854 Kč
Regionální organizace ROSKA Teplice se sídlem Trnovanská 1283/29 415 01 Teplice, IČ: 18190111	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	260 Kč
Regionální organizace ROSKA Ústí nad Orlicí se sídlem Čs. Armády 1 181 562 01 Ústí nad Orlicí, IČ: 69172234	Podpora fyzioterapie – věcný dar pořízení cvičebních pomůcek	520 Kč
Suchá Lucie, Mgr. se sídlem Tomanova 1150/70 169 00 Praha 6 IČ: 76617947	Podpora fyzioterapie – odborné vzdělávání	20 000 Kč
Univerzita Karlova veřejná vysoká škola se sídlem Ovocný trh 560/5 116 36 Praha 1 IČ: 00216208	Centrum pro demyelinizační onemocnění, podpora vědy a výzkumu – věcný dar	260 150 Kč

Příjemce příspěvku	Účel	Kč
Všeobecná fakultní nemocnice v Praze příspěvková organizace se sídlem U Nemocnice 499/2 128 08 Praha 2 IČ: 00064165	Centrum pro demyelinizační onemocnění, fyzioterapeutická péče o pacienty s RS – úhrada nákladů na mzdu fyzioterapeutky	20 359 Kč
Všeobecná fakultní nemocnice v Praze příspěvková organizace se sídlem U Nemocnice 499/2 128 08 Praha 2 IČ: 00064165	Centrum pro demyelinizační onemocnění, fyzioterapeutická péče o pacienty s RS	5 987 Kč
Všeobecná fakultní nemocnice v Praze příspěvková organizace se sídlem U Nemocnice 499/2 128 08 Praha 2 IČ: 00064165	Centrum pro demyelinizační onemocnění, fyzioterapeutická péče o pacienty s RS – úhrada nákladů na mzdu fyzioterapeutky	264 782 Kč
Všeobecná fakultní nemocnice v Praze příspěvková organizace se sídlem U Nemocnice 499/2 128 08 Praha 2 IČ: 00064165	Centrum pro demyelinizační onemocnění, psychoterapeutická péče o pacienty s RS – úhrada nákladů na mzdu psychoterapeutky	265 082 Kč
Všeobecná fakultní nemocnice v Praze příspěvková organizace se sídlem U Nemocnice 499/2 128 08 Praha 2 IČ: 00064165	Centrum pro demyelinizační onemocnění, fyzioterapeutická péče o pacienty s RS	24 107 Kč
Regionální organizace UNIE ROSKA ČR	Osvětová podpora – věcný dar osvětové materiály	2 150 Kč
Regionální organizace UNIE ROSKA ČR	Osvětová podpora – věcný dar cvičební pexesa	1483 Kč
Regionální organizace UNIE ROSKA ČR	Osvětová podpora – věcný dar	27 642 Kč
Regionální organizace UNIE ROSKA ČR	Osvětová podpora – věcný dar, knihy: Ač máš RSku, nepropadej stesku	29 640 Kč
Celkem vyplacených nadačních příspěvků		1 095 959 Kč

**DARY A FINANČNÍ PŘÍSPĚVKY NADAČNÍMU FONDU VČETNĚ REGISTRU REMUS
V ROCE 2019 V CELKOVÉ VÝŠI 4 927 106 Kč**

Dary a finanční příspěvky od právnických osob vyšší nebo rovny 10 000 Kč	
KMJ ORTO s.r.o.	16 250 Kč
Merck spol. s r.o.	4 000 000 Kč
Merck spol. s r.o.	260 150 Kč
Merck spol. s r.o.	279 510 Kč
Merck spol. s r.o.	900 000 Kč
Novartis s.r.o.	1 500 000 Kč
ROCHE s.r.o.	48 000 Kč
Sanofi-aventis, s.r.o.	500 000 Kč
Tango, spol. s r.o.	30 000 Kč
UNIMEX GROUP, a.s.	250 000 Kč
Celkem	4 183 910 Kč

Dary a finanční příspěvky od právnických osob nepřesahující 10 000 Kč	
Celkem	19 947,60 Kč

Dary a finanční příspěvky od fyzických osob vyšší nebo rovny 10 000 Kč	
Balek Josef	13 380 Kč
Hašek Ivan	10 000 Kč
Kubala Havrdová Eva, prof. MUDr., CSc.	39 000 Kč
Milěřová Hana	10 000 Kč
Motýl Jan	12 001 Kč
Nekvidová Hana	20 000 Kč
Vojtovi Jana a Martin	30 000 Kč
Zajíček Aleš	12 000 Kč
Celkem	146 381 Kč

Dary a finanční příspěvky od fyzických osob nižší než 10 000 Kč	
Celkem	112 519 Kč

Dary a finanční příspěvky od dárců, kteří si nepřejí zveřejnění	
Celkem	140 750 Kč

