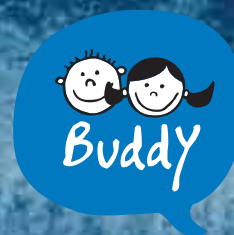


**Výročná  
správa  
2025**



DOBROVOĽNÍK RAZ TÝŽDENNE - PRIATEĽSTVO NA CELÝ ŽIVOT



# Milí BUDDY priatelia

Vyzerá, že to funguje...

Čítam príbeh Alenky a Kiky.  
„Vzťahy sa žijú.“  
„Byť... neodíť.“

Úprimne sa mi veľmi ťažko pridáva čo i len jedno slovo k tomu, čo Alenka a Kika povedali.

Čas spolu je láska. Láska je život.

Toto je BUDDY.

Čas.

Dobrovoľne, pravidelne, individuálne, dlhodobo.  
Trpezlivo, bezpečne, láskavo.

Úsmev v srdci.

Niekedy prechádzka v parku, inokedy len také obyčajné flákanie sa. Niekedy ťažké životné výzvy, inokedy radosť z novej brigády. Úplne čokoľvek.

Spolu na ceste životom. Tma je pomaly preč, kráčame v svetle.

Počuť a vidieť dieťa, ktoré nezažilo, aké je to byť tak naozaj videné, nesúdené, prijaté... také, aké je.

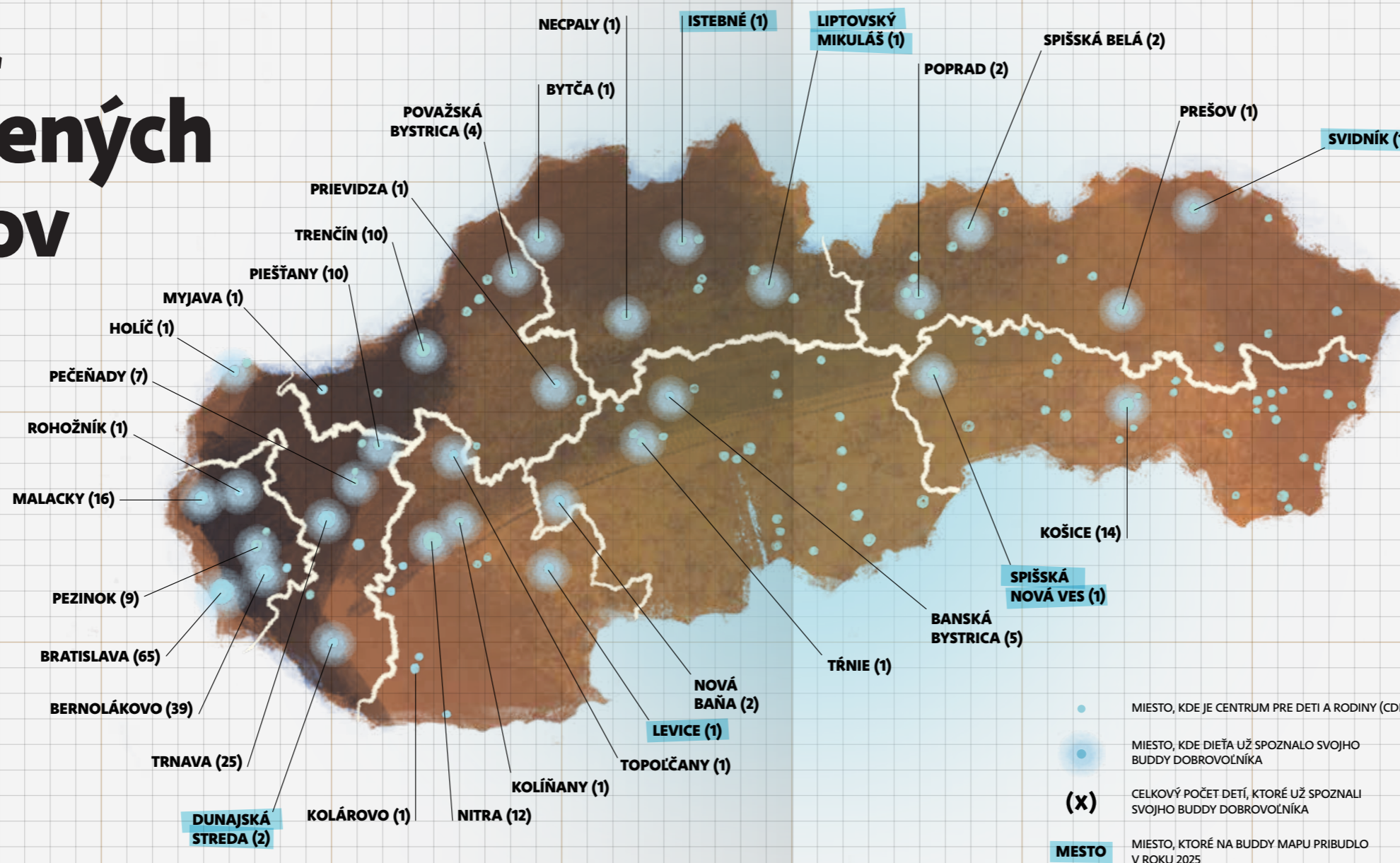
Takmer každý druhý týždeň sa vďaka celému BUDDY tímu, podarilo vytvoriť jeden nový vzťah. Taký, ako je ten Alenkin a Kikin. Ďakujeme vám. Za dôveru, za čas, za vaše dary, ktoré meníme na (ne)obyčajné vzťahy na celý život. Nás dospelých to učí pokore, deťom to umožňuje zažiť lásku, slobodne rozvinúť svoj potenciál a žiť svoj sen o živote.

