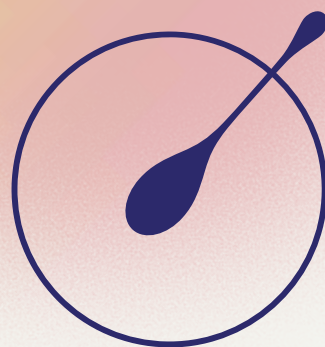


Výročná správa
občianskeho združenia
EDI Slovensko
za rok 2025

chuť žiť



Úvodná poznámka

Občianske združenie EDI Slovensko realizuje aktivity pod hlavičkou projektu **Chuť žiť**, ktorého vizualita aj názov je prítomný v celom dokumente.

V tomto dokumente využívame v popisoch aj **generické maskulinum**, ktoré však významovo zahŕňa mužov aj ženy. Fotografie vyobrazené pri spätných väzbách od našich klientov a klientiek sú ilustračné.

Táto **výročná správa** dáva priestor pre vyhodnotenie úspešnosti plnenia poslania, ktoré je určené v dokumentoch združenia. **Po schválení účtovnej závierky** Správnou radou združenia bude v priebehu roka 2026 **aktualizovaná**.



Obsah

1. Úvodná poznámka
2. O organizácii
3. Náš tím
4. Prehľad aktivít v roku 2025
5. Partneri
6. Účtovná závierka





O organizácii

Projekt Chuť žiť prepája ambulantnú klinickú psychologickú a psychoterapeutickú starostlivosť s psychosociálnou podporou, prevenciou a osvetou, aby reagovala na komplexné potreby ľudí s poruchami príjmu potravy a prispievala k systémovej zmene v oblasti duševného zdravia.

Občianske združenie EDI Slovensko je významnou súčasťou tohto projektu a realizuje verejnoprospešné osvetové, preventívne, advokačné, podporné a psychosociálne aktivity. Vytvára tiež priestor na inovatívne projekty a usiluje sa o zvýšenie dostupnosti odbornej pomoci.



Našou víziou je:

spoločnosť, v ktorej majú deti aj dospelí **zdravý a rešpektujúci vzťah k svojmu telu, jedlu a sebe samým**, a v ktorej sú problémy s jedlom a telesným obrazom **riešené včas, odborne** a s dôrazom na ľudskú dôstojnosť a **kvalitu života**.

Našou misiou je:

- **predchádzať poruchám príjmu potravy** a negatívnemu vzťahu k telu prostredníctvom prevencie, vzdelávania a posilňovania ochranných faktorov u detí, mladých ľudí, rodičov a odborníkov,
- **poskytovať odbornú pomoc** založenú na ľudskosti, rešpekte a dostupnosti ľuďom so skúsenosťou s poruchami príjmu potravy a ich blízkym,
- **rozvíjať kompetencie odborníkov** (učiteľov, školských psychológov, zdravotníkov, trénerov a ďalších profesionálov) v oblasti prevencie, včasnej intervencie a podpory zotavenia,
- **prispievať k systémovým zmenám** v oblasti starostlivosti o duševné zdravie, redukcii stigmy, váhovej diskriminácie, rodových stereotypov a nerovností v prístupe k pomoci,
- **spájať výskum, prax a žitú skúsenosť** tak, aby vznikali efektívne, inovatívne a udržateľné riešenia s pozitívnym dopadom.

Naša činnosť

Našu činnosť rozvíjame v 4 prepojených pilieroch: osвета, vzdelávanie a prevencia, odborná pomoc a advokácia.

Odborná pomoc

Ľuďom so skúsenosťou s poruchami príjmu potravy a ich blízkym poskytujeme odbornú podporu – od anonymnej linky pomoci až po komplexnú multidisciplinárnu intervenciu.

Vzdelávanie a prevencia

Pracujeme s deťmi, mládežou aj odborníctvom, ktorým poskytujeme programy, metodické materiály a praktické nástroje na včasné rozpoznanie rizík. Veríme, že PPP je možné predísť a že včasný záchyt vedie k efektívnej liečbe.

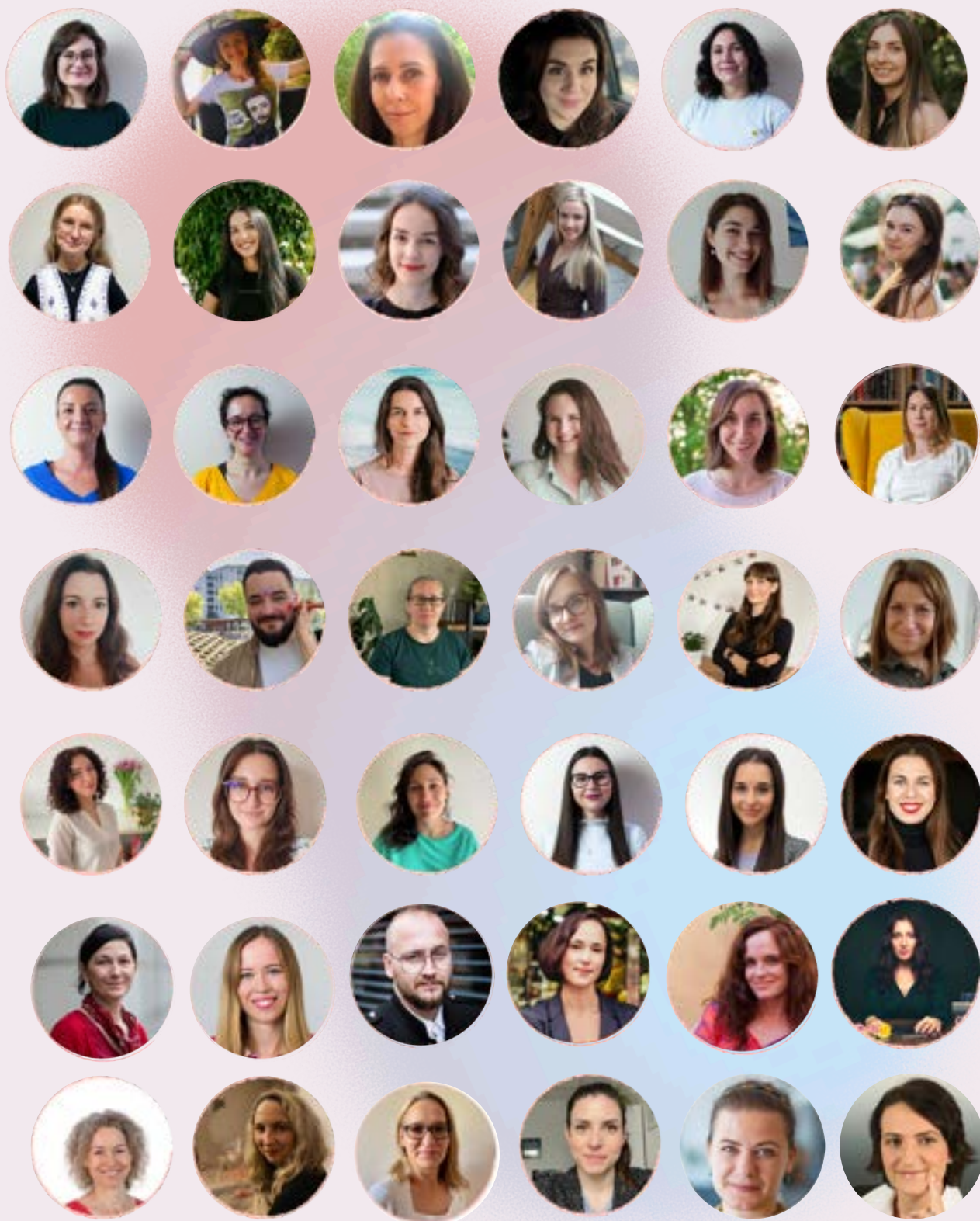
Osveta

Prinášame zrozumiteľné a overené informácie o duševnom zdraví, vzťahu k telu a jedlu, aby sme znižovali stigmú a podporovali včasné vyhľadanie pomoci.

