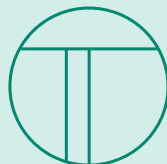


METANOVA

centrum duševného zdravia

VÝROČNÁ SPRÁVA
2024



Obsah

1. Na úvod
2. Prehľad činnosti:
 - Inovačné vzdelávanie
 - Mediálne vystúpenia
 - Panelové diskusie
 - Prednášková činnosť
 - Cyklus webinárov: Ako zvládnuť školský rok
 - Knižné kluby
 - Konferencia ZMYSLY
3. Spolupráce
4. Financovanie
5. O nás

1. Na úvod

Máme za sebou úspešný rok fungovania a hoci pôsobíme len druhý rok, podarilo sa nám dosiahnuť mnoho významných míľnikov. Občianske združenie Metanoia centrum – centrum duševného zdravia sa postupne dostáva do povedomia odbornej i laickej verejnosti. Naša činnosť a odbornosť získavajú pozitívnu spätnú väzbu, čoraz častejšie sme prizývaní do médií a dostávame pozvania hovoriť o témach súvisiacich s duševným zdravím na rôznych fórach a v organizáciách.

V našej práci reagujeme na aktuálne spoločenské témy a prinášame do verejného diskurzu dôležité obsahy – či už ide o inklúziu, sharing, prevenciu vyhorenia, nenásilnú komunikáciu alebo otvorený dialóg.

Postupne sa profesionalizujeme a rozširujeme náš tím, čo nám umožňuje nielen skvalitňovať odbornú činnosť, ale aj efektívne riešiť operatívne úlohy v oblasti marketingu, projektového riadenia, organizácie podujatí či administratívy. K tomu nám pomáhajú nielen noví kolegovia, ale aj dobrovoľníci.

Zároveň upravujeme naše priestory tak, aby slúžili nielen na vzdelávacie eventy, ale aj na odbornú činnosť terapeutov. Sme aktívnou súčasťou komunity, zapájame sa do lokálnych iniciatív a zároveň budujeme prepojenia aj na globálnej úrovni – spolupracujeme so zahraničnými partnermi a prepájame rôzne profesie a oblasti v témach duševného zdravia.

Citlivo vnímame spoločenské dianie a nebojíme sa verejne vyjadriť k témam, ktoré sa týkajú duševného zdravia. Naša odbornosť bola potvrdená aj akreditáciou inovačného vzdelávania a úspešne získavame grantovú podporu – napríklad v programoch Erasmus+, SPP OPORA či v rámci dotácií MPSVaR.

S nadšením a odhodlaním pokračujeme v našej misii, pretože veríme, že duševné zdravie je rovnako dôležité ako to fyzické – a spoločnosť, ktorá mu venuje dostatočnú pozornosť, je silnejšia a zdravšia.



Lucia Jakabová,
predsedníčka

2. Prehľad činnosti



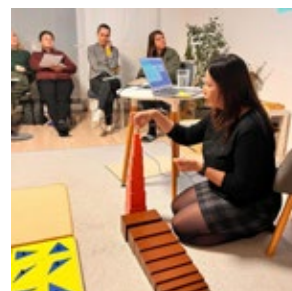
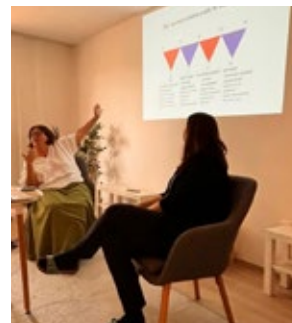
2.1. Inovačné vzdelávanie „Inklúzia vo vzdelávaní“

Citlivo vnímame potreby detí, najmä tých s inakosťou a rôznymi znevýhodneniami. V našej praxi sme sa často stretávali s tým, že učitelia a podporné tímy v školách si neboli istí, ako pracovať s tými-to deťmi – mali obavy, chýbali im skúsenosti alebo si to jednoducho nevedeli predstaviť. Výsledkom bolo, že mnohé deti boli systematicky vylučované zo vzdelávacieho procesu.