Vďaka vám, priatelia, sa už 20 rokov môžeme stávať o trošku citlivejšími a vnímavejšími. Vďaka za plnenie snov, ktoré sme ani nevedeli, že máme.

So srdečným pozdravom,

Laci Kossár,  
zakladateľ

# Mapa zmenených životov



**240**  
detí

UŽ SPOZNALO SVOJHO BUDDY DOBROVOĽNÍKA

**128**  
dvojíc

BOLO V STAROSTLIVOSTI PROGRAMU V ROKU 2025

**24**  
detí

PRIBUDLO DO STAROSTLIVOSTI PROGRAMU V ROKU 2025

**35**  
centier

UŽ NADVIAZALO SPOLUPRÁČU S PROGRAMOM BUDDY

**1000**  
detí

STÁLE ČAKÁ NA SVOJHO BUDDY DOBROVOĽNÍKA

# Záujem o BUDDY dobrovoľníctvo

**10666**

záujemcov  
o dobrovoľníctvo

68%  
ZÁPADNÉ  
SLOVENSKO

**3339**

vážnych  
uchádzačov

15%  
STREDNÉ  
SLOVENSKO

17%  
VÝCHODNÉ  
SLOVENSKO

62%  
ZÁPADNÉ  
SLOVENSKO

**24**  
zapojených  
dobrovoľníkov

21%  
STREDNÉ  
SLOVENSKO

17%  
VÝCHODNÉ  
SLOVENSKO

73%  
ZÁPADNÉ  
SLOVENSKO

**11**  
dobrovoľníkov  
čakajúcich  
na zapojenie\*

9%  
VÝCHODNÉ  
SLOVENSKO

18%  
STREDNÉ  
SLOVENSKO



\*Dôvody pre doterajšie nezapojenie nových BUDDY dobrovoľníkov:

- nový BUDDY prešiel výberovým procesom a čaká na prepojenie s vhodným dietaťom zo svojho okolia
- odklad na strane novo nájdeného dobrovoľníka (rodinné alebo osobné dôvody)

Dobrovoľníkov sme sa spýtali:

# Prečo sa stať BUDDYm?

LEBO KEĎ DÁVAŠ,  
ŽIJEŠ INÝ LEVEL.