Advokácia a rozvoj systému

Aktívne zapájame do rozvoja systému starostlivosti na Slovensku, aby bola pomoc dostupnejšia, kvalitnejšia a citlivá k reálnym potrebám ľudí.

Náš tým



Vedenie organizácie: Valentína Sedileková, Petronela Mesároš Uskobová, Alexandra Geržová

Realizačný tím: Katarína Hajnalová, Lucia Štedlová, Veronika Maková, Viktória Galliková

Nutričné špecialistky: Simona Almášiová, Tatiana Kysel'ová, Katarína Letková, Michaela McLeod, Katarína Sivul'ková

Psychologičky a liečebné pedagogičky: Mária Gajarská, Zuzana Klepanec, Flóra Neradilová Beňová, Petra Šteinecker, Miroslava Takáčová, Jana Koroniová Tencerová, Maroš Mušinka, Renáta Mitašová, Daniela Halámková, Jana Moravská

Odborníčky na dištančnom poradenstve a v prevencii: Anna Steinerová, Sophia Lukačková, Natália Slotová, Claudia Krupčíková, Natália Meliš-Čuga

Peer konzultantky: Zuzana Čižmárová, Timea Fedorová, Lucia Bogdányová

Odborné garantky: Martina Paulinyová, Ivana Kachútová

Správna rada a Valné zhromaždenie: Róbert Slovák, Magda Frecer, Marcela Šoltýsová, Katarína Koščová

Supervízorky: Genovéva Almássyová, Andrea Lásková

Externé spolupracovníčky: Erika Líšková, Hana Šándorová, Vanda Hlaváčková, Katarína Čavojská

„Spolupráca so psychologičkou mi veľmi pomohla. Dávala mi výborné otázky. Mohla som si do hĺbky analyzovať **problém aj jeho príčiny**. Službu by som odporučila z dôvodu, že v Chut' žiť sa nemusím báť toho, že môj problém bude bagatelizovaný, viem, že **budem pochopená.**”

– klientka v psychologickom poradenstve

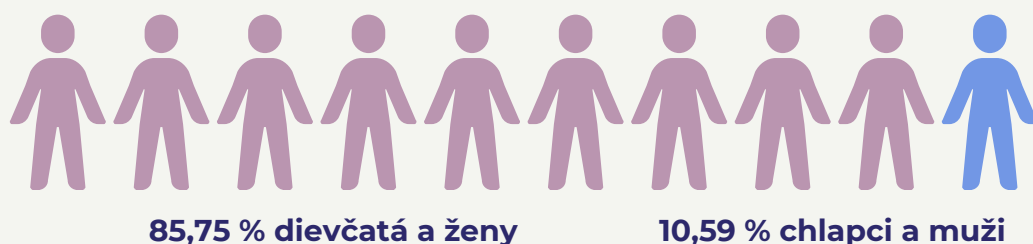


Prehľad našich aktivít v roku 2025

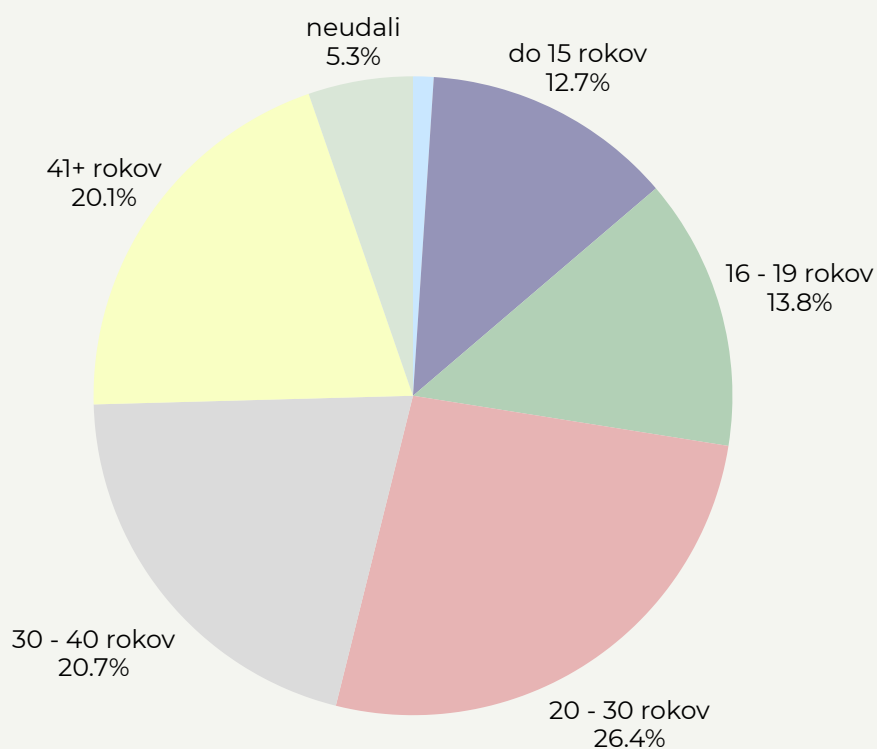


Odborná pomoc v štatistikách

V roku 2025 sme poskytli odbornú pomoc **2 021 unikátnym klientom a klientkám** vo forme individuálneho, skupinového aj dištančného poradenstva.



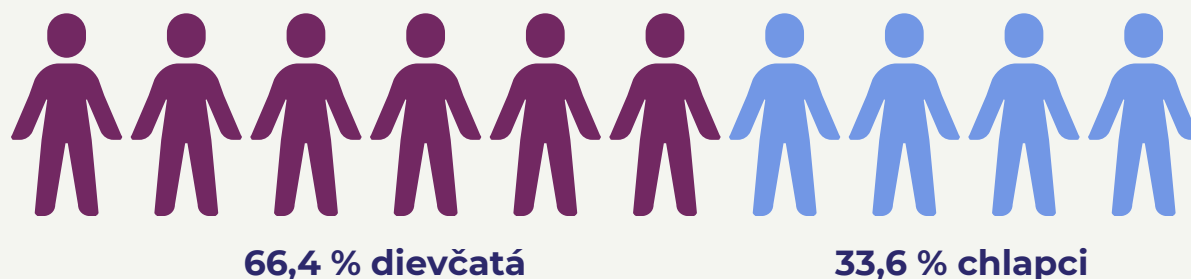
Vekové rozloženie





Preventívny program v štatistikách

V roku 2025 absolvovalo Komplexný program prevencie porúch príjmu potravy (KPP) **4 607 detí** na základných (7. - 9. ročník) a stredných školách (1. - 3. ročník).