Práve preto sme sa rozhodli vytvoriť **intenzívny a sebaskúsenostný výcvik**, ktorý učiteľom poskytne nielen odborné vedomosti, ale aj potrebnú psychickú podporu. Cieľom je, aby pedagógovia lepšie rozumeli prežívaniu a správaniu detí so špecifickými potrebami a zároveň sa dokázali postarať aj o seba – pracovať so svojimi emóciami, ktoré sa pri práci s týmito deťmi objavujú. Program ide do hĺbky a veríme, že aj vďaka nemu **otvárame brány škôl a škôlok deťom so znevýhodnením**. O jeho prínose svedčia aj pozitívne spätné väzby od účastníkov.

Hoci mnohí učitelia dobre poznajú metodické a didaktické postupy, v praxi musia neustále prispôbovať výučbu individuálnym potrebám detí. Každá trieda je jedinečná – deti sa líšia svojimi potrebami, správaním a spôsobmi učenia, čo môže byť pre pedagógov náročné. Denne sa stretávajú s deťmi s ADHD, Aspergerovým syndrómom, vysokou citlivosťou, špecifickými poruchami učenia či nadanými žiakmi. Pracujú aj s deťmi s emočnými ťažkosťami či problémami v správaní, ktoré často potrebujú citlivejší a individuálny prístup.

Program „**Inklúzia v (nielen) montessori prostredí**“ ponúka pedagogickým a odborným pracovníkom komplexné pochopenie a praktické zručnosti v oblasti inklúzie a Montessori pedagogiky. Zameriava sa na prehĺbenie, rozšírenie a inováciu profesijných kompetencií v oblasti inkluzívneho vzdelávania. Program zahŕňa **11 modulov**, ktoré kombinujú teoretické prednášky, ukážky, praktické cvičenia a prípadové štúdie.



1. MODUL

Inkluzívna pedagogika

2. MODUL

Úvod do vývinovej psychológie

3. MODUL

Inkluzívne montessori pripravené prostredie

4. MODUL

Emočné poruchy a poruchy správania ako dôsledok ranej traumatizácie

5. MODUL

Pervazívne vývinové poruchy, poruchy autistického spektra, narušená komunikačná schopnosť

6. MODUL

Genetické syndrómy, mentálne znevýhodnenie, epilepsia

7. MODUL

Špecifické poruchy učenia, ADHD, ADD, bilingvizmus a nadpriemerné nadanie

8. MODUL

Komplexná vývinová trauma, deti v náhradnej starostlivosti, deti pochádzajúce zo znevýhodneného prostredia

9. MODUL

Vysoká citlivosť u detí, deti v procese trúchlenia (po strate blízkeho), deti z neúplných a rozvádžajúcich sa rodín

10. MODUL

Osobnosť pedagóga, zdroje, psychohygiena, komunikácia s rodičmi, interdisciplinárna spolupráca

11. MODUL

Záverečné opakovanie a skúšky

Spätné väzby od účastníkov

KATARÍNA KUKOL'OVÁ
zriad'ovateľka montessori materskej školy, Prešov

Tento kurz mi napomáha hlbšie spoznávať seba samú, byť poctivá a úprimná k svojmu prežívaniu pri práci deťmi, či už zdravými alebo deťmi s inakosťou, rozpoznať hlbšie ich potreby, spôsob myslenia a prežívania, čo mi dáva hlbší zmysel v mojej práci.... S vd'ačnosťou a pokorou ďakujem za množstvo podnetných informácií.

KRISTÍNA HRONČEKOVÁ
montessori pedagogička, výtvarníčka, Stupava

Vďaka kurzu inklúzie vnímam deti v školskom prostredí oveľa pestrejšie, ako predtým. Štúdium a nové poznatky mi pomáhajú nazrieť hlbšie, pod povrch viditeľných problémov, či nežiadúceho správania. Tento proces prebúdzá súcit, oživuje zvedavosť a túžbu dozvedieť sa viac. Moja práca ma viac baví školského psychológa.