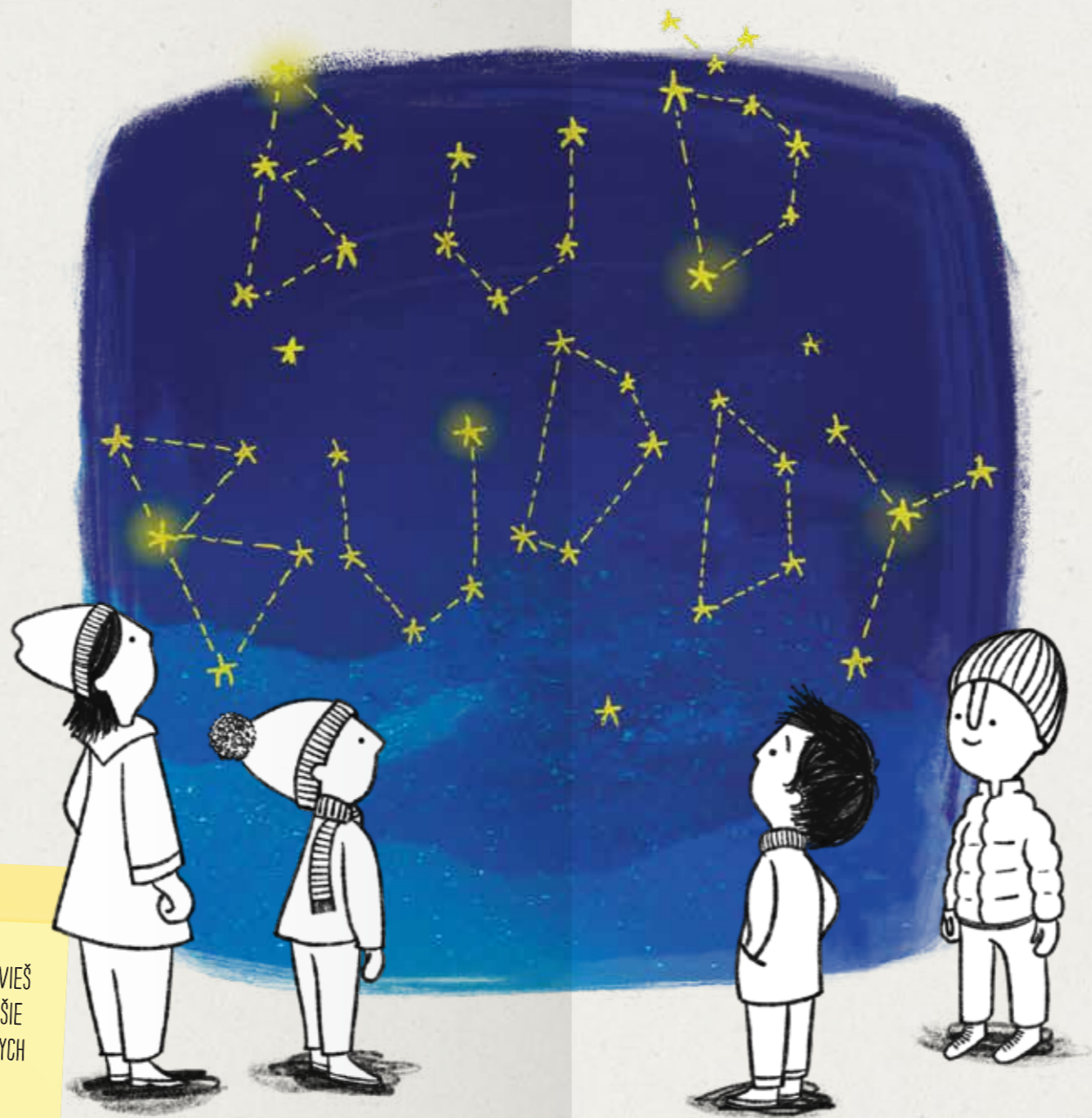
Jakub Matlák (36), Banská Bystrica  
BUDDY už viac ako 2 roky

ČLOVEK POCHOPÍ, ŽE TO, ČO JE PRE  
NÁS ŠTANDARD, JE PRE DETI Z ČR  
LUXUS. JE TO PREBUDENIE  
A ZÁROVEŇ VEĽMI VĎAČNÁ,  
DOBROSŔEČNÁ ČINNOSŤ.