Do programu sa zapojilo **37 nových škôl** zo všetkých **8 krajoch** na Slovensku. Celkovo sa KPP realizuje na školách v **69 okresoch**.

„Ste úžasné a vaša práca je extrémne prínosná. Za mňa najlepší preventívny program, aký som robila ako školská sociálna pedagogička.“

– facilitátorka programu prevencie

Workshopy v štatistikách

Pokračovali sme v realizácii workshopov pre školy, avšak len na západnom Slovensku. Zrealizovali sme ich na **7 základných** a **2 stredných školách** a zúčastnilo sa ich **256 žiakov a žiačok**.

Zdravý vzťah s jedlom je privilegium
ale nie len pre privilegovaných.



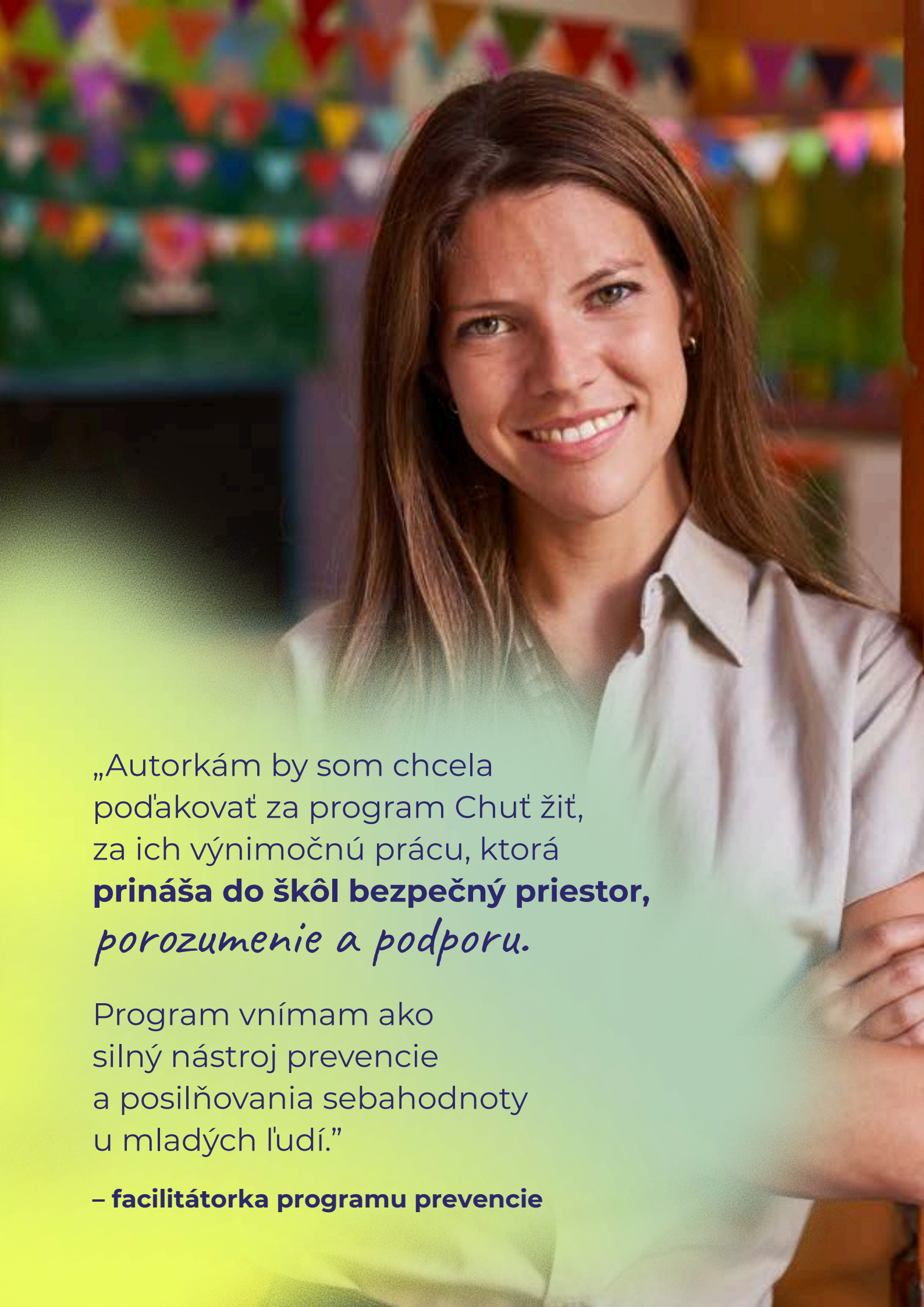
Chut
Žit'

→ Mój prístup - Evidence-based, ale komplexne.



Vzdelávacie aktivity – štatistiky

Aktivita	Počet účastníkov a účastníčok
Ročný intenzívny vzdelávací program pre školských psychológov*ičky Odborníci na dušu	31
Počet aktívnych užívateľov vzdelávacej PPPlatformy	1289 (medziročný nárast o 430 užívateľov)
6 zrealizovaných školení a webinárov pre riaditeľstvo a odborných a pedagogických zamestnancov a zamestnankyne škôl	448
7 webinárov a online workshopov v oblasti digitálnej bezpečnosti (sebahodnota a sebavnímanie na sociálnych sieťach)	518
2 prednášky pre lekárov a lekárky	127
Počet populárno-náučných článkov	24
Počet nových publikácií	18
Počet prednášok na odborných zahraničných konferenciách	2
Počet podujatí / prednášok a diskusií pre verejnosť	7



„Autorkám by som chcela
poďakovať za program Chuť žiť,
za ich výnimočnú prácu, ktorá
**prináša do škôl bezpečný priestor,
porozumenie a podporu.**

Program vnímam ako
silný nástroj prevencie
a posilňovania sebahodnoty
u mladých ľudí.”

– **facilitátorka programu prevencie**

Pomáhame už aj 6-ročným deťom s poruchami príjmu potravy

Janko sa bojí, že keď zje pečivo, zadusí sa.

Alenka nechce pri jedle sedieť, niečo ju núti celý čas iba stáť alebo chodiť.

Lea má strach, že bude tučná a spolužiaci sa jej budú smiať, tak ako jej spolužiačke.

Poruchami príjmu potravy trpia už aj 6-ročné deti. Ovplyvňujú to, ako **vnímajú samých seba**, ich zdravý rast, vzťahy s kamarátmi a často im spôsobujú veľa úzkosti. Rodičia pritom často nevedia, ako dieťaťu pomôcť. Zažívajú pocit bezmocnosti a zlyhania, akoby nevedeli nakrmiť vlastné dieťa.

Viac ako polrok príprav vyústil do nového špecializovaného programu Rodinná podpora, určeného pre deti vo veku 6 až 11 rokov, ktorý sme poskytli **10 rodinám**. Program prostredníctvom stretnutí so psychologičkou a nutričnou špecialistkou priniesol pomoc, ktorá **doteraz nebola dostupná**. Program sme realizovali vďaka podpore **Nadácie SPP** a **darcom a darkyniam** v kampani.