SIMONA VIRBOVÁ
montessori pedagogička, Bratislava

Inklúzia (nielen) v montessori prostredí nie je len výcvik, ktorý nám približuje, ako sprevádzať deti so špeciálnymi potrebami. Pomohol mi zvedomiť si, že každý z nás má špeciálne potreby bezohľadu na to, ako veľmi viditeľné sú, a tiež fakt, že s každým dieťaťom sa dá pracovať a podporiť ho, keď pochopíme, odkiaľ sa táto potreba berie a s čím súvisí.

NAĎA NAVAROVÁ
špeciálna pedagogička, Bratislava

Inkluzívne vzdelávanie v Montessori kontexte je jedinečná skúsenosť, ktorú vrelo odporúčam. Počas ročného vzdelávania som získala hlboké odborné poznatky prepojené so sebakúsenosťou, čo mi umožňuje aktívne prispievať k vytváraniu podnetného, rešpektujúceho a inkluzívneho prostredia, kde má každé dieťa priestor rozvíjať svoj jedinečný potenciál.

ZUZANA TÖRVÉNYI BELOVIČOVÁ
psychologička, Pezinok

... Lektorky Lucka Smičeková a Lucka Jakabová svojim prístupom, skúsenosťami a vysokou odbornosťou vytvárajú bezpečný priestor, kde je možné rásť nielen odborne, ale aj ľudsky. V dnešnej dobe rozmanitosti a bohatstva v detských skupinách ho vnímam ako "must have" pre každého učiteľa, špeciálneho pedagóga či začínajúceho školského psychológa.

EVA ŠARKÖZYOVÁ
logopedička, Trnava

... Okrem toho, že som tu dostala mnoho naozaj praktických a užitočných informácií, mohla som aj na vlastnej koži zažiť, čo to inklúzia naozaj je. Od začiatku do konca kurzu som zažívala prijatie a pochopenie, to že každý z nás je vzácny a výnimočný, a stačí zavrhnúť a zreflektovať potreby a pocity seba a tých okolo mňa, a potom je nielen príjemné byť spolu, ale môžeme spolu rásť.

2.2 Mediálne vystúpenia

V minulom roku sme vnímali rastúci záujem médií o témy súvisiace s duševným zdravím a rodinným životom. Čoraz častejšie sme boli prizývaní do televíznych, rozhlasových a online diskusií, kde môžeme prinášať odborný pohľad na problematiku duševného zdravia, výchovy detí a vzťahov.

Naše odborníčky, Lucia Jakabová, Zuzana Vašková a Katarína Klincová, sa zúčastnili viacerých mediálnych vystúpení v reláciách televízií JOJ, Markíza a RTVS, ale aj v podcastoch a tlačенých médiách. Medzi hlavné témy patrili emócie u detí, vplyv rodičovskej výchovy na psychiku dieťaťa, školská adaptácia, bezpečnosť na sociálnych sieťach či psychické ťažkosti mladých ľudí.

Veríme, že prostredníctvom médií môžeme prispievať k osvete a pomáhať verejnosti lepšie porozumieť výzvam, ktorým v súvislosti s duševným zdravím, čelia. Oceňujeme iniciatívu médií otvárať dôležité témy v spoločenskom priestore.



Zoznam vystúpení

Lucia Jakabová	Deti a rozvody	JOJ, Noviny o 12tej
Zuzana Vašková	Podcast: Sharenting – nadmerné rodičovské zdieľanie detí na sociálnych sieťach	Sme: Ľudskosť
Lucia Jakabová	Deti a hnev	JOJ, Noviny o 12tej
Zuzana Vašková	Bezpečnosť na sociálnych sieťach	Markíza, Reflex
Lucia Jakabová	Deti a vysvedčenia	JOJ, Ranné noviny
Lucia Jakabová	Vysvedčenia ako stres v rodine	JOJ, Noviny o 12tej
Lucia Jakabová	Ako pripraviť prváka na vstup do školy	Lumen
Lucia Jakabová, Zuzana Vašková	O adaptácii pri nástupe do škôlky	JOJ24, Štúdio
Lucia Jakabová	Kedy dieťa potrebuje terapeuta	Markíza, Teleráno
Zuzana Vašková	Problémy rodičovstva	Markíza, Teleráno
Katarína Klincová	Psychické ťažkosti mladých ľudí	Markíza, Teleráno
Lucia Jakabová	Duševné problémy detí	Markíza, Teleráno
Zuzana Vašková	Deti a sviatky	JOJ24, Štúdio
Zuzana Vašková	Deti a Vianoce	JOJ24, Štúdio
Katarína Klincová	Psychosomatika	Slovenka, Zdravie rodiny
Zuzana Vašková	Montessori pedagogika	Bory Mall časopis