Věcné dary	
Nestlé Česko s.r.o.	27 642 Kč
Celkem	27 642 Kč

DARY A FINANČNÍ PŘÍSPĚVKY CELKEM	4 631 150 Kč
---	---------------------

Sbírka	
Celkem	265 956 Kč

Provozní dotace a granty	
Městská část Praha 4	30 000 Kč
Celkem	30 000 Kč

CELKEM ZA ROK 2019	4 927 106 Kč
---------------------------	---------------------

**NÁKLADY NADAČNÍHO FONDU, KONTROLA VÝDAJŮ A HOSPODÁŘSKÝ VÝSLEDEK
CELKOVÉ NÁKLADY NA PROVOZ NADAČNÍHO FONDU IMPULS V ROCE 2019 ČINILY KČ.**

Osobní náklady	271 028 Kč
Cestovné	0 Kč
Jiné náklady	67 682 Kč
Účetní, auditorské a ostatní služby	70 576 Kč
Daň z příjmů	0 Kč
Celkem	409 286 Kč

Možné náklady:

50 % z 1 000 000 Kč	500 000 Kč
10 % z 95 959 Kč	9 596 Kč
Celkové možné náklady dle statutu Nadačního fondu IMPULS ze všech poskytnutých nadačních příspěvků v roce 2018:	509 596 Kč
Skutečné náklady:	409 286 Kč

Statutem Nadačního fondu IMPULS je určeno, že celkové náklady související se správou nadačního fondu, nesmí ve vztahu k celkové hodnotě v daném roce poskytnutých nadačních příspěvků převýšit 50 % hodnoty, která nepřesahuje 1 000 000 Kč a 10% hodnoty, která přesahuje 1 000 000 Kč.

Přímé náklady Nadačního fondu IMPULS se v tomto roce mírně snížily. Naše snaha je co nejvíce prostředků směřovat tam, kde je to zapotřebí. Tj. nadační příspěvky a přímou podporou projektů, které pomáhají lidem s roztroušenou sklerózou žít lépe.

ZPRÁVA NEZÁVISLÉHO AUDITORA PRO SPRÁVNÍ RADU NADAČNÍHO FONDU ZA ROK 2019

Účetní závěrka a příloha k účetní závěrce 2019

Účetní závěrka a její schválení

Účetnictví Nadačního fondu IMPULS je vedeno a účetní závěrka byla připravena v souladu se zákonem č. 563/1991 Sb. o účetnictví ve znění pozdějších změn a doplňků a s ním spojených prováděcích opatření. Účetnictví je vedeno externě. Přiznání k dani byla a budou podána v souladu s právním řádem ČR.

SPRÁVNÍ RADA NADAČNÍHO FONDU IMPULS NA SVÉM ZASEDÁNÍ DNE 23. ZÁŘÍ 2020

1. přezkoumala a schválila účetní závěrku k 31. 12. 2019,
2. datum sestavení účetní závěrky 30. 6. 2020,
3. dospěla k závěru, že tato účetní závěrka pravdivě zobrazuje majetek, nadační jmění, pohledávky, závazky, finanční situaci a hospodářský výsledek.



IMPULS, nadační fond
Ing. Kateřina Bémová, předsedkyně správní rady

PS.: jako malý bonus recept od mojí prababičky, tak, jak ho mám od ní napsaný:

VANILKOVÉ ROHLÍČKY

21 másla a 7 deka cukru asi 10 minut třeme. Pak dáme na vál 28 deka mouky hladké a spracujeme s 10 strouhaných oříšků nebo mandlí. Poté tvarujeme malé rohlíčky a pečeme v mírné troubě. Teplé obalujeme ve vanilkovém cukru.

ZPRÁVA NEZÁVISLÉHO AUDITORA

o provedení Auditů řádné účetní závěrky za rok 2019
účetní jednotky

IMPULS, nadační fond

IČ 261 69 428
se sídlem Kateřinská 30, 128 08 Praha 2

Zřizovatelům nadačního fondu

VÝROK AUDITORA

Provedla jsem audit přiložené účetní závěrky účetní jednotky IMPULS, nadační fond IČ 261 69 428 (dále také fond) sestavené na základě českých účetních předpisů, která se skládá z rozvahy k 31.12.2019, výkazu zisku a ztráty za rok končící 31.12.2019 a Přílohy této účetní závěrky, která obsahuje popis použitých podstatných účetních metod a další vysvětlující informace.

Podle mého názoru účetní závěrka poskytuje věrný a poctivý obraz aktiv a pasiv účetní jednotky IMPULS, nadační fond k 31.12.2019 a nákladů a výnosů a výsledku jejího hospodaření za rok končící 31.12.2019 v souladu s českými účetními předpisy.