Juraj Ferenczy (39), Trnava  
BUDDY už viac ako 5 rokov

PRETOŽE HODINU TÝŽDENNE VIEŠ  
STRÁVIŤ OVEĽA HODNOTNEJŠIE  
AKO SCROLLOVANÍM SOCIÁLNYCH  
SIETÍ.

Simona Bekečová (31), Trenčín  
BUDDY už viac ako rok



"KTO INÝ, KEĎ NIE TY? KEDY, KEĎ NIE  
TERAZ?" JE TO PRÍPRAVA NA  
RODIČOVSTVO AJ PARTNERSTVO.  
VEDIE K POROZUMENIU VLASTNÝM  
EMÓCIÁM AJ ZÁKLADOM PSYCHOLÓGIE.

Barbora Krajčovičová (32), Trnava  
BUDDY už viac ako 6 rokov

JE TO NÁROČNÉ.  
ALE STOJÍ TO ZA TO.

Tímea Hanko (30), Malacky  
BUDDY už 2 roky

JE TO TAKÁ NADSTAVBA  
ŠTANDARDNÉHO ŽIVOTA.

Katarína Ďurčanská (42), Malacky  
BUDDY už skoro 4 roky

BUDDY DOBROVOĽNÍCTVO  
BÚRA PŘESUDKY, OTVÁRA  
NOVÉ OBZORY A CELKOVO  
TÝM ROBI ČLOVEKA LEPIŠÍM.

Jitka Boldová (53), Považská Bystrica  
BUDDY už skoro 2 roky

SME ZOHRAŤÁ DVOJKA. CÍTIM SA S ŇOU  
NAJLEPŠIE ZO VŠETKÝCH. JE TO TAKÉ  
JEDINEČNÉ, ŽE TO ANI NEVIEM PRESNE OPISAŤ.  
Melánia (16)



ČAS S NÍM JE PRE MŇA DÔLEŽITÝ.  
Filip (15)

NÁŠ VZŤAH JE SUPER, PECKAI  
MOJA BUDDY MA PODPORUJE, DÁVA MI  
BEZPEČIE, LÁSKU, DOMOV, VŠETKO.  
Dominika (15)

Detí sme sa spýtali:

# Aký je váš BUDDY vzťah?

12

VÝNIMOČNÝ.  
Eliška (11)

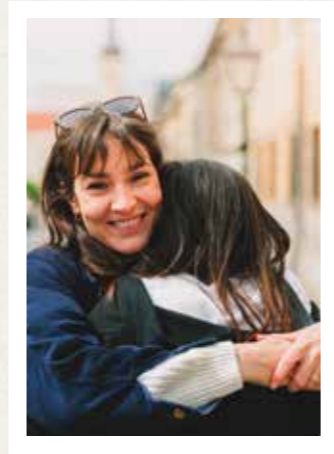
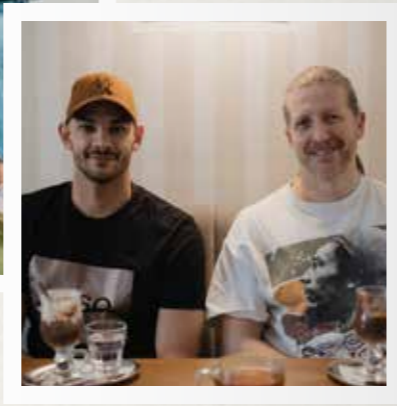


CÍTIM SA S ŇOU, AKOBY TO BOLA  
MOJA RODINA.  
Denisa (16)

MÁM POCIT, ŽE MA VYPOČUJE VIAC  
AKO OSTATNÍ DOSPELÍ.  
Katka (18)