2.3 Panelové diskusie

V priebehu roka sme sa aktívne zapájali do diskusií, ktorých cieľom bolo podporiť otvorený, slušný a odborný dialóg na dôležité spoločenské témy. Organizovali, spoluorganizovali a zapojili sme sa celkovo do **štyroch panelových diskusií**.

Jednou z hlavných diskusií, ktorú sme organizovali, bola panelová diskusia s názvom **Inklúzia ako postoj k svetu**. Svet, v ktorom žijeme, je pestrý a rozmanitosť je jeho prirodzenou súčasťou – stretávame sa s ňou v školách, komunitách, na pracoviskách aj v každodennom živote. Preto je inklúzia jednou z kľúčových tém dnešnej spoločnosti a zasahuje nás všetkých. Prostredníctvom tejto diskusie sme chceli prispieť k scitlivovaniu jazyka, akceptácii inakosti a budovaniu zdravších vzťahov. O inklúzii z rôznych perspektív sme sa rozprávali pod moderátorskou taktovkou Barbory Marekovej s Luciou Smičekovou (terapeutkou), Evou Šarkózyovou (logopedičkou a matkou), Zuzanou Tomkovou (architektkou), Dášou Cingálkovou (vydavateľkou) a Lukášom Priškinom (zakladateľom sociálneho podniku). Pre záujemcov sme pripravili aj bezplatne dostupný záznam z diskusie: [pozrieť záznam](#).



Okrem toho sme spoluorganizovali panelovú diskusiu **Výnimočné matky**, ktorá sa konala pri príležitosti Dňa matiek. Spolu s našim priateľským komunitným priestorom Stará jedáleň sme vytvorili podujatie, ktoré dalo hlas výnimočným matkám v rôznych životných situáciách. Pod moderátorským vedením Dariny Mikolášovej (Rádio Slovensko) sa stretli Eva Petříčková (mama dcéry s autizmom), Viera Hincová (psychologička a matka transgender dcéry), Zita Pisarová (zakladateľka iniciatívy jednorodičov V jednom je sila), Ľubica Vyhnánková (matka mnohohodetnej rodiny) a Zuzka Vašková (rodičovská poradkyňa a matka v komponovanej/patchworkovej rodine). Cieľom bolo poukázať na jedinečné výzvy, ktorým tieto matky čelia, a zároveň podporiť väčšiu citlivosť spoločnosti voči ich príbehom.



V Metanoia centre citlivo vnímame silnejúcu polarizáciu spoločnosti, no napriek výzvam nestrácame nádej. Veríme, že prostredníctvom otvoreného dialógu môžeme prispieť k ozdravovaniu spoločnosti a k vytváraniu tolerantnejšieho a rešpektujúceho prostredia. Preto sme sa spojili so združením Apeiron a zorganizovali diskusiu s názvom **A stretol konzervatívca liberála**, na ktorej vystúpili František Mikloško, Martin M. Šimečka, Michal Vašečka a Marek Šmid. Táto diskusia sa venovala aktuálnym spoločenským témam a reflektovala výzvy, ktorým dnes čelíme. Zabezpečili sme aj jej záznam, ktorý je dostupný online: [pozrieť záznam](#).



Naša členka Lucia Jakabová sa navyše zapojila do panelovej diskusie Ligy za duševné zdravie, ktorá sa venovala **téme komunikácie medzi generáciami**.



