

Dar času

Grantový program na zmiernenie osamelosti seniorov v zariadeniach sociálnych služieb

Osamelosť patrí medzi tiché problémy života seniorov v zariadeniach sociálnych služieb. Nemusí znamenať iba nedostatok kontaktov – môže sa prejavovať aj pasivitou, stratou záujmu o dianie či pocitom, že človek už nemá komu a čo odovzdať. O to dôležitejšie je vytvárať príležitosti na vzťahy, blízkosť, zmysluplné trávenie času a kontakt so svetom mimo zariadenia.

Prvý ročník programu Dar času ukázal, že aj relatívne jednoduché, ale pravidelné a dobre zacielené aktivity môžu prinášať viditeľné zmeny. Zariadenia pozorovali väčšie zapájanie seniorov, viac spontánnych kontaktov, radosti a záujmu o dianie. Opakované stretnutia s deťmi či dobrovoľníkmi sa postupne menili na vzťahy a niektoré aktivity prenikali aj do každodenných rutín seniorov. Pri ľuďoch s pokročilou demenciou, imobilných či vážne chorých senioroch môže byť pritom dôležitým výsledkom aj drobná zmena – chvíľkové upokojenie, úsmev, očný kontakt alebo prejavovaný záujem.

Nadačný fond Dr. Max prichádza s druhým ročníkom programu Dar času, v ktorom opäť podporí zariadenia, ktoré poznajú potreby svojich seniorov a chcú osamelosť a izoláciu riešiť cielene a dlhodobo. Podporíme projekty, ktoré prinášajú vzťahy, zmysluplné aktivity, individuálny prístup či prepojenie s rodinou a komunitou a majú potenciál stať sa prirodzenou súčasťou života zariadenia.

Čo ponúka grantový program Dar času?

Podporíme projekty a aktivity, ktoré:

- znižujú pocit osamelosti a izolácie seniorov,
- prinášajú zážitky, zmysluplné aktivity a osobné prepojenia,
- motivujú zamestnancov zariadení a podporujú ich vzdelávanie,
- prepájajú zariadenia so širšou komunitou a dobrovoľníkmi.

V rámci **3-ročného cyklu** ponúkame vybraným zariadeniam:

- **5 000 €** – štartovací grant v 1. roku,
- **1 000 – 2 000 €** – nadväzujúci grant v 2. roku,
- **500 – 1 000 €** – matchingovú podporu pre fundraisingovú kampaň v 3. roku,
- **sieťovanie medzi podporenými organizáciami**, vzájomné zdieľanie skúseností a spoločné vzdelávacie aktivity so zameraním na rozvoj kapacít zariadení.

Kto sa môže zapojiť?

Grant je otvorený pre všetky **zariadenia poskytujúce sociálnu starostlivosť o seniorov pobytovou formou**, ktoré chcú prispieť k tomu, aby jeseň života nebola o samote, ale o spolupatričnosti a radosti z prítomných chvíľ.

Prečo sa pridať?

Tento program je viac než len finančná podpora. Je o posilnení vzťahov a prepájaní – v zariadeniach aj mimo nich, je o vytváraní priestoru, kde sa každý senior cíti rešpektovaný, počutý a prijatý. Spoločne môžeme priniesť viac života, radosti a ľudského tepla tam, kde je ho najviac treba.

AKO SA STAŤ SÚČASŤOU PROGRAMU

Grantový program je nastavený tak, aby zapojeným podporeným zariadeniam poskytoval **dlhodobú a udržateľnú podporu počas troch rokov** :

- **1. rok (realizácia v roku 2026):** základná finančná podpora vo výške 5 000 € na realizáciu schváleného projektu,
- **2. rok:** udržiavacia podpora vo výške 1 000 - 2 000 € (pokračovanie rozbehnutých aktivít),
- **3. rok:** podpora udržateľnosti formou **matchingovej podpory fundraisingovej kampane** v sume 500 – 1 000 €

Kto sa môže o finančnú podporu uchádzať?

Žiadať o podporu môžu **verejní aj neverejní poskytovatelia sociálnych služieb, ktorí poskytujú seniorom sociálnu službu pobytovou formou**, a to v:

- zariadeniach pre seniorov,
- špecializovaných zariadeniach,
- zariadeniach opatrovateľských služieb,
- domovoch a centrách sociálnych služieb, ak medzi ich prijímateľov patria aj seniori, na ktorých je projekt zameraný.

Žiadosť môže predložiť aj **zriaďovateľ zariadenia alebo občianske združenie pôsobiace pri zariadení**, ak je projekt určený seniorom konkrétneho zariadenia spĺňajúceho podmienky výzvy.