NÁUČNÝ, ZÁBAVNÝ, RELAXAČNÝ.  
Šimon (15)

VEĽA SA ROZPRÁVAME.  
PRI NEJ SA CÍTIM,  
ŽE SOM TO NAOZAJ JA.  
Laura (14)



MÁME VEĽA SRANDY.  
MÁME VEĽA SPOLOČNÉHO.  
Katka (18)

NÁŠ VZŤAH JE VÝBORNÝ. NEHANBÍM SA  
HOCIČO PVEDAŤ, MŮŽEM HOVORIŤ O SVOJICH  
PROBLÉMOCH A ONA MA PODPORÍ.  
Silvia (17)

PODĽA MŇA VEĽMI STÁLY. JEDNA PRE DRUHÚ  
SME DÔLEŽITOU SÚČASŤOU NAŠICH ŽIVOTOV.  
UŽ SI NEVIEM PREDSTAVIŤ BYŤ BEZ NEJ.  
Vanda (15)

13

# BUDDY dobrovoľníci o deťoch

URČOVANIE SI HRANÍC  
DÔVERA, ŽE NIEKTO V NEHO VERÍ  
ZREÁLNIENIE OČAKÁVANÍ  
OD ŽIVOTA  
OSAMOSTATŇOVANIE  
ZMYSLUPLNÉ TRÁVENIE ČASU  
VEDOMIE  
VLASTNEJ HODNOTY  
ZODPOVEDNOSŤ

STRAVOVACIE  
NÁVYKY  
ODVAHA PRI KOMUNIKÁCI  
S CUDZÍMI ĽUĐMI  
ZVLÁDANIE ŠKOLY A DOCHÁDZKY  
FINANČNÁ GRAMOTNOSŤ



S čím potrebuje  
najviac pomôcť?

ZDIEĽANIE  
A REGULÁCIA  
EMÓCIÍ

SLOVNÁ  
ZÁSoba

NÁJSŤ ZMYSEL  
A CHUŤ DO ŽIVOTA

NEVZDAŤ SA  
PRI KOMPLIKÁCIÁCH

ZODPOVEDNOSŤ

VIAC SI VÁŽIŤ SEBA

PREKONAŤ SPORY  
S VYCHOVÁVATEĽKOU  
V CDR

VYTRVAŤ  
VO VZŤAHOCH

ZJEMNIŤ PREJAVY  
SPRÁVANIA V HNEVE

DÁVAŤ SI  
CIELE  
A  
NEVZDAŤ SA

ZDIEĽAŤ  
SVOJE  
POCITY  
A  
MINULOSŤ

NÁJSŤ SI  
PRÁCU

PRESTAŤ VIDIEŤ ČIERNO-BIELO

VERIŤ  
V LEPŠIU  
BUDÚCNOSŤ

POCHOPIŤ,  
ŽE TREBA ŠETRIŤ,  
VYTVARAŤ SI  
REZERVU

PREŽIŤ

NEBÁŤ SA OZVAŤ  
A POSTAVIŤ SA ZA SEBA

ZAČAŤ RIEŠIŤ  
ZDRAVOTNÉ  
PROBLÉMY

DOSIAHNUŤ  
POKROKY  
V ŠKOLE

OSMELIŤ SA  
V CUDZOM  
PROSTREDÍ

VERIŤ TROCHU VIAC  
DOSPELÝM ĽUĐOM

Čo sa mu podarilo  
(aj) vďaka tebe?



Kika vyrastala medzi detským domovom a náhradnými rodinami, ktoré jej síce dali strechu nad hlavou, ale nie vždy bezpečie. Neskôr prišiel život na ulici, neistota a pocit, že sa nemá kam vrátiť. Nemala domov. Jedného dňa zaklopala na dvere s igelitkou v ruke a poprosila o pomoc. Tento rozhovor je o tom, čo znamená, keď v živote človeka konečne niekto zostane. Navždy.