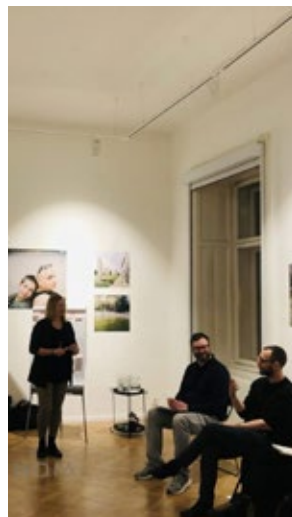
Našou snahou je vytvárať priestor na vzájomné porozumenie, rešpekt a inklúziu. Veríme, že každá diskusia, ktorú organizujeme alebo podporujeme, prispieva k tomu, aby sme ako spoločnosť napredovali a učili sa počúvať jeden druhého. Ďakujeme všetkým, ktorí sa s nami podieľajú na tomto úsilí, a tešíme sa na ďalšie spoločné kroky smerom k otvorenejšej a súdržnejšej spoločnosti

2.4 Prednášková činnosť

Venujeme sa prednáškovej činnosti v oblasti duševného zdravia, pričom naše témy prinášame do rôznych inštitúcií po celom Slovensku. Šírime osvetu a podporujeme odborné diskusie, aby sme pomohli učiteľom, rodičom aj odborníkom lepšie rozumieť psychologickým aspektom výchovy, vzdelávania a osobného rozvoja.

Naše prednášky a workshopy sú určené pre **školy, univerzity, vzdelávacie centrá a odborné organizácie**, pričom sa zameriavame na prácu s kolektívami, ktoré ďalej odovzdávajú získané poznatky a zručnosti študentom, žiakom a deťom. Nezostávame len v hlavnom meste, ale aktívne pôsobíme aj **v regiónoch**, aby sme naše skúsenosti a odborné znalosti priniesli čo najširšiemu publiku.

Témy ako rodičovstvo, psychológia zdravia, vyhorenie, vplyv traumy na detský vývin či montessori pedagogika prinášame s cieľom inšpirovať, podporiť a prispieť k **zdravšiemu kvalitnejšiemu vzdelávaciemu prostrediu**.



Zoznam prednášok

Zuzana Vašková	Objavte v sebe dobrého rodiča	Montessori akadémia Poprad
Zuzana Vašková	Ako byť dosť dobrým rodičom	Metanoia centrum, Bratislava
Lucia Jakobová	Rané zážitky ako kľúč k pochopeniu súčasnej psyché	Teologická fakulta, TU
Katarína Klincová	Onkopsychológia	Katedra psychológie FiF UK
Katarína Klincová	Syndróm vyhorenia	Dni lekárnikov, Liptovská osada
Zuzana Vašková	Ako byť dosť dobrým rodičom	SMŠ Montessori, Banská Bystrica
Zuzana Vašková	Ako byť dosť dobrým rodičom	Kresťanské spoločenstvo matiek
Lucia Jakobová	Ako naše rané zážitky ovplyvňujú to, kým sme dnes	Škôlkareň, Bratislava
Zuzana Vašková	Ako byť dosť dobrým rodičom	Monteminds – montessori škôlka, Bratislava
Lucia Jakobová	Ako rozumieť prežívaniu a (problémovému) správaniu detí	ZŠ Poľná 1, Veľký Krtíš
Lucia Jakobová	Komplexná vývinová trauma a význam hry v živote dieťaťa	SMMŠ Krasňanko, Bratislava
Lucia Jakobová	Vývinová psychológia a inklúzia	Slovenská asociácia Montessori, Bratislava
Katarína Klincová	Psychológia zdravia	Katedra psychológie, TU, Trnava
Zuzana Vašková	Ako byť dosť dobrým rodičom	Naša škola poznania Bratislava (montessori škola)
Katarína Klincová, Lucia Jakobová	Zdravá škola – Ako (v ateliéroch) tvoriť (okrem umenia) zdravé prostredie	VŠVU, Bratislava
Lucia Jakobová	Montessori metóda a jej využitie v psychológii	Katedra psychológie, TU, Trnava

2.5 Cyklus webinárov: Ako zvládnuť školský rok

V roku 2024 sme pripravili sériu **piatich online webinárov** zameraných na podporu učiteľov, rodičov a širokej verejnosti. Cieľom bolo ponúknuť praktické nástroje a odborné vhľady, ktoré pomáhajú lepšie zvládnuť výzvy spojené so školským rokom.