Audit jsem provedla v souladu se zákonem o auditorech a standardy Komory auditorů České republiky pro audit, kterými jsou mezinárodní standardy pro audit (ISA) případně doplněné a upravené souvisejícími aplikačními doložkami. Moje odpovědnost stanovená těmito předpisy je podrobněji popsána v oddílu Odpovědnost auditora za audit účetní závěrky. V souladu se zákonem o auditorech a Etickým kodexem přijatým Komorou auditorů České republiky jsem na fondu nezávislá a splnila jsem i další etické povinnosti vyplývající z uvedených předpisů. Domnívám se, že důkazní informace, které jsem shromáždila, poskytují dostatečný a vhodný základ pro vyjádření mého výroku.

Ostatní informace uvedené ve výroční zprávě

Ostatními informacemi jsou v souladu s § 2 písm. b) zákona o auditorech informace uvedené ve výroční zprávě mimo účetní závěrku a zprávu auditora. Za ostatní informace odpovídá statutární orgán nadačního fondu.

Výrok k účetní závěrce se k ostatním informacím nevztahuje. Přesto je však součástí mých povinností souvisejících s auditem účetní závěrky seznámení se s ostatními informacemi a posouzení, zda ostatní informace nejsou ve významném (materiálním) nesouladu s účetní závěrkou či s mými znalostmi o účetní jednotce získanými během provádění auditu nebo zda se jinak tyto informace nejeví jako významné (materiálně) nesprávné. Také posuzuji, zda ostatní informace byly ve všech významných (materiálních) ohledech vypracovány v souladu s příslušnými právními předpisy. Tímto posouzením se rozumí, zda ostatní informace splňují požadavky právních předpisů na formální náležitosti a postup vypracování ostatních informací v kontextu významnosti (materiality), tj. zda případné nedodržení uvedených požadavků by bylo způsobilo ovlivnit úsudek činěný na základě ostatních informací.

Na základě provedených postupů, do míry, již dokáži posoudit, uvádím, že:

- Ostatní informace, které popisují skutečnosti, jež jsou též předmětem zobrazení v účetní závěrce, jsou ve všech významných (materiálních) ohledech v souladu s účetní závěrkou a
- Ostatní informace byly vypracovány v souladu s právními předpisy.

Dále jsem povinna uvést, zda na základě poznatků a povědomí o účetní jednotce, k nimž jsem dospěla při provádění auditu, ostatní informace neobsahují významné (materiálně) věcné nesprávnosti. V rámci uvedených postupů jsem v obdržенých ostatních informacích žádné významné (materiálně) věcné nesprávnosti nezjistila.



Odpovědnost statutárního orgánu účetní jednotky za účetní závěrku

Statutární orgán nadačního fondu je odpovědný za sestavení účetní závěrky, která podává věrný a poctivý obraz v souladu s českými účetními předpisy, a za takový vnitřní kontrolní systém, který považuje za nezbytný pro sestavení účetní závěrky tak, aby neobsahovala významné (materiální) nesprávnosti způsobené podvodem nebo chybou.

Při sestavování účetní závěrky je statutární orgán povinen posoudit, zda je fond schopen nepřetržitě trvat, a pokud je to relevantní, popsat v příloze účetní závěrky záležitosti týkající se jeho nepřetržitého trvání a použití předpokladu nepřetržitého trvání při sestavení účetní závěrky, s výjimkou případů, kdy statutární orgán plánuje zrušení fondu nebo ukončení jeho činnosti, resp. kdy nemá jinou reálnou možnost než tak učinit.

Odpovědnost auditora

Mým cílem je získat přiměřenou jistotu, že účetní závěrka jako celek neobsahuje významnou (materiální) nesprávnost způsobenou podvodem nebo chybou a vydat zprávu auditora obsahující výrok. Přiměřená míra jistoty je velká míra jistoty, nicméně není zárukou, že audit provedený v souladu s výše uvedenými předpisy ve všech případech v účetní závěrce odhalí případnou existující významnou (materiální) nesprávnost. Nesprávnosti mohou vzniknout v důsledku podvodů nebo chyb a považují se za významné (materiální), pokud lze reálně předpokládat, že by jednotlivě nebo v souhrnu mohly ovlivnit ekonomická rozhodnutí, která uživatelé účetní závěrky na jejím základě přijmou.

Při provádění auditu v souladu s výše uvedenými předpisy je mojí povinností uplatňovat během celého auditu odborný úsudek a zachovávat profesní skepticismus. Dále je mojí povinností:

- Identifikovat a vyhodnotit rizika významné (materiální) nesprávnosti účetní závěrky způsobené podvodem nebo chybou, navrhnout a provést auditorské postupy reagující na tato rizika a získat dostatečné a vhodné důkazní informace, abych na jejich základě mohla vyjádřit výrok. Riziko, že neodhalím významnou (materiální) nesprávnost, k níž došlo v důsledku podvodu, je větší než riziko neodhalení významné (materiální) nesprávnosti způsobené chybou, protože součástí podvodu mohou být tajné dohody (koluze), falšování, úmyslná opomenutí, nepravdivá prohlášení nebo obcházení vnitřních kontrol.
- Seznámit se s vnitřním kontrolním systémem fondu relevantním pro audit v takovém rozsahu, abych mohla navrhnout auditorské postupy vhodné s ohledem na dané okolnosti, nikoli abych mohla vyjádřit názor na účinnost jeho vnitřního kontrolního systému.
- Posoudit vhodnost použitých účetních pravidel, přiměřenost provedených účetních odhadů a informace, které v této souvislosti statutární orgán fondu uvedl v příloze účetní závěrky.
- Posoudit vhodnost použití předpokladu nepřetržitého trvání při sestavení účetní závěrky a to, zda s ohledem na shromážděné důkazní informace existuje významná

(materiální) nejistota vyplývající z událostí nebo podmínek, které mohou významně zpochybnit schopnost fondu nepřetržitě trvat. Jestliže dojde k závěru, že taková významná (materiální) nejistota existuje, je mojí povinností upozornit v mé zprávě na informace uvedené v této souvislosti v příloze účetní závěrky, a pokud tyto informace nejsou dostatečné, vyjádřit modifikovaný výrok. Moje závěry týkající se schopnosti fondu nepřetržitě trvat vycházejí z důkazních informací, které jsem získala do data mé zprávy. Ničemné budoucí události nebo podmínky mohou vést k tomu, že fond ztratí schopnost nepřetržitě trvat.

- Vyhodnotit celkovou prezentaci, členění a obsah účetní závěrky, včetně přílohy, a dále to, zda účetní závěrka zobrazuje podkladové transakce a události způsobem, který vede k věrnému zobrazení.

Mojí povinností je informovat předsedkyni správní rady mimo jiné o plánovaném rozsahu a načasování auditu a o významných zjištěních, která jsem v jeho průběhu učinila, včetně zjištěných významných nedostatků ve vnitřním kontrolním systému.

Potvrzují, že tyto povinnosti byly řádně splněny, průběžně byly jednotlivé etapy konzultovány a žádné významné nedostatky v kontrolním systému nebyly zjištěny.

Ing. Irena Gajdošová, auditor
číslo oprávnění 2047
se sídlem Spojovací 94, 250 70 Odolena Voda

V Praze dne 10.11.2020



I. Gajdošová

Přílohy:
Rozvaha k 31.12.2019
Výkaz zisku a ztráty k 31.12.2019
Příloha v RÚZ k 31.12.2019
Výroční zpráva 2019

PŘÍLOHA V ÚČETNÍ ZÁVĚRCE 2019 _ IMPULS, nadační fond

Rozvahový den nebo okamžik sestavení účetní závěrky :	31.12.2019
Účetní období	1.1.2019 - 31.12.2019

a) Základní údaje

Název	IMPULS, nadační fond
Sídlo	Kateřinská 30, Praha 2, 128 08
IC	2616942B
Právní forma	Nadační fond
Hlavní předmět činnosti (poslán)	Podpora aktivit v oblasti terapie a výzkumu demyelinizačních onemocnění včetně souvisejících aktivit rehabilitačních, studijních a osvětových.
Hospodářská činnost	
Ostatní činnosti	-
Statutární orgány	Správní rada
Organizační složky s vlastní právní subjektivitou	-

b) Zakladatelé, zřizovatelé

MUDr. Eva Havrdová,ČSc.	Praha 1,Prokopská 3, 11800
Prof.MUDr. Soňa Nevšimalová,DrSc	Revnice,Karla Múndla 513,okres Praha-Karlovy Vary,Charčkovská 3
JUDr. Martin Solc	Praha 4,Na Žáhonech 67/1383,14000
JUDr. Cyril Svoboda	Praha 8,Poděbradská 551/119,18000
Prof. ThDr. Jan Heller	Praha 4,Ohnivcova 16,14700
Ing. Jaroslav Zíka	Praha 1,Valdštejnské nám. 2,11800
Zdena Hadrboľcová	Praha 1,Valdštejnské nám. 2,11800

Vklady do vlastního jmění

povaha vkladu	výše vkladu	zápis do rejstříku
Majetkový vklad zřizovatelů	7 000,00 Kč	64.2000

c) Obecné účetní informace

Účetní období : shodné s kalendářním rokem.

Používané účetní metody: účetní jednotka účtuje podle zákona č. 563/1991 Sb. O účetnictví ve znění pozdějších předpisů, vyhlášky č. 504/2002 Sb. Pro účetní jednotky, u kterých hlavním předmětem činnosti není podnikání.

Způsob zpracování účetních záznamů: jednotka zpracovává účetní záznamy pomocí výpočetní techniky.

Způsob a místo úschovy účetních záznamů: ve spisovně v sídle nadačního fondu.

Aplikace obecných účetních zásad: účetní jednotka aplikuje účetní záznamy podle zákona č. 563/1991 Sb. O účetnictví ve znění pozdějších předpisů, vyhlášky č. 504/2002 Sb. a ČÚS pro účetní jednotky, u kterých hlavním předmětem činnosti není podnikání.