# Keď niekto konečne zostane

## 12-ročný príbeh Kiky a Aleny

**Kika, keď sa pozrieš späť na svoje detstvo – v detskom domove už ako trojmesačná, niekoľko náhradných rodín, kde vás bolo aj 22 detí v jednom "dome", množstvo sťahovania. Čo bolo pre teba na tom všetkom najťažšie?**

Tie presuny. To, že som nikde nezakorenila poriadne. Všade som bola len „na chvíľu“. A s tým ide ruka v ruku taký zvláštny pocit, že vlastne nikam nepatríš. Že si akoby medzi svetmi.

Ale najviac mi chýbala láska.  
Nie taká tá „formálna“, že sa o teba niekto postará.  
Ale tá obyčajná – že ma niekto objíme len tak.



Že ma má rád aj keď som protivná, aj keď robím chyby.  
A hlavne pocit bezpečia.

Že viem, že sa večer niekam vrátim a nič sa nezmení. To som nemala.

**Do programu BUDDY si sa dostala v momente, keď si bola na úplnom dne. Pamätáš si ten moment?**

Pamätám. Veľmi presne. Bola som na stanici. S nefungujúcim partnerským vzťahom a žiadnou budúcnosťou.

A zrazu mi to celé došlo.  
Že takto nechcem žiť.  
Že nechcem riešiť, kde budem spať, kto ma nechá prespať u seba, či budem mať zajtra čo jesť.  
A hlavne – že nechcem byť stále od niekoho závislá.

Tak som si do igelitky zbalila, čo som mala, a išla som. Normálne som zaklopala na dvere programu BUDDY, o ktorom som počula, že pomáhajú ľuďom ako ja. A povedala som im, že potrebujem pomoc.

A úprimne – ani som nevedela, čo čakať.

**Čo sa stalo potom?**

Začali veci riešiť hneď.  
Žiadne „ozveme sa“.  
Našli mi prácu v burgrárni\*, ktorá mi navyše ponúkla bývanie.

A možno ešte dôležitejšie bolo to, že mi v novej práci dali priestor robiť chyby. Ja som bola zvyknutá, že spravíš chybu a koniec.

Tu nie.  
Tu som mohla zlyhať a oni tam stále boli.  
A to bol pre mňa úplne nový pocit.

**Keď ťa prepojili s Alenkou, nebola si z toho nadšená. Prečo?**

Lebo som už nemala kapacitu na ďalšieho človeka. Mala som chaos v hlave aj v živote. Práca, bývanie, vzťahy. Všetko sa menilo naraz.

A do toho príde niekto nový a chce sa so mnou stretávať? Ja som si hovorila, že načo.

Mala som pocit, že to bude zase niekto, kto príde, vypočuje si ma, možno polutuje, bude mi radiť. A potom zmizne.

Bola som však vďačná programu BUDDY za to, ako mi pomohli naštartovať sa. Tak som ich nechcela sklamať. A stretávala som sa s Alenkou skôr z akejsi povinnosti.



**Alenka, ty si to však nevzdala, že? Aké boli tvoje BUDDY začiatky?**

Zo začiatku som to brala ako prirodzenú vec. Vedela som, že dôvera nepríde hneď. Ale keď to trvá mesiace, a ty cítiš, že ten človek tam vlastne nechce byť, tak to začneš spochybňovať. Chodievala som za ňou do práce raz za týždeň počas jej prestávok, takže nemala kam ujsť.

Po vyše pol roku však prišla aj fáza, keď som sa sama seba pýtala, načo to robím? Či ju týmto stretávaním skôr nezaťažujem.

Ale zároveň som mala pocit, že ju nemôžem len tak „pustiť“.  
Tak som sa rozhodla, že tu budem.  
Bez nejakého tlaku.  
Len tu budem.