Nadácia **SPP**

Pozitívne výsledky

Evaluácia výsledkov programu ukázala, že naša intervencia viedla u detí k návratu k **bežným stravovacím návykom**, stabilizácii a **obnovovaniu telesnej hmotnosti**, **redukcií úzkosti** z jedla u detí, a k zvýšenej **psychickej pohode** a **plnohodnotnému fungovaniu** u ich rodičov.

Otvorenie témy porúch príjmu potravy u detí sa odzrkadlilo vo viacerých službách, ktoré poskytujeme. Záujem o program prejavili aj **rodiny s deťmi s nadváhou a obezitou**, ktoré sme podporili v zdravom vzťahu k jedlu. Prácu s celou rodinou vnímame aj v tejto problematike ako kľúčovú.



„Ako prínosné vnímam to, že aj pri synovi, ktorý má 10 rokov vedela odborníčka nájsť **spôsob komunikácie**, ktorý mu je blízky, ktorým si získala synovu dôveru.

Najväčší prínos je v tom, že sme našli odborníka, ktorý sa venuje tejto náročnej a citlivej téme u detí v tomto nízkom veku.”

– spätná väzba rodiny z programu pre detičky

Strach z udusenía a “vyberavé jedenie”, ktoré vedie k podvýžive

Na Linke pomoci zároveň pozorujeme **posilnenie témy** “vyberavého” stravovania a podozrenie na **vyhýbavú/reštriktívnu poruchu príjmu potravy (tzv. ARFID)**.

ARFID v roku 2025 tvoril **významnú časť rodičovských kontaktov**, ktorých sme v tejto téme zaznamenali celkovo až 100. Kontakty najčastejšie zahŕňali obavy o diéta mladšieho veku, selektivitu stravovania a strach z konkrétnych textúr, dlhodobé konflikty pri stolovaní, neistota rodičov, či ide „už o poruchu“, a prvé kontakty so systémom pomoci.

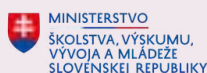
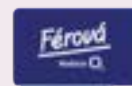
Zlepšili sme dostupnosť a rozšírili formy pomoci

V roku 2025 sme sa zamerali na posilnenie **dostupnosti** a **odbornosti** – rozšírili sme služby o **rodičovské poradenstvo** a investovali do vzdelávania a rozvoja nových odborných metodických postupov.

Podarilo sa nám poskytnúť o 41,5% odborných konzultácií viac oproti roku 2024.

Vďaka podpore našich partnerov sa nám podarilo **navýšiť kapacity psychologického a nutričného poradenstva**, ktoré patria medzi naše kľúčové a najviac vyťažené programy. Navýšili sme tiež kapacity **peer podpory**.

Zo skupinových aktivít sme zorganizovali **podporné a terapeutické skupiny** pre rodičov, tínedžerov aj dospelých a pripravili sme aj **2 liečebno-vzdelávacie programy**, prvýkrát aj pre rodičov. Naďalej sme pokračovali v **bezplatných a nízkoprahových podporných online skupinách**. Poskytovanie **dostupnej špecializovanej odbornej pomoci** je pre nás naďalej kľúčovou témou. Aby ju dostal každý, kto potrebuje.



„S peerkou sa mi spolupracovalo veľmi dobre, nemám čo vytknúť. Poskytla mi oporu, ktorú som v danom období potrebovala. **Cítila som sa v komunikácii bezpečne** a bola to pre mňa cenná skúsenosť, za ktorú som vďačná.

Peer konzultant sa na situáciu pozerá z iného uhla, vie sa cez vlastnú skúsenosť vžiť do myšlienok a prežívania, vie sa "dostať na rovnakú loď", a tiež *vie človeka povzbudiť a nasmerovať.*”

– klientka v peer podpore



Jedinečná intervencia s novým partnerom

Významným momentom pre nás bol vznik partnerstva s Nadáciou Volkswagen a Nadáciou Markíza, ktoré pod hlavičkou projektu **Odpíšeme Ti** podporili stabilizáciu a ďalší rozvoj Multidisciplinárneho programu.

Ide o **komplexnú multidisciplinárnu intervenciu** pre osoby s poruchami príjmu potravy, ktorá prepája psychologickú, nutričnú a sociálnu podporu do **jedného koordinovaného systému starostlivosti**. Každý z dvoch tímov je tvorený dvoma psychologičkami/psychológmi, nutričnou špecialistkou a jeden je doplnený o peer konzultantku s vlastnou skúsenosťou so zotavovaním.

Tento model vytvára **bezpečný, rešpektujúci a odborný priestor**, v ktorom je možné systematicky pracovať nielen s klientom či klientkou, ale aj s ich **rodinnými príslušníkmi**.

Klienti a klientky tak získavajú **podporu pri stabilizácii** stavu a pri postupnom obnovovaní vzťahu k jedlu, telu aj k sebe samým. Vďaka podpore partnerov je služba dostupná aj pre tých, ktorí by si ju inak z finančných dôvodov dovoliť nemohli.



Nadácia
Volkswagen Slovakia



NADÁCIA
TELEVÍZIE MARKÍZA



„Obaja odborníci boli skvelí, nutričná špecialistka veľmi láskavým a chápaným spôsobom ponúkala dcére množstvo informácií, motivovala ju k pozitívnemu vzťahu k jedlu. Najmä na začiatku nás niekoľkokrát doslova zachránila od hospitalizácie.

Psychológ si dcéru získal svojou otvorenosťou, úprimnosťou a humorom. Konzultácie pre mňa – rodiča – boli tiež skvelá skúsenosť, **psychologička vždy vedela položiť trefné otázky** a upozorniť na body, ktoré som prehliadala. To mi pomáhalo rozjasniť situácie, v ktorých som si nebola istá. Som za túto pomoc vďačná. Odporúčam program každému, veľa o vás medzi ľuďmi hovorím, aby mali niekde v hlave, že keď sa stretnú s podobnými problémami, je tu niekto, kto vie poskytnúť účinnú pomoc.”

– klientka v multidisciplinárnom programe



Linka pomoci je vstupnou bránou k pomoci aj priestor pre emočne nabitú situáciu

Linka pomoci Chuť žiť poskytuje podporu **telefonicky, e-mailom aj cez chat**. Vďaka príspevku z výzvy „Siete podpory pre každý krok“ sme **rozšírili kapacity** o špecialistku dištančného poradenstva a zabezpečili **dve konzultantky na zmene**, vďaka čomu sme skvalitnili, ale aj zefektívniili fungovanie Linky. Dokázali sme pomôcť **o 35 % viac unikátnym kontaktom** než v roku 2024.

Tematické trendy

- Linka je dominantná pri rodičovských a krízových témach.
- Chat zohráva významnú úlohu najmä u mládeže.
- Mail sa využíva najmä pri relapsoch a komplexných prípadoch.
- Pozorujeme nárast komplexných prípadov, kedy sú k PPP pridružené ďalšie psychické ťažkosti.
- Obracajú sa na nás pomáhajúci profesionáli zo zdravotníctva aj mimo neho, najčastejšie zo škôl, najmä za účelom potvrdenia si správnosti postupu.
- Medzi hlavné skupiny, ktoré využívajú Linku pomoci, patria rodičia detí s PPP, dospelí s vlastnou PPP a deti a dospelievajúci s podozrením na problémy s PPP, často s vysokou mierou psychickej záťaže.