Rozhodujúci je druh a forma poskytovanej sociálnej služby a zameranie projektu na seniorov.

Podmienky zapojenia

Oprávnené subjekty musia vo svojich projektoch preukázať, že:

- aktívne riešia tému **osamelosti, izolácie a spolupatričnosti seniorov** (napr. prostredníctvom existujúcej aktivity alebo návrhu nového riešenia),
- majú **internú motiváciu** rozvíjať kvalitnejšie a komunitnejšie prostredie;
- disponujú **dostatočnými kapacitami** (personálnymi, časovými, finančnými či priestorovými) na realizáciu aktivít;
- majú víziu, **dlhodobý zámer**, ako projekt udržať a rozvíjať, aj po skončení podpory;
- prejavujú záujem o ďalšie formy vzdelávania, sieťovania a zdieľania skúseností.

AKÉ AKTIVITY BUDÚ PODPORENÉ

Cieľom grantového programu je podporiť **aktivity, ktoré zlepšujú kvalitu starostlivosti o seniorov** v zariadeniach prostredníctvom budovania vzťahov, zmierňovania samoty a prepájania s komunitou. Podporujeme spolupatričnosť, vzájomnú blízkosť a iniciatívy, ktoré dávajú seniorom pocit, že sú stále súčasťou spoločnosti.

Samotná realizácia voľnočasovej, terapeutickej, vzdelávacej či komunitnej aktivity **musí byť zrozumiteľne a jasne prepojená s problémom súvisiacim s osamelosťou či sociálnou izoláciou seniorov** v zariadení a navrhované aktivity by mali prispieť k jeho zmene.

Podporíme projekty zamerané na:

1. Aktivizáciu seniorov – fyzickú, mentálnu, zážitkovú

- pravidelné skupinové aktivity stimulujúce zmysly, pohyb, pamäť, kreativitu a medziľudské vzťahy (tréningy pamäti, arteterapia, reminiscenčné rozhovory, hudobná terapia, čítanie, hranie hier);
- individuálnu prácu so seniormi ohrozenými izoláciou alebo psychickou pasivitou;
- pohybové a relaxačné programy prispôsobené veku a zdravotnému stavu seniorov.

2. Podporu seniorov s ťažšími diagnózami

- aktivity s jednoduchými terapeutickými pomôckami (napr. reminiscenčné kufríky, interaktívne tabule, zmyslové prvky), ktoré napomáhajú integrácii týchto klientov;
- aktivity zamerané na zapájanie týchto klientov do života v zariadení;
- odborné vzdelávanie zamestnancov v oblasti individuálnej opatery, komunikácie a porozumenia špecifickým potrebám týchto klientov.

3. Znižovanie izolácie imobilných seniorov

- aktivity znižujúce izoláciu imobilných klientov (napr. osobné návštevy, mobilné aktivity, a zapojenie dobrovoľníkov vrátane samotných seniorov).

4. Adaptačné a integračné aktivity pri nástupe do zariadenia

- programy uľahčujúce adaptáciu na nové životné okolnosti a začlenenie sa do nového prostredia (napr. zapojenie „sprievodcov“ z radov adaptovaných seniorov, cez uvítacie aktivity, osobné príbehy...).

5. Motiváciu a zapojenie zamestnancov zariadení

- aktivity zvyšujúce psychickú pohodu, angažovanosť a spolupatričnosť a tímového ducha zamestnancov (napr. komunitné dni, workshopy na tému psychohygieny, zvládanie záťaže a riešenie konfliktov, spoločné neformálne aktivity, či podpora zamestnancov v možnostiach prinášať vlastné návrhy na zlepšenie atmosféry a prostredia v zariadení).

6. Prepájanie so širšou komunitou a rodinou

- organizovanie podujatí, stretnutí prepájajúcich seniorov s rodinami, blízkymi, mladými ľuďmi, miestnymi školami, organizáciami aj dobrovoľníkmi;
- medzigeneračné projekty (výstavy, koncerty, otvorené záhrady, nedeľné obedy,).

7. Zatraktívnenie priestorov na podporu vzťahov a spolupatričnosti

- drobné úpravy alebo dočasné zásahy, ktoré podporujú stretávanie sa a spoločný čas (napr. komunitné záhrady, čajové či tvorivé kútiky, knižné klubíky, mobilné altánky, spoločné zážitkové zóny),
- zapojenie seniorov do tvorby a úprav prostredia (napr. maľovanie, výzdoba, komunitná tvorba).
- vytváranie miest, ktoré podporujú kontakt, spoločné trávenie času a neformálne stretávanie (výstavy spomienok, galéria diel klientov.).