**Zlom prišiel po vyše deviatich mesiacoch v čase Vianoc. Čo sa vtedy stalo?**

Pozvala som Kiku piecť medovníčky k nám domov. Bez očakávania. Párkrát už neprišla. Tak som ju, úprimne, už ani nečakala. A jedno ráno mi prišla správa, že sedí vo vlaku. Pamätám si ten pocit radosti a vzrušenia. Nevedela som sa jej dočkať. Vravela som si: „Aha... tak predsa.“

**Ako si to prežívala ty, Kika?**

Bolo to pre mňa veľmi cenné prísť k Alenke a cítiť, že ma s manželom prijali.

Takú, aká som.  
U nich doma.  
V bezpečí.  
A dôverujú mi.

Konečne sa akoby prelomili ľady.



**Čo sa zmenilo po tomto momente?**

Začala som Alenke viac veriť. Postupne. Pomaly. Ale už som ju nevnímala ako niekoho „zvonku“. Ako „divnú tetu“, ktorá za mnou z nepochopiteľných dôvodov chodí a zaujíma sa o mňa (smiech).

Začala byť súčasťou môjho života.  
A aj keď som to možno nepovedala nahlas, vedela som, že sa na ňu môžem obrátiť.

**Dnes sa poznáte už 12 rokov. Čím všetkým ste spolu prešli, Kika?**

Veľa sa toho za ten čas udialo. Dokončila som strednú školu – aj vďaka Alenke a jej veľmi silnej podpore. Pomohla mi v období, keď som to chcela vzdať. Bola tu, keď sa narodili moje deti. Keď som riešila vzťahy, bývanie. Ale najviac mi dala asi nový pohľad na život. Naučila ma tešiť sa z maličkostí. Asi to znie ako kliše, ale pre mňa to bola úplne nová vec. Ja som bola nastavená skôr na to, že všetko je zlé.

Že treba len prežiť.

A ona mi ukázala, že sa dá aj žiť a život si trochu viac užívať.

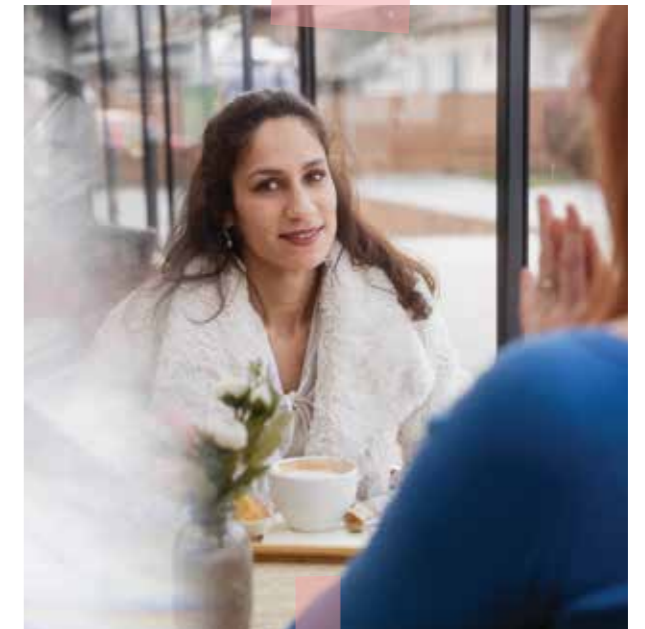
**Kika, premýšľala si niekedy nad tým, kde by si dnes bola, keby si vtedy nezaklopala na dvere programu BUDDY?**

Hmm, neviem. Veľa ľudí, s ktorými som vyrastala, skončilo na ulici, na drogách alebo vo väzení.

A úprimne – úplne tomu rozumiem.

Lebo keď si v sebe nesieš toľko bolesti a tráum z detstva, je strašne ťažké to ustať.

Aj ja sama na sebe cítim, že niekedy, často v interakcii s vlastnými deťmi, sa mi v hlave objavujú hrozné spomienky na detstvo a zlé zaobchádzanie, bolesť, strach. Ťažko sa o tom aj hovorí.



**Dnes si mama dvoch krásnych detí. Čo je pre teba vo výchove najdôležitejšie?**