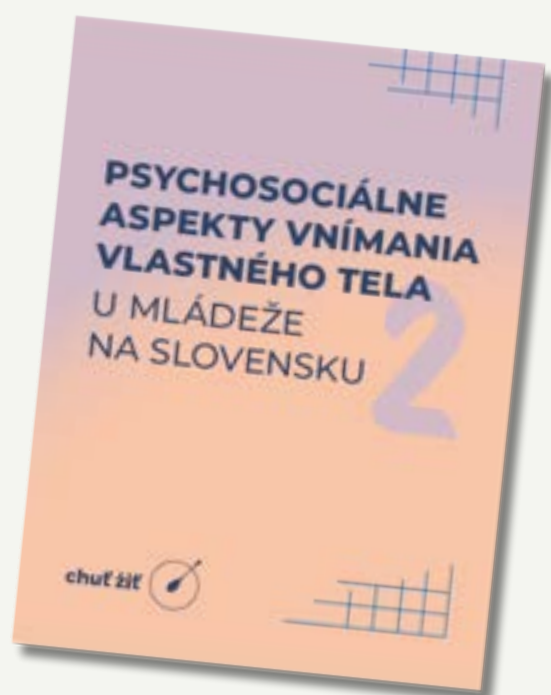
Vďaka prevencii tínedžeri menej hodnotia a viac prijímajú svoje telo

Druhýkrát sme náš preventívny program postavili skúške správnosti a zmerali jeho dopad za roky 2024-2025. Na základe analýzy Mgr. Kataríny Čavojskej, PhD. sa opätovne potvrdilo, že **program pozitívne vplýva na postoje tínedžerov k svojmu telu a stravovaniu a rozvíja ich schopnosti vyhľadať pomoc**. Program bol tiež zaradený do **Katalógu inovácií vo vzdelávaní**.

Medzi ďalšie zaujímavé zistenia vyplývajú z analýzy patria napríklad:

- vlastnú alebo sprostredkovanú skúsenosť s PPP má takmer **4 z 10 mladých ľudí**,
- až 43 % dospelých nemá pozitívny vzťah k svojmu telu,
- každý **5. dospelý** (21 %) sa domnieva, že schudnutím sa stane hodnotnejším človekom,
- až 88 % dospelých odmieta body-shaming, čo je oproti predošlému meraniu o 16 % viac. Mládež sa stáva voči problematike všímavejšou a citlivejšou.

Analýza je dostupná na bezplatné stiahnutie na vzdelávacej **PPPlatforme**.



Ďakujeme veľmi pekne za tento program. Samej mi to **dalo mnoho nového** o tejto problematike (či už pojmy, alebo ako s tým pracovať) a môžem tieto informácie posúvať ďalej a verím, že aj žiaci. Téma je veľmi aktuálna a treba o nej hovoriť. *Aktivity boli naozaj skvelé.*”

– **facilitátorka preventívneho programu**

Rozširujeme komunitu školských Odborníkov na dušu

31 začínajúcich školských psychológov a psychologičiek z celého Slovenska sa prihlásilo do dvoch behov ročného vzdelávacieho programu **Odborníci na dušu**. Realizujeme ho v Bratislave aj v Žiline, pre lepšiu regionálnu dostupnosť. Vzdelávanie sa nám podarilo **akreditovať na Ministerstve školstva**, výskumu, vývoja a mládeže SR a stali sme sa tak oprávneným **poskytovateľom inováčného vzdelávania**. Evaluáciu programu prevencie aj realizáciu Odborníkov na dušu podporil Nadačný fond Generali.



Prepájame prevenciu porúch príjmu potravy a obezity

Naším cieľom sú **fyzicky a psychicky zdravé deti** a preto preventívnymi aktivitami podporujeme ich **zdravé stravovacie a pohybové návyky** a **pozitívny vzťah k sebe a k svojmu telu**. Obezita a poruchy príjmu potravy zdieľajú spoločné rizikové, ale aj protektívne faktory a takzvanou **integratívnou prevenciou** dokážeme posilniť prevenciu oboch fenoménov bez toho, aby sme jeden z nich neúmyselne posilnili.

Tento prístup do škôl prinášame prostredníctvom niekoľkých **praktických publikácií**, ale aj **aktualizáciou preventívneho programu** do 3 vekovo prispôsobených programov, ktoré budú niesť nový názov **Zdravé JA**. V roku 2025 sa nám podarilo vypracovať program pre **stredné školy**, na ktorý začnú školy prechádzať od februára 2026.



Čo si odnášaš z programu?

Mali by sme byť radi, že sme jedineční, a nemali by sme sa hanbiť za to, kým naozaj sme.

Nezáleží na tom ako vyzeráme, ale dôležité je, akí sme vo vnútri a ako sa cítime.

Už viem, že nejedenie mi prinesie viac negatívnych vecí ako pozitívnych.

Pochopila som, že netreba byť dokonalý, aby si mal rád sám seba. Treba sa len viac pochopiť.

Mali by sme byť radi že sme jedinečný a nemali by sme sa hanbiť za to kým naozaj sme.

Nikdy by sme nemali súdiť ľudí, pretože nevieme čím si prechádzajú.

Novinkou je aj **praktický e-learning**, ktorý pripraví každého nového facilitátora a facilitátorku programu na jeho kvalitnú realizáciu. Jeho vznik umožnila podpora **Fondu SK-NIC**.

Aby sme rozvíjali a posilňovali kvalitu, ale aj systémový dopad našich preventívnych aktivít, uzavreli sme **Memorandum o spolupráci s výskumným ústavom detskej psychológie a patopsychológie (VÚDPaP)**.

Kolegyne z VÚDPaP nám poskytli spätnú väzbu a odborné pripomienky na program prevencie, ktoré sme **zahrnuli do novej aktualizácie**.



V spolupráci s organizáciou Skutočne zdravá škola a partnerom Kaufland Slovensko sme vytvorili **3 pracovné zošity** pre základné školy zamerané na zdravý vzťah k jedlu. Prinášajú deťom aj školám **hravý spôsob, ako sa rozprávať o jedle, pohybe a zdravom vzťahu k sebe**.



Čo si odnášaš z programu?

**Akceptujem svoje telo viac
také ake je.**

**Nemám sa báť jesť. Nemusím
riešiť názory ostatných na
moje telo.**

**Človek má stále rovnakú
hodnotu, aj keď je iný ako
ostatní.**

**Nikdy nikomu nehovor nič
urážlivé, aj keď to bolo myslené
s humorom.**

**Všetky problémy sa dajú
riešiť. Nie je problém, ktorý
by sa nedal vyriešiť.**

**Nesúdiť ľudí. Mať sa rád taký,
aký som. Poznať svoje hodnoty.
A nebáť sa porozprávať
s druhými o tom, čo mi je.**

Posvietili sme si na sociálne siete a ich vplyv na sebavnímanie detí

Svet, ktorý na **sociálnych sieťach žije dnešná generácia Z a Alfa**, je úplne iná, než ktorú na svojich obrazovkách vidia staršie generácie. Prostredníctvom prieskumu sme zmapovali túto **medzigeneračnú priepasť** a pripravili **odporúčania pre rodičov aj učiteľov**, ako môžu s tínedžermi o týchto témach **komunikovať** a priblížiť sa im.

