

výroční
ZPRÁVA
2023

OBSAH



O Sola pomáhá

Problém, který řešíme

Komu pomáháme

Náš tým 2023

Naše práce 2023

2023 v číslech

Financování

Plány na rok 2024

Kontakt

O Sola pomáhá

Náš příběh

Spolek Sola pomáhá vznikl v květnu roku 2022. V té době už jsme rok poskytovali menstruační potřeby ženám, pro které jejich zakoupení může být luxus. Začátkem pomáhání bylo setkání zakladatelky Lucie Gregorové s bezdomovkyní na veřejných záchodcích a následná diskuze v organizaci Jako Doma, která pomáhá ženám bez domova o nedostatku pravidelného přísunu menstruačních potřeb.



Naše vize

Dostupné menstruační potřeby pro všechny, kdo je potřebují.

Naše mise

Distribuce menstruačních potřeb k těm, kdo je potřebují.

Naše proč

Aby ženy neztrácely důstojnost, když nemají dostatek prostředků.



Problém, který řešíme

Menstruační chudoba

Menstruační chudoba je termín, který označuje skutečnost, že některé ženy pro svůj nízký příjem nemají přístup k adekvátním menstruačním potřebám nebo k jejich dostatečnému množství. Charitativní organizace zase nemají přístup k pravidelným dodávkám těchto potřeb. Do této situace vstupujeme my. Partnerským organizacím, které pracují s cílovou skupinou dodáváme menstruační potřeby na pravidelné bázi, které poté distribuují ženám.



Menstruační tabu

Na menstruaci se stále nahlíží jako na něco nevhodného, nečistého. Otevíráme společenskou diskuzi o tom, že se jedná o přirozený biologický proces u žen, který je nevolitelný a ženy by kvůli němu neměly být znevýhodňovány. Cílem je otevřená společenská diskuze o dostupnosti menstruačních potřeb.



Komu pomáháme

Těm, pro které i vložka může být luxus

Své aktivity zaměřujeme na ženy ohrožené chudobou.

Ženy bez domova, které mají velmi limitovaný přístup k hygieně a skrze partnerské organizace jim distribuujeme balíčky s menstruačními potřebami.

Matky samoživitelky nebo rodiny v hmotné nouzi, kde zajištění menstruačních potřeb může být velkou úlevou pro rodinný rozpočet a snížit tak každodenní stres z napjatého rozpočtu.



Ženy bez domova

Matky samoživitelky

Rodiny v hmotné nouzi

Náš tým 2023



Lu Gregorová
zakladatelka
členka spolku



Anna Pašková
členka spolku



Eliška Koutná
členka spolku



Tomáš Bartl
předseda spolku

Externí spolupracovníci a spolupracovnice

Kristýna Pešková webové stránky

Ondřej Hlavka distribuce

Jana Vacatová účetnictví a finance

Kateřina Gregorová materiální fundraising



Distribuce menstruačních potřeb

- Pomoc pravidelná jako perioda

Každý měsíc připravujeme balíčky s hygienickými potřebami dle poptávky a zájmu organizací se kterými spolupracujeme. V roce 2023 pokrýváme organizace v Praze, Brně, Plzni, Ostravě a v Ústeckém kraji.

- Roční pomoc pro rodiny ve finanční tísní

Distribuce roční zásoby menstruačních potřeb pro rodiny s napjatým rozpočtem. Zajištění udržitelných menstruačních potřeb.

- Pomoc v krizových situacích

Distribuce vložek na vyžádání jednotlivých organizací.

Menstruace jako přirozené téma

- Ocenění jako Laskavci roku
- Mediální výstupy napříč platformami
- Otevírání společenské debaty napříč společenskými vrstvami
- Navázání spolupráce s Místní Místním a rozšiřování povědomí o potřebě volně dostupných menstruačních potřeb do komerčních podniků