Způsoby oceňování: účetní jednotka oceňuje majetek a závazky podle zákona 563/1991 Sb. o účetnictví ve znění pozdějších předpisů, vyhlášky č. 504/2002 Sb.

Způsoby odpisování: účetní jednotka odpisuje dlouhodobý hmotný majetek rovnoměrně v souladu se zákonem č. 586/1992 Sb. Zákon o daních z příjmů



Způsob stanovení oprávek k majetku: součet dosavadních odpisů.

Způsob stanovení reálné hodnoty majetku a závazků: účetní jednotka nepoužila v běžném účetním období reálnou hodnotu.

Způsob tvorby a výše opravných položek: účetní jednotka nevytváří opravné položky.

Způsob tvorby a výše rezerv: účetní jednotka nevytváří rezervy.

Odchytky od účetních metod s uvedením vlivu na majetek a závazky, na finanční situaci a výsledek hospodaření: nebyly.

d) Významné události, které nastaly mezi rozvahovým dnem a okamžikem sestavení účetní závěrky: nenastaly.

e) Způsoby oceňování aktiv a závazků: účetní jednotka účtuje závazky a pohledávky jmenovitou hodnotou, dlouhodobý majetek pořizovací cenou.

f) Účetní jednotky, v nichž účetní jednotka sama nebo prostřednictvím třetí osoby jednající jejím jménem a na její účet drží podíl*: není.

g) přehled splatných závazků SSZ, ZP a FÚ:

sociální pojištění : žádné po splatnosti
zdravotní pojištění : žádné po splatnosti
daň z příjmů ze závislé činnosti : 1 859,00 Kč
srážková daň : 1 750,00 Kč

h) akcie a podíly: v průběhu účetního období nebyly žádné akcie ani podíly.

j) dlužné částky, které vznikly v průběhu účetního období: nejsou.

k) Výše finančních nebo jiných závazků, které nejsou obsaženy v rozvaze (bilanci): nejsou.

l) Výsledek hospodaření

výsledek hospodaření v tisících	Kč
Výsledek hospodaření z hlavní činnosti	-4 111
Výsledek hospodaření z hospodářské činnosti	0

m) Informace o průměrném evidenčním přepočteném počtu zaměstnanců

položka	zaměstnanci celkem
Průměrný evidenční přepočtený počet zaměstnanců	4
Mzdové náklady	993
Zákonné sociální a zdravotní pojištění	311
Ostatní sociální pojištění	-
Zákonné sociální náklady	-
Ostatní sociální náklady	4
Osobní náklady celkem	1 308

* povaha informací nesmí způsobit vážnou újmu některým uvedeným účetním jednotkám

Dále uveďte údaje o počtu a postavení zaměstnanců, pokud jsou zároveň členy statutárních, kontrolních nebo jiných orgánů určených statutem, stanovami nebo jinou zřizovací listinou: nebyly.

n) Odměny a funkční požitky za účetní období členům statutárních, kontrolních nebo jiných orgánů určených statutem, stanovami nebo jinou zřizovací listinou: nebyly.

o) Účasti členů statutárních, kontrolních nebo jiných orgánů účetní jednotky určených statutem, stanovami nebo jinou zřizovací listinou a jejich rodinných příslušníků v osobách, s nimiž účetní jednotka uzavřela za vykazované účetní období smlouvy nebo jiné smluvní vztahy : nebyly.

p) Zálohy a úvěry (popřípadě závazky přijaté na jejich účet jako určitý druh záruky) poskytnuté členům statutárních, kontrolních nebo jiných orgánů určených statutem, stanovami nebo jinou zřizovací listinou : nebyly.

q) Rozsah, ve kterém byl výpočet zisku nebo ztráty ovlivněn způsoby oceňování finančního majetku v průběhu účetního období nebo bezprostředně předcházejícího účetního období: netýká se.

r) Způsob zjištění základu daně z příjmů:

Použité daňové úlevy:

Způsob užití prostředků v běžném účetním období, které byly získány z daňových úlev v předcházejících zdaňovacích obdobích (§ 20 odst. 7 zákona č. 586/1992 Sb.):

rok	2016	2017	2018
výše daňové úlevy	0	0	0
výše využití daňové úlevy	0	0	0
způsob využití daňové úlevy	Financování výdajů hlavní činnosti	Financování výdajů hlavní činnosti	Financování výdajů hlavní
výše nevyužitých daňových úlev	0	0	0

s) Rozdíl mezi daňovou povinností připadající na běžné nebo minulé účetní období a již zaplacenou daní v těchto účetních obdobích (je-li tento rozdíl významný):

daňová povinnost v minulém účetním období	0
zaplacená daň v minulém účetním období	0
rozdíl	0
daňová povinnost v běžném účetním období	0
zaplacená daň v běžném účetním období	0
rozdíl	0

t) Významné položky Rozvahy (Balance) nebo Výkazu zisku a ztráty: Veškeré významné položky jsou uvedeny na příslušných řádcích v rozvaze a výkazu zisku a ztráty a nepotřebují zvláštní komentář.