Webinárov sa zúčastňovalo 20-25 pedagógov, členov podporných tímov a aj rodičov.

Webináre sa stretli s veľkým záujmom a pozitívnou odozvou účastníkov. Teší nás, že môžeme pomáhať vytvárať podporujúce a zdravé vzdelávacie prostredie nielen pre deti, ale aj pre dospelých, ktorí ich sprevádzajú.

Témy jednotlivých webinárov

Adaptácia (nielen) v montessori škôlke – venoval sa procesu nástupu detí do škôlky – ako im pomôcť zvládnuť zmeny, nadviazať vzťahy a podporiť ich v novom prostredí.

Komunikácia s rodičmi (nielen) v montessori zariadení – o tom, ako efektívne nastaviť spoluprácu s rodičmi a zvládnuť aj náročné rozhovory.

Hranice s láskou a rešpektom – ponúkol pohľad na to, ako deťom vytvárať bezpečné hranice, ktoré podporujú ich zdravý vývin a samostatnosť.

Budovanie vzťahov a rolové hry v montessori prostredí – zameriaval sa na budovanie kvalitných vzťahov a význam rolových hier vo vývine dieťaťa.

Vyhorenie a starostlivosť o seba – venoval sa téme duševnej pohody pedagógov – ako predchádzať vyhoreniu, zvládať stres a starať sa o seba.

2.6 Knižné kluby

Knižné kluby – priestor na vzdelávanie aj vzájomnú podporu

V priebehu roka naša rodičovská poradkyňa Zuzana Vašková organizovala sériu knižných klubov zameraných na rodičovstvo, výchovu a emocionálny vývin detí. Tieto stretnutia prebiehali v Metanoia centre, v komunitnom priestore Stará jedáleň a v Staromestskej knižnici.

Knižné kluby sa stali nielen príležitosťou na vzdelávanie a diskusiu o hodnotných knihách, ale aj bezpečným priestorom pre rodičov na zdieľanie svojich skúseností, výziev a úspechov. V rámci knižných klubov sa rozprúdila otvorená diskusia a zdieľanie skúseností, vďaka čomu sa tieto stretnutia stali nielen zdrojom poznania, ale aj významnou oporou pre rodičov. V podpornej atmosfére mohli nachádzať pochopenie, inšpiráciu a vzájomnú podporu pri riešení rodičovských výziev.

Sme radi, že môžeme vytvárať komunity, ktoré podporujú rodičov v ich dôležitej úlohe a prispievajú k budovaniu zdravších vzťahov v rodinách.



2.7 Konferencia ZMYSLY

Montessori konferencia – prepletení vzťahmi

Po celý rok s nadšením pripravujeme druhý ročník celoslovenskej Montessori konferencie, ktorá bude inšpiratívnym stretnutím pre pedagógov, terapeutov, rodičov a všetkých, ktorým záleží na kvalitnom vzdelávaní a zdravých vzťahoch. Tento ročník sa ponesie v znamení témy vzťahy – pretože práve tie tvoria základ spokojného života, duševného zdravia a harmonického učenia.

V prostredí Novej Cvernovky v Bratislave, ale aj online, sa spolu s odborníkmi a účastníkmi ponoríme do diskusií o tom, ako prehlbovať vzťahy k sebe samým, k deťom, kolegom, rodine či širšej komunite. Motto konferencie Prepleťme sa do svet(r)a symbolicky vyjadruje vzájomnú prepojenosť našich životov – tak, ako sú jednotlivé vlákna svetra pevne spojené do jedného celku.

Veríme, že aj vďaka tejto konferencii spoločne prispejeme k zdravším a autentickejším vzťahom vo vzdelávaní aj v celej spoločnosti. Tešíme sa na stretnutie!