Samotná úprava priestoru alebo nákup vybavenia môžu byť súčasťou projektu iba vtedy, ak sú **nástrojom na realizáciu konkrétnych aktivít** podporujúcich kontakt, vzťahy a zapájanie seniorov. Podpora samotnej úpravy alebo vybavenie priestoru nie je cieľom tohto programu.

FINANČNÉ PROSTRIEDKY

Predkladatelia môžu na realizáciu svojho projektu žiadať o podporu maximálne vo výške 5 000 €. **Každé zariadenie môže predložiť len jeden projekt.**

V prvom roku grantového programu je alokovaných **40 000 eur**. V každom samosprávnom kraji plánujeme podporiť **jedno zariadenie** do výšky **5 000 eur**. Rozdelenie podpory sa bude odvíjať od **kvality žiadostí a regionálnej vyváženosti**.

Oprávnené rozpočtové položky:

- personálne náklady: (1) odmeny pre odborných lektorov, terapeutov, animátorov či facilitátorov aktivít; (2) lektorné – v prípade odborných školení zamestnancov v téme práce so seniormi;
- materiálne náklady: (1) pomôcky a materiály priamo súvisiace s realizovanými aktivitami (výtvarné a tvorivé pomôcky, hudobné nástroje, terapeutické pomôcky, záhradnícke pomôcky a iné), (2) špecifické pomôcky – pre seniorov so špecifickými potrebami;
- občerstvenie pre účastníkov komunitných, adaptačných a skupinových aktivít;
- náklady súvisiace s prípravou podujatí – komunikácia, propagácia, cestovné a organizačné náklady;
- náklady viažuce sa na drobné úpravy vnútorných a vonkajších priestorov – lavičky, knižnice, prvky na sedenie, hru, interakciu, záhradkársky mobiliár...).

V rámci programu nepodporíme:

- náklady, ktoré priamo nesúvisia s cieľom programu;
- nákup štandardného technického a zdravotného vybavenia, ako sú lôžka, posteľe, antidekubitné matrace, výťahy, invalidné vozíky, ošetrovateľské pomôcky, diagnostické prístroje a pod.;
- projekty zamerané na jednorazové podujatia a aktivity;

- úpravy priestorov a nákup vybavenia, bez jasného popísania aktivít na znižovanie osamelosti, na ktoré sa majú viazať;
- rozsiahlejšie rekonštrukcie priestorov – výmeny okien, podláh a pod.;
- mzdy zamestnancov zariadenia okrem odmien za špecifické aktivity súvisiace s realizáciou projektu;
- prevádzkové náklady zariadenia – nájom, energie a iné;
- kancelárske potreby a technika – ak nie sú nevyhnutne prepojené s plánovanými aktivitami;
- náklady, ktoré vznikli pred a po realizácii projektu.

KRITÉRIA HODNOTENIA PROJEKTOV

- 1. Formálna stránka predložených projektov** – riadne a načas vyplnený a odoslaný projekt s povinnými prílohami
- 2. Súlad s cieľmi programu** – zameranie na zmiernenie osamelosti, podporu spolupatričnosti a komunitného života seniorov v zariadeniach sociálnych služieb
- 3. Kvalita a realizovateľnosť** – reagovanie na potreby seniorov, ich blízkych, širšej komunity a zamestnancov, miera aktívneho zapojenia seniorov do príprav, realizácie aktivít, kapacity zariadenia na realizáciu plánovaných zámerov
- 4. Udržateľnosť a možnosť nadviazania v ďalších rokoch** – predstavenie možností udržateľnosti a ďalšieho rozvoja aktivít
- 5. Originalita a inšpiratívnosť** – potenciál šírenia príkladov dobrej praxe
- 6. Rozpočet a efektívnosť využitia finančných prostriedkov** – adekvátnosť plánovaných výdavkov, transparentnosť a hospodárnosť

Projekty predložené v rámci grantového programu budú hodnotené podľa stanovených kritérií odbornou hodnotiacou komisiou. Do hodnotenia budú zaradené len tie projekty, ktoré budú kompletne vyplnené a odoslané do termínu uzávierky prijímania projektov.

Časový harmonogram aktivít je potrebné naplánovať na obdobie od januára 2027 do konca októbra 2027.