Zároveň sme o svete sociálnych sietí, predovšetkým o ich **dopade na stravovanie a sebavnímanie detí**, vzdelávali rodičov aj učiteľov. **5 bezplatných webinárov a 8 článkov** publikovaných na stránke **beznástrah.online** sa stretlo s veľkým úspechom u oboch cieľových skupín. V spolupráci s partnerom tohto projektu, Nadáciou Orange, sme sa dohodli na realizácii **2 ďalších pre žiakov a žiačky**.



Výstupom projektu bola aj publikácia **Medzigeneračné rozhovory o sociálnych sieťach**, ktorá vznikla kombináciou dotazníkového zberu a fokusových skupín. Je dostupná na bezplatné stiahnutie na našej vzdelávacej **PPPlatforme**.

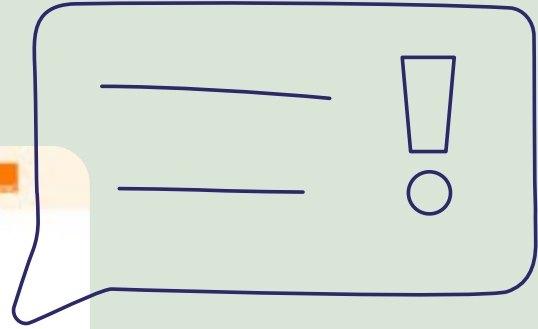
[O programe](#)
[Témy](#)
[Poradka](#)
[Pre učiteľov](#)
[Produkty](#)
[Influencičky](#)
[Diskusia](#)
[Kontakt](#)

Ako sa pro-anorektické správanie stalo súčasťou wellness kultúry

Článok **Prehľadná správa**

Žijeme v čase, keď sa zdravie stalo nielen cieľom, ale aj spoločným trendom. V prístupoch na sociálnych sieťach, v knihách, článkoch či podcastoch sa denne objavujú rady, ako "jesť čisto" (clean eating), "svetlo správne" (light eating), fitnes, ako "dosiahť svoju verziu tela" (achieve your version) a mnohé ďalšie. Zdravý životný štýl v tomto kontexte znamená nielen zdravé telo, ale aj starostlivosť o svoju dušu (well-being), pričom pod tento pojem sa zmeštili aj všetky príjemné veci a príťažliví sú po hodiny umorného cvičenia vs fitness a snažením budovania svalstroviny "gymne tok, ako by ukazovali video na TikTok". Zaujímavé sa v tom je to, že, najmä pre dieťa a dospievajúceho, ktorých identita a sebaťušť formuje veľmi prístupom.

Príjemne zdravie na sociálnych sieťach 5-6 rokov žijete, aj bez aktívneho vyhadzovania sa nám zobrazujú prístup, ktoré ponúkajú hranice zdravia do extrém. Zdravý životný štýl sa tak zmenil a vzal k pohodu na masovú sebaobsluhu, sebaobsluha, úspechu a morálnej hodnoty (Crisford, 2006; Lepton, 2018).

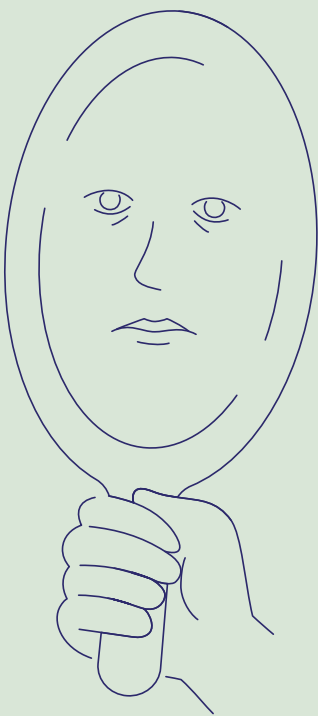




[O programe](#)
[Témy](#)
[Poradka](#)
[Pre učiteľov](#)
[Produkty](#)
[Influencičky](#)
[Diskusia](#)
[Kontakt](#)

Ako sociálne siete (nenápadne) formujú predstavu detí o vlastnom tele

Článok **Prehľadná správa**

Človek v puberte sa musí rozlúčiť so svojim detským telom, ale aj so svojim detským vnímaním seba samého a učiť sa fungovať s novým telom, ktoré zrazu vidí v zrkadle (Parsonsová, 2024). Tento proces samozrejme môže byť výzva, ale to, čo je náročné, a na dospievajúceho kladie nemalé požiadavky, sa nedá poprieť.



„Celý program vnímam veľmi pozitívne. Neviem si to bez neho ani len predstaviť. Bola to pre mňa priam záchranná sieť a aj keď som na program chvíľu čakala, prišiel nečakane a pre mňa **v pravý čas**, *aby ma zachránil.*“

Kombinácia viacerých odborníčov a intenzita stretnutí je presne to, čo môže naozaj účinne pomôcť.”

– klientka v multidisciplinárnom programe

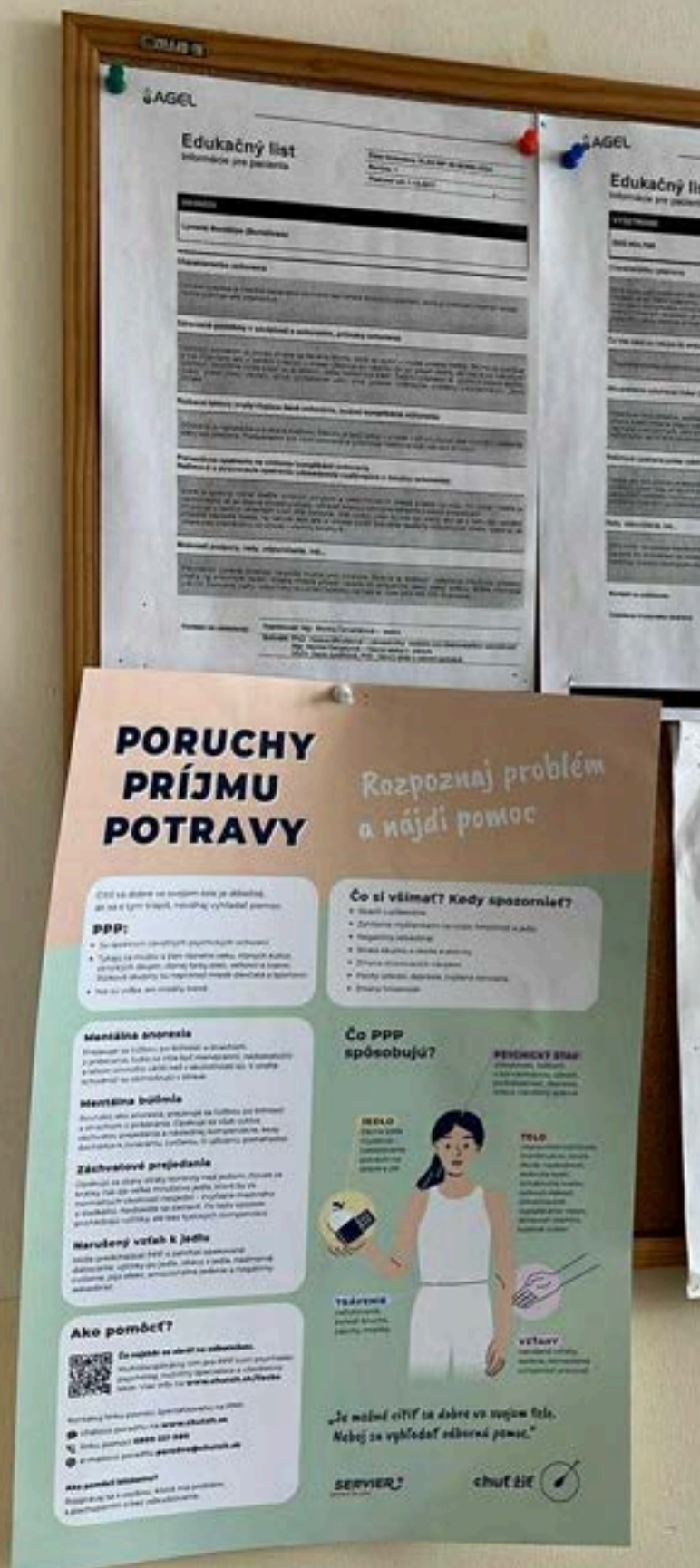
Pracujeme na zlepšení včasného záchytu porúch príjmu potravy v lekárskejších ambulanciách