Další informace o významných položkách, které jsou ve výkazech zahrnuty nebo kompenzovány s jinými položkami a ve výkazech nejsou samostatně vykázány:

Dlouhodobé bankovní úvěry: nejsou.

Přijaté dotace na provozní účely nebo na pořízení dlouhodobého nehmotného a hmotného majetku ze státního rozpočtu, rozpočtu územních samosprávných celků nebo ze státních fondů: provozní dotace ve výši 1 530 tis. Kč.



u) Přijaté a poskytnuté dary*

Společnost v běžném účetním období obdržela dary ve výši 3 089 tis. Kč, které byly v plné výši použity v běžném roce.

Společnost v běžném účetním období poskytla dary ve výši 1 096 tis. Kč.

v) Veřejné sbírky

veřejná sbírka	účel	vybraná částka
DMS	Podpora aktivit v oblasti psychoterapie a fyzioterapie, podpora rehabilitačních aktivit pro pacienty s roztroušenou mozkomíšní sklerózou na nejvyšší specializované úrovni pod vedením speciálně vyškolených týmů v důstojném a potřebně vybaveném prostředí, v souladu se statutem	266

w) Vypořádání výsledku hospodaření z předcházejícího účetního období

položka	Částka
Výsledek hospodaření (+ zisk, - ztráta)	-202
Tvorba (+) nebo čerpání (-) fondů	0
Tvorba (+) nebo čerpání (-) nerozděleného zisku minulých let	-
Tvorba (+) nebo úhrada (-) neuhrazené ztráty minulých let	-

Podpis odpovědné osoby :
Ing. Kateřina Bémová



Podpis osoby odpovědné za sestavení účetní závěrky :
Radomíra Třešňáková

Okamžik sestavení účetní závěrky: 31.03.2020

* informace nesmí umožnit určit postavení určitého člena takového orgánu nebo osoby

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY v plném rozsahu

ke dni 31.12.2019
(v celých tisících Kč)

Název a sídlo účetní jednotky

IMPULS, nadační fond
Kateřinská 468/30
Praha 2
120 00

Účetní jednotka deruší
1 x příslušnému finančnímu orgánu

IČO
26169428

Označení	TEXT	Číslo řádku	Činnosti		
			Hlavní	Hospodářská	Celkem
			5	6	7
A. I.	Spotřebované nákupy a nakupované služby	Součet A.I.1. až A.I.6.	2	11 140	11 140
A. I. 1.	Spotřeba materiálu, energie a ostatních neskladovaných dodávek	3	20		20
A. I. 3.	Opravy a udržování	5	4		4
A. I. 4.	Náklady na cestovné	6	86		86
A. I. 5.	Náklady na reprezentaci	7	6		6
A. I. 6.	Ostatní služby	8	11 024		11 024
A. III.	Osobní náklady	Součet A.III.10. až A.III.14.	13	1 308	1 308
A. III. 10.	Mzdové náklady	14	993		993
A. III. 11.	Základní sociální pojištění	15	311		311
A. III. 13.	Základní sociální náklady	17	4		4
A. V.	Ostatní náklady	Součet A.V.16. až A.V.22.	21	1 256	1 256
A. V. 19.	Kurové ztráty	25	12		12
A. V. 20.	Dary	26	1 235		1 235
A. V. 22.	Jiné ostatní náklady	28	9		9
A. VI.	Odpisy, prodaný majetek, tvorba a použití rezerv a opravných položek	Součet A.VI.23. až A.VI.27.	29	378	378
A. VI. 23.	Odpisy dlouhodobého majetku	30	378		378
	Náklady celkem	Součet A.I. až A.VIII.	39	14 082	14 082
B. I.	Provozní dotace	Hodnota B.I.1.	41	1 530	1 530
B. I. 1.	Provozní dotace	42	1 530		1 530
B. II.	Přijaté příspěvky	Součet B.II.2. až B.II.4.	43	3 397	3 397
B. II. 3.	Přijaté příspěvky (dary)	45	3 397		3 397
B. III.	Tržby za vlastní výkony a za zboží		47	5 039	5 039
B. IV.	Ostatní výnosy	Součet B.IV.5. až B.IV.10.	48	5	5
B. IV. 8.	Kurové zisky	52	1		1
B. IV. 10.	Jiné ostatní výnosy	54	4		4
	Výnosy celkem	Součet B.I. až B.V.	61	9 971	9 971
C.	Výsledek hospodaření před zdaněním	f. 61 - (f. 39 + f.37)	62	-4 111	-4 111
D.	Výsledek hospodaření po zdanění	f. 62 - f. 37	63	-4 111	-4 111