ZMYSLY

PREPLEŤME SA DO SVET(R)A

2. ročník celoslovenskej montessori konferencie

5.4.2025 NOVÁ CVERNOVKA/ONLINE

Nitky svetra nás prevedú témou VZŤAHY v rôznych úrovniach. Dnes už vieme, že práve „vzťahové zdravie“ najviac ovplyvňuje kvalitu nášho života, pocit spokojnosti a celkové duševné zdravie. Chceme preto prispieť k zdravším a autentickejším vzťahom k sebe aj iným, v rodinách aj triedach, na pracovisku aj v komunitách, v spoločnosti aj k planéte.

TEŠIŤ SA MÔŽETE NA TÉMY:

- OBČIANSKE VZDELÁVANIE HROU
- PSYCHOLOGICKÉ BEZPEČIE A VZŤAHY NA PRACOVISKU
- DETI ZEME – PODPORA VZŤAHU MEDZI DIEŤAŤOM A PRÍRODOU
- EMOCIONALITA A VZŤAHY
- PUTÁ, KTORÉ VZŤAHY NEZVÄZUJÚ, ALE ICH BUDUJÚ
- MONTESSORI AKO PROSTREDIE BUDOVANIA ZDRAVÝCH VZŤACHOV
- PREPLETANIE RODINNOSTI V PROSTREDÍ ŠKÔLY
- ZDRAVÝ VZŤAH SO SEBOU

UVIDÍTE NAPRÍKLAD:



Mária Kazellková
z Katedry psychológie, FFTU



Radka Mikšik
z InTMYto



Denisa Zievska
z Vzťahovo



Vladimír Hambálek
z Coachingplus



Tomáš Kríštoš
z projektu Hope

SÚČASŤOU PROGRAMU BUDÚ AJ:

INŠTALÁCIE – PRIPRAVENÉ MONTESSORI PROSTREDIA

- skúsení lektori vás prevedú pripraveným prostredím pre jednotlivé vekové kategórie

MENTORSKÉ STOLY

- nájdete pri nich profesionálov z praxe ochotných pomôcť pri hľadaní odpovedí na konkrétne otázky



← LÍSTKY
Viac o konferencii a programe:
www.montessorikonferencia.sk
info@montessorikonferencia.sk

Organizuje
Metanoia centrum, o.z.



METANOIA


ZMYSLY



3. Spolupráce

Naše spolupráce
– budujeme mosty,
spájame komunitu.
Spolupráca
a prepájanie s inými
organizáciami je
pre nás kľúčovým
prvkom v našej
snahe o podporu
duševného zdravia,
inklúzie a rozvoja
komunity.

V oblasti duševného zdravia

spolupracujeme napríklad s Ligou za duševné zdravie, kde sa zapájame do diskusií a mediálnych vystúpení. Podporujeme aj inkluzívne vzdelávanie v spolupráci s vydavateľstvom Excalibook, pre ktoré sme realizovali sensitivity reading a pozývame ich na naše vzdelávacie podujatia. Úzko spolupracujeme aj so Slovenskou asociáciou Montessori, ktorá sa snaží o zavedenie inovatívnych metód a tvorbu podporného prostredia v školách.

V oblasti akademickej spolupráce

sme v úzkom kontakte s organizáciou Apeiron, s ktorou organizujeme prednášky a diskusie. Externe vyučujeme na Katedre psychológie, ktorá garantuje aj našu konferenciu ZMYSLY. V rámci projektu Zdravá škola spolupracujeme s VŠVU, kde sa zameriavame na vytvorenie bezpečného priestoru v umeleckom vzdelávaní.

V oblasti podpory Ukrajiny

sme vytvorili priestor pre terapeutickú prácu Olgy Myrhorodskej, ukrajinskej neurologičky a gestalt terapeutky, ktorá u nás poskytuje terapiu odídencom z Ukrajiny.



Na komunitnej úrovni

pravidelne spolupracujeme so Starou jedálňou a ďalšími neziskovými organizáciami z Rače (Bratislava). Spoločne organizujeme komunitné raňajky, plánujeme podujatia, sieťujeme sa a podporujeme jeden druhého. Zapájame sa do Dňa otvorených dverí, aby naše priestory boli dostupné pre všetkých, a tiež spoločne organizujeme panelové diskusie.