Štatisticky **iba 25 % ľudí s PPP** vyhľadá a dostáva odbornú pomoc. Záleží nám na tom, aby sa toto číslo dlhodobo zvyšovalo. Kľúčovú úlohu pri včasnom záchyťte zohrávajú práve **lekári**, ktorí tiež vnímajú problém ako aktuálny.

Preto sme pripravili **informačné materiály a školenia pre lekárov a lekárky po celom Slovensku**. Žiar nad Hronom, Veľký Krtíš či Slovenská Ľupča, to je len pár miest, kde je možné nájsť v čakárňach u **všeobecných lekárov, gastroenterológov a internistov materiály** o poruchách príjmu potravy a **možnostiach pomoci**.

Vďaka spolupráci so Servier Slovensko sa nám podarilo **prednášať 127 lekárom a lekárkam** a distribuovať **5 500 kusov** materiálov do všetkých krajov.





Celkovo sme pripravili **9 materiálov** pre lekárov a lekárky napríklad z oblasti **pediatrie, psychiatrie a gynekológie**, a tiež pre pacientov a pacientky do čakární. Špeciálnym materiálom sú **Stravovacie odporúčania pre ľudí s PPP v ambulancii všeobecného lekára**, ktorý poskytuje praktické odporúčania a postupy k nutričnej realimentácii a stravovaní.

Nadviazali sme tiež spoluprácu s organizáciou **Mladí lekári**, ktorí podporili šírenie našich **materiálov a informácií** prostredníctvom **newslettera a podcastu**. Cieľom je priniesť osvetu, informácie a praktické **skriningové nástroje** do ambulancií, ktoré osoby s PPP môžu navštíviť.

Lekárom a zdravotníckym pracovníkom sme na našej **webstránke** pripravili **samostatnú informačnú sekciu**.



Podarilo sa nám prednášať na XV. medzinárodnej konferencii o PPP a obezite v Prahe

V prvom príspevku sme predstavili princípy **integratívnej prevencie PPP a obezity spolu s výsledkami analýzy** nášho programu prevencie. Druhá prednáška bola zameraná na **zodpovednú a bezpečnú komunikáciu odborníkov** na výživu o stravovaní a pohybe na sociálnych sieťach.

Účasť na konferencii nám priniesla nové odborné poznatky aj inšpirácie z medzinárodného prostredia, vrátane podnetov od **významných expertov v oblasti rodinne orientovanej liečby ako je napríklad Ivan Eisler**. Konferencia zároveň posilnila naše medzinárodné prepojenia a podporila ďalší rozvoj kvality našich programov.