Sestaveno dne: 06.11.2020	Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky nebo podpisový vzor fyzické osoby, která je účetní jednotkou 	
Právní forma účetní jednotky 	Předmět podnikání podpora aktivit v oblasti terapie a výzkumu demyelinizačních	Pozn.:

ROZVAHA
v plném rozsahu
ke dni 31.12.2019
(v celých tisících Kč)

Název, sídlo a právní forma
účetní jednotky
IMPULS, nadační fond
Kateřinská 468/30
Praha 2
120 00

Účetní jednotka doručil:
1 x příslušnému fin. orgánu

IČO
26169428

Označení	AKTIVA	číslo řádku	Stav k prvnímu dni účetního období	Stav k posled. dni účetního období
a	b	c	1	2
A.	Dlouhodobý majetek celkem Součet A.I. až A.IV.	1	2 681	4 254
A. I.	Dlouhodobý nehmotný majetek celkem Součet A.I.1. až A.I.7.	9	2 403	4 345
A. I. 5.	Ostatní dlouhodobý nehmotný majetek (019)	6	2 403	4 345
A. II.	Dlouhodobý hmotný majetek celkem Součet A.II.1. až A.II.10.	20	519	520
A. II. 4.	Hmotné movité věci a jejich soubory (022)	13	519	511
A. II. 7.	Drobný dlouhodobý hmotný majetek (028)	16		9
A. IV.	Oprávký k dlouhodobému majetku celkem Součet A.IV.1. až A.IV.11.	40	-241	-611
A. IV. 2.	Oprávký k softwaru (073)	30	-38	-284
A. IV. 5.	Oprávký k ostatnímu dlouhodobému nehmotnému majetku (079)	33	-113	-121
A. IV. 7.	Oprávký k samostatným hmotným movitým věcem a souborům hmotných movitých věcí (082)	35	-90	-206
B.	Krátkodobý majetek celkem Součet B.I. až B.IV.	41	10 915	9 290
B. I.	Zásoby celkem Součet B.I.1. až B.I.9.	51	58	11
B. I. 7.	Zboží na skladě a v prodejních (132)	48	54	10
B. I. 9.	Poskytnuté zálohy na zásoby (314)	50	4	1
B. II.	Pohledávky celkem Součet B.II.1. až B.II.10.	71	2 155	2 734
B. II. 1.	Odběratelé (311)	52	2 113	2 182
B. II. 5.	Ostatní pohledávky (315)	56	1	448
B. II. 6.	Pohledávky ze zaměstnanců (335)	57	17	
B. II. 10.	Daň z přidané hodnoty (343)	61		85
B. II. 17.	Jiné pohledávky (378)	68	24	19
B. III.	Krátkodobý finanční majetek celkem Součet B.III.1. až B.III.7.	80	8 558	6 388
B. III. 1.	Peněžní prostředky v pokladně (211)	72	16	47
B. III. 3.	Peněžní prostředky na účtech (221)	74	8 542	6 341
B. IV.	Jiná aktiva celkem Součet B.IV.1. až B.IV.2.	84	144	157
B. IV. 1.	Náklady příštích období (381)	81	144	157
	Aktiva celkem Součet A. až B.	85	13 596	13 544