2023 v číslech

 **1.420**

balíčků mířilo do spřátelených organizací

6 

výstupů v médiích

78.995 

kusů hygienických potřeb jsme rozdali

3

 nové kraje

 **30**

sad kalíšků a kalhotek pro rodiny
matek samoživitelek

 **343.219**

vybráno skrze individuální dárce a
dárkyně



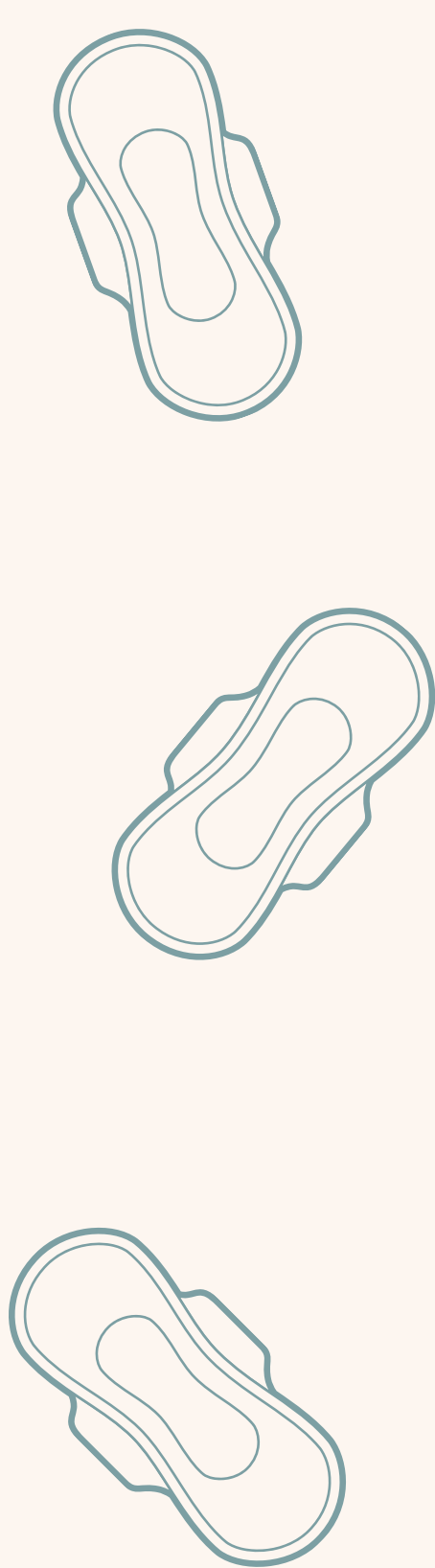
Financování

Naše financování bylo v roce 2023 jednozdrojové.

Výhradně se jednalo se o dary individuálních dárců a dárkyň.

Veškeré získané finanční prostředky byly použity na hygienické potřeby a spodní prádlo.

Veškeré pohyby je možné sledovat na transparenčním účtu, který je vedený u ČSOB s číslem: 3200975886/0300



Příjmy 2023			
Měsíc	Suma darovaná v měsíc	Počet dárců	Poznámka
Leden	8750	25	350
Únor	11600	61	190
Březen	16290	79	212
Duben - NOVÝ	9649	25	386
Duben - STARÝ	5500	43	128
Květen - NOVÝ	14024	40	351
Květen - STARÝ	3950	33	120
Červen STARÝ	3600	29	124
Červen NOVÝ	15 776	46	342
Červenec NOVÝ	9570	43	223
Červenec STAR	3450	28	123
Srpen	63255	222	285
Září	15021	98	153
Říjen	18974	99	191
Listopad	31515	108	291
Prosinec	71511	201	355
celkem	286659	1180	243



Plány na rok 2024

Vložky, pro ty, kdo je potřebují: Všude!

- Rozšířit se mimo Prahu skrze oslovení relevantních organizací. Do Brna, Plzně, Ostravy a alespoň 2 okresních měst.
- Dělat standardně alespoň 300 balíčků měsíčně.
- Podpořit 150 rodin roční zásobou menstruačních potřeb
- Zajistit volně dostupné menstruační potřeby v zařízeních, kde pracují s osobami ohroženými chudobou
- Otevřít diskuzi o zodpovědnosti státu



Kontakty

Solapomaha, z.s.

IČO: 144 33 010

Sídlo: Kobrova 189/6, 460 07, Liberec VII

Telefon: +420 722 902 001

E-mail: solapomaha@gmail.com

Datum vzniku: 4. května 2022

Právní forma: spolek zapsaný ve spolkovém
rejstříku vedený u Krajského soudu v Ústí nad
Labem pod spisovou značkou L 13291

Bankovní spojení: účet č. 320975886/0300
vedený u ČSOB, a. s.

Účel spolku: Hygienická pomoc ženám v nouzi

Statutární orgán - výbor

Lucie Gregorová

členka výboru

Anna Pašková

členka výboru

Eliška Koutná

členka výboru

Tomáš Bartl

člen výboru

Každý člen výboru jedná za spolek samostatně.