SPÔSOB PREDLOŽENIA PROJEKTOV

Projekty predkladajte iba elektronicky, prostredníctvom online formulára na <https://nfdmax.eprojekty.sk/pages/>. Nie je potrebné zasielať projekt poštou. Termín uzávierky podávania projektov je 18. november 2026, do 23.59 hod.. Projekty zaslané po tomto termíne nebudú zaradené do posudzovania.

Prostredníctvom online portálu Nadačného fondu Dr. Max: <https://nfdmax.eprojekty.sk/pages/> vyplníte registračný formulár v programe Nadačného fondu Dr. Max Dar času – grantová výzva Dar času 2026 (predloženie projektu si najskôr vyžaduje registráciu podľa krokov uvedených na úvodnej stránke).

Otázky vo formulári pokrývajú tieto oblasti:

- **Informácie o organizácii a zariadení** – identifikačné a kontaktné údaje, verejnoprospešný účel, poslanie zariadenia, zloženie tímu a počet a potreby klientov;
- **Východisková situácia** – ako sa v zariadení prejavuje osamelosť seniorov, čo už pri jej zmierňovaní robíte, kde narážate na limity a akú motiváciu a pripravenosť na zmenu má váš tím;
- **Cieľ projektu a zapojenie účastníkov** – čo chcete v živote seniorov zmeniť, koho plánujete zapojiť a ako zohľadníte ľudí so zníženou mobilitou či inými špecifickými potrebami;
- **Aktivity a spolupráce** – čo budete realizovať, v akých termínoch a kto bude za aktivity zodpovedný; ako sa zapoja zamestnanci, rodiny, dobrovoľníci, komunita a partneri;
- **Prínos a inšpiratívnosť prístupu** – čo bude nové oproti doterajšej praxi zariadenia, čím môže projekt inšpirovať iných a ako budete získané skúsenosti zdieľať;
- **Výsledky a ich sledovanie** – aké výstupy a zmeny očakávate u seniorov a v prostredí zariadenia a ako budete vyhodnocovať prínos projektu;
- **Pokračovanie aktivít** – ako plánujete aktivity udržať po skončení grantu a aké kapacity, zdroje alebo spolupráce na to využijete;
- **Rozpočet** – plánované výdavky, požadovaná podpora a prípadné financovanie z ďalších zdrojov;
- **Povinné prílohy:** stanovy/iná zriaďovacia listina, doklad o IČO, menovanie štatutárneho zástupcu, doklad o bankovom účte;
- **Galéria:** fotografie, prípadne videá;
- Súhlas s použitím osobných údajov.

ČASOVÝ HARMONOGRAM

- 14. október 2026 – vyhlásenie grantovej výzvy
- 18. november 2026 – 23:59 – uzávierka prijímania projektov a formálna kontrola
- prvá polovica decembra – hodnotenie predložených projektov
- po 15. decembri 2026 – vyhlásenie výsledkov
- prvá polovica januára 2027 - zazmluvnenie podporených zariadení
- január – október 2027 – realizácia podporených projektov
- november 2027 – uzatváranie projektov, reporting a príprava na nadviazanie na realizované aktivity druhým podporným grantom (realizácia 2028)

ZMLUVNÉ PODMIENKY FINANČNÉHO PRÍSPEVKU

Ak váš projekt získa finančnú podporu, Nadácia Centra pre filantropiu, ako zriaďovateľ Nadačného fondu Dr. Max, s vami uzavrie zmluvu. **Finančné prostriedky pochádzajúce z assignovaného podielu zaplatenej dane (2%)** vám budú poskytnuté po podpise zmluvy oboma stranami, prípadne po zverejnení zmluvy v Centrálnom registri zmlúv.

V priebehu realizácie projektu sa predpokladá **priebežná správa**, kde môžete zaznamenať, ako vnímate prebiehajúci projekt, aké zmeny ste si všimli, na aké limity narážate a aké sú najsilnejšie momenty z prebiehajúcich aktivít.

Po ukončení projektu je potrebné predložiť Nadácii Centra pre filantropiu **záverečnú správu** s fotodokumentáciou a finančným vyúčtovaním. Zmluva bude obsahovať upresnenie všetkých podmienok, termínov na odovzdanie správy, spôsobu vyúčtovania a prevodu finančných prostriedkov na účet úspešných predkladateľov projektov.

KONZULTÁCIE A KONTAKT

Odpovede na vaše otázky, bližšie informácie a podporu pri spracovaní projektov vám poskytne koordinátorka programu Natália Šimeková na tel. č.: 0944 076 546 alebo na e-mailovej adrese: simekova@cpf.sk.