Na medzinárodnej úrovni

spolupracujeme s českými partnermi Naše Deti Brno a Huractu, ktorí u nás vedú Montessori kurzy. Na organizácii konferencie sa podieľa aj National Alliance for Volunteer Action z Bulharska. S Montessori Medical Partnership for Inclusion v USA prednášame na ich podujatiach a plánujeme ďalšie formy spolupráce. V minulosti sme spolupracovali aj s lektormi z Rakúska, Nemecka či Izraela.

Platforma za demokraciu

Okrem toho sme súčasťou Platformy za demokraciu, ktorá združuje občianske iniciatívy na ochranu občianskeho sektora, slobody a demokracie v spoločnosti.

Naše spolupráce nám pomáhajú rozširovať naše pôsobenie, vytvárať bezpečný priestor pre zdieľanie a spoločne budovať inkluzívnu a rešpektujúcu spoločnosť.

4. Financovanie

Prehľad príjmov a výdavkov za obdobie od 1. 1. 2024 do 31. 12. 2024

PROJEKT / AKTIVITA	PRÍJMY (EUR)	VÝDAVKY (EUR)	POZNÁMKA
Tržby zo vzdelávaní	20 545,72	19 236,82	zo vzdelávania organizácia hradí základnú réžiu, odmeny lektorov a ďalšie aktivity
OPORA SPP	1 500	1 500	nákup terapeutických pomôcok, hračené terapie pre dieťa so špeciálnymi potrebami
Dotácia z MPSVaR	1 600	1 600	hradené terapeutické služba a odborné poradenské stretnutia
SPOLU	23 645,72	22 336,82	

5. O nás

O nás

Metanoia centrum je občianske združenie, ktoré vzniklo ako iniciatíva skupiny odborníkov z oblasti duševného zdravia. Naším cieľom je vytvoriť otvorený a bezpečný priestor, kde verejnosť nájde podporu v oblasti psychológie, výchovy a vzdelávania. Poskytujeme psychologické a rodičovské poradenstvo, terapeutické služby pre jednotlivcov, rodiny a zraniteľné skupiny, pričom kladieme dôraz na citlivý a inkluzívny prístup.

Okrem priamej pomoci sa venujeme aj vzdelávaniu a prepájaniu odborníkov. Organizujeme konferencie, workshopy a diskusie, čím podporujeme multidisciplinárnu spoluprácu a celkové skvalitnenie služieb v oblasti duševného zdravia. Naša vízia zahŕňa aj citlivejšiu a vnímavejšiu spoločnosť – chceme otvárať dôležité témy, viesť dialóg a podporovať prijatie rôznorodosti.

Spolupracujeme s domácimi aj medzinárodnými partnermi, neziskovými organizáciami, školami a komunitami. Veríme, že spoločne môžeme prispieť k zdravšiemu, inkluzívnejšiemu a podpornému prostrediu pre všetkých.

Náš tím

Odborný tím:

Mgr. et Bc. Lucia Jakabová – predsedníčka, psychologička
Mgr. Katarína Klincová – podpredsedníčka, psychologička
Mgr. Lucia Golisová, PhD. – podpredsedníčka, psychologička,
arteterapeutka
Mgr. Zuzana Vašková – rodičovská poradkyňa
Mgr. Michaela Benková – pedagogička
Mgr. Lucia Smičeková – lektorka, mentorka, terapeutka

Podporný tím:

Veronika Jartimová – event manažérka
Roman Rusnák – event manažér
Peter Kulifaj – projektový manažér
Jakub Smiček – web dizajnér
Kristína Špániková – správa sociálnych sietí

Lektorský tím:

Mgr. Mária Kozelková, PhD.
Mgr. et Bc. Ivana Procházková
Mgr. Dáša Cingálková
MUDr. Eva Kružliaková



Metanoia, centrum duševného zdravia

Metanoia centrum, o.z.
Cyprichova 2483/58
831 53 Bratislava - Rača,
Slovenská republika
IČO 55 221 068 DIČ 2122176254
Číslo účtu SK34 1100 0000 0029 4114 9017

www.ozmetanoia.sk
metanoiabratislava@gmail.com

www.montessorikonferencia.sk
info@montessorikonferencia.sk