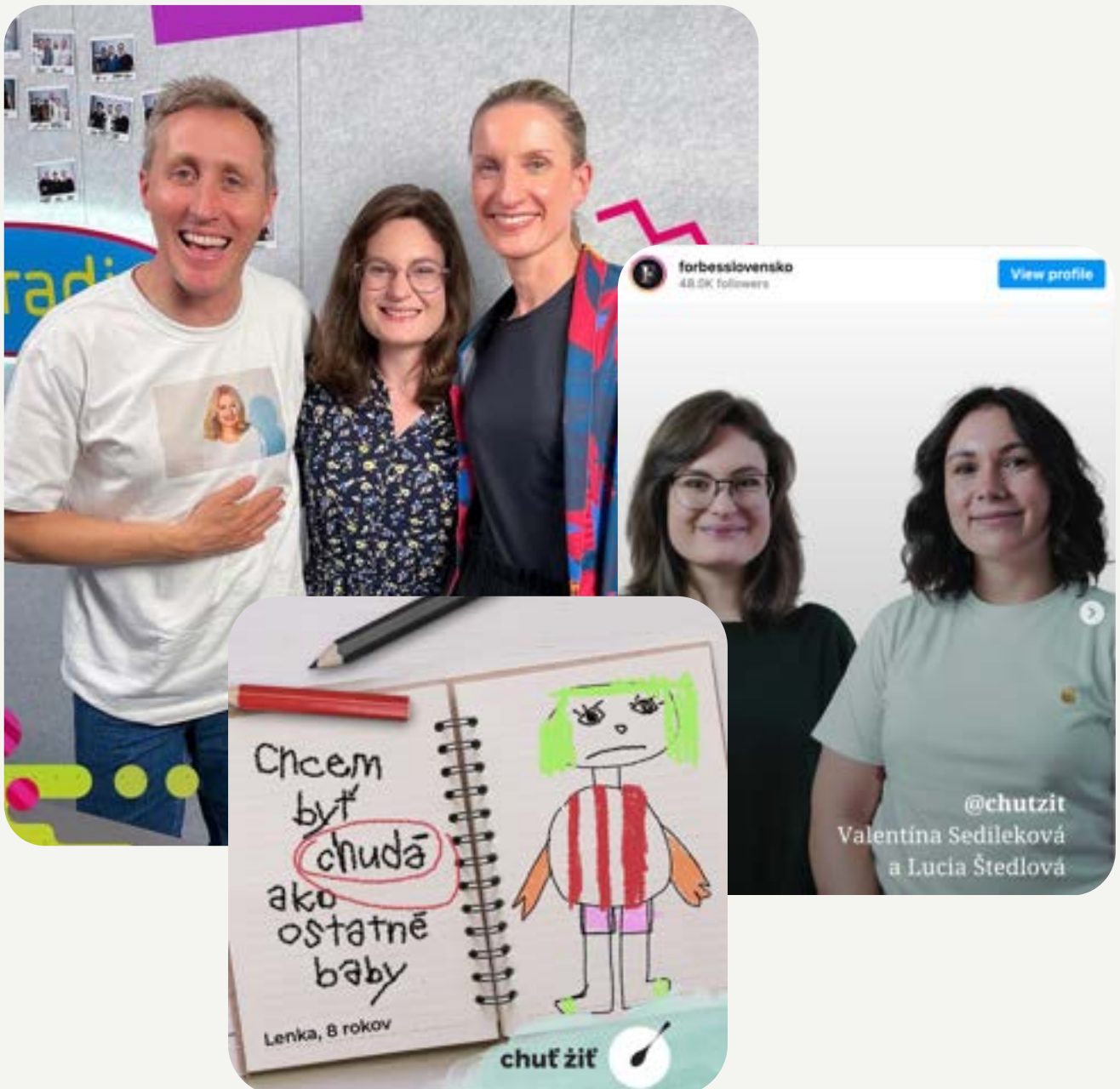



**Hľadali sme spôsoby, ako citlivú
tému o ťažkostiach detí
s poruchami príjmu potravy
priniest bezpečne do verejného
priestoru.**



Podarilo sa nám to prostredníctvom spotu od agentúry **Free Andy**, ktorému hlas prepožičala **Zuzana Porubjaková**, a tiež vizuálmi od ilustrátorky **Ivany Šátekovej**. Do témy sme pridali aj trošku láskavého humoru v relácii Fun Rádia a podcaste u **Adely a Sajfu** a tému priniesli aj do Telerána a podcastu **Mama Gang**.

Potešilo nás, že sme boli zaradení do výberu **Top 32 influencerov Slovenska podľa Forbes**. Veríme, že sociálne siete môžu byť priestorom nielen na zábavu, ale aj na vzdelávanie, podporu a budovanie porozumenia.





„Veľmi oceňujem, že **odborníčka bola naozaj pripravená** na stretnutie a vopred sa oboznámila s informáciami o našej dcére a jej probléme s príjmom potravy.

Vníkala som veľmi pozitívne, že sme mali dostatok času na rozhovor a všetko sme stihli prebrať. Pre mňa je veľmi obohacujúce hovoriť s odborníkmi, ktorí sa v oblasti PPP dobre orientujú, majú skúsenosti z práce s viacerými klientami a *problémy a prejavy nebagatelizujú.*”

– spätná väzba na konzultáciu



chut'žit



MINT

Priniesli sme tému porúch príjmu potravy do televízie aj reštaurácií

Chuť, vôňa a spoločné stolovanie – pre väčšinu ľudí bežná chvíľa, pre iných tichý boj. Na **Svetový deň povedomia o poruchách príjmu potravy** (World Eating Disorders Action Day) sme v spolupráci s Medusa Group a reštauráciami **Mint** pripravili výnimočnú kampaň na podporu ľudí s poruchami príjmu potravy.

Z online priestoru sa nám tak podarilo prinášať osvetu aj priamo k ľuďom. Počas **špeciálneho menu** si mohli na kartičkách prečítať viac o tomto probléme a možnostiach pomoci.

Osvetu o poruchách príjmu potravy sme počas roka tiež aktívne šírili v projekte **Odpíšeme Ti** a s mediálnou podporou Nadácie Markíza prostredníctvom **citlivo spracovaných**, anonymizovaných a rôznorodých **príbehov detí a dospelých s poruchami príjmu potravy**. Cieľom je priblížiť vnútorné **prežívanie**, proces liečby, ale aj **rozmanitosť prejavov a príbehov**, ktoré ľudia s poruchami príjmu potravy žijú.

Spoločne sa nám podarilo predstaviť príbehy peer konzultantky Lucky v **Reflexe** a počas leta či zimy poukázať v **Teleráne** na ťažkosti ľudí s PPP aj na možnosti pomoci.

ME D U S A



NADÁCIA
TELEVÍZIE MARKÍZA



Nadácia
Volkswagen Slovakia



Profesionalizácia

V roku 2025 sme sa systematicky venovali profesionalizácii organizácie a posilňovaniu kvality poskytovaných služieb.

Intenzívne sme pracovali na **prepojení zdravotnej a psychosociálnej pomoci pre ľudí s poruchami príjmu potravy**, čo vyústilo do ročnej prípravy vzniku ambulancie klinickej psychológie a psychoterapie ako samostatného subjektu, ktorý v roku 2026 rozšíri projekt Chuť žiť.

Zamerali sme sa aj na **interné vzdelávanie tímu**, najmä v oblasti práce s deťmi, rodinami a vyhubovo-reštriktívnou poruchou príjmu potravy (ARFID), s cieľom zvýšiť odbornosť a citlivosť intervencií.

Multidisciplinárnu intervenciu ako zlatý odborný štandard sme posilňovali napríklad zavedením bezplatných konzultácií, ktoré pomohli **zmierniť obavy** niektorých klientov a klientiek z nutričného poradenstva.


Súčasne sme pripravovali efektívnejší model priradovania klientov do služieb tak, aby bola odborná pomoc **včasnejšia, dostupnejšia a kvalitnejšie koordinovaná**. Ideme ho pilotne overovať v roku 2026.

Aktívne sme spolupracovali s **Úradom komisára pre deti** a stali sme sa súčasťou **pracovnej skupiny pre duševné zdravie detí** na **Ministerstve zdravotníctva** Slovenskej republiky.

Priestor na tímové aktivity

Počas roka sme si našli priestor byť spolu ako tím. Umelecké vlohly sme rozvíjali v Kreatura house, vzdelávali sme sa v práci s deťmi a vďaka dobrovoľníkom a dobrovoľníčkam zo SwissRe sme skrášili priestory nášho centra.





„V Chut' žiť **som našla najlepšiu psychologičku**, akú som kedy mala. Veľmi mi pomohla zlepšiť môj vzťah k sebe, pracovať s emóciami a celkovo si dopriať, *byť šťastnou a užívať si život.*”

– klientka v psychologickom poradenstve

Partneri

Naša výročná správa je predovšetkým veľkým **POĎAKOVANÍM** všetkým našim **partnerom**, ktorí stoja a podporujú naše programy pomoci cez partnerstvá, dary alebo grantové výzvy:



a v neposlednom rade našim **individuálnym darcom a darkyniam**, ktorí nás podporujú finančne alebo venovaním 2 % z daní, a umožňujú nám tak pomáhať celoročne a udržateľne.

Ďakujeme tiež všetkým našim **podporovateľom a priaznivcom**, ktorých spätná väzba a reakcie osobne na stretnutiach či na sociálnych sieťach nám dávajú silné zážitky a veľkú motiváciu. Ďakujeme **inštitúciám, spoločnostiam a organizáciám, s ktorými si pomáhame a prepájame sa.**

Vďaka vám všetkým, čo vidíte dôležitosť a zmysel našej práce, môžeme pomáhať ľuďom s poruchami príjmu potravy znovu nájsť **chuť žiť.**

Účtovná závierka

Účtovná závierka bude doplnená počas roka 2026 po schválení Správnou radou združenia.



chut zit