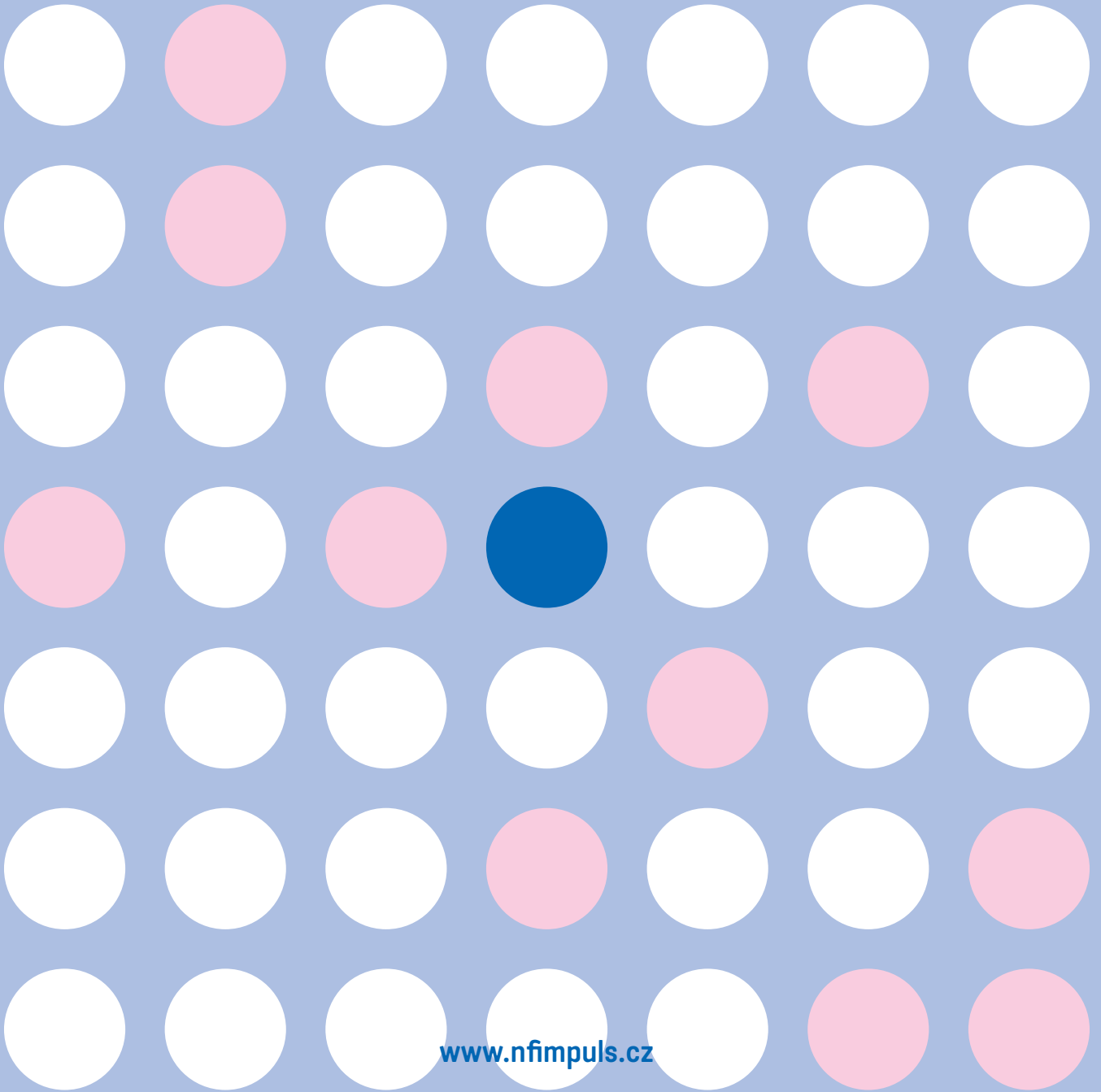


Označení	PASIVA		číslo řádku	Stav k prvnímu dni účetního období	Stav k posled. dni účetního období
a	b		c	3	4
A.	Vlastní zdroje celkem	Součet A.I. až A.II.	86	12 736	8 625
A. I.	Jmenný celkem	Součet A.I.1. až A.I.3.	90	6 201	6 201
A. I. 1.	Vlastní jmění	(901)	87	1 687	1 687
A. I. 2.	Fondy	(911)	88	4 514	4 514
A. II.	Výsledek hospodaření celkem	Součet A.II.1 až A.II.3.	94	6 535	2 424
A. II. 1.	Účet výsledku hospodaření	(963)	91	x	-4 111
A. II. 2.	Výsledek hospodaření ve schvalovacím řízení	(931)	92	-202	x
A. II. 3.	Nerozdělený zisk, neuhrazená ztráta minulých let	(932)	93	6 737	6 535
B.	Cizí zdroje celkem	Součet B.I. až B.IV.	95	860	4 919
B. II.	Dlouhodobé závazky celkem	Součet B.II.1. až B.II.7.	106		3 845
B. II. 6.	Dohadné účty pasivní	(389)	103		3 845
B. III.	Krátkodobé závazky celkem	Součet B.III.1. až B.III.23.	129	734	234
B. III. 1.	Dodavatelé	(321)	106	98	104
B. III. 4.	Ostatní závazky	(325)	109	9	10
B. III. 5.	Zaměstnanci	(331)	110	78	84
B. III. 7.	Závazky k institucím soc. zabezpečení a veřejného zdrav. pojištění	(336)	112	17	18
B. III. 9.	Ostatní přímé daně	(342)	114	16	18
B. III. 10.	Daň z přidané hodnoty	(343)	115	516	
B. IV.	Jiná pasiva celkem	Součet B.IV.1. až B.IV.2.	133	126	840
B. IV. 1.	Výdaje příštích období	(383)	130	126	840
	Pasiva celkem	Součet A. až B.	134	13 596	13 544

Sestaveno dne: 06.11.2020		Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky nebo podpisový vzor fyzické osoby, která je účetní jednotkou
		
Právní forma účetní jednotky	Předmět podnikání	Pozn.:
	podpora aktivit v oblasti terapie a výzkumu demyelinizačních	

Textová část výroční zprávy NF IMPULS Kateřina Bémová
Textová část registru ReMuS Jana Vojáčková
Jazyková a redakční korektura Kateřina Bémová
Grafická úprava Klára Zápotocká

Vydal IMPULS, nadační fond
Praha 2020
www.nfimpuls.cz



www.nfimpuls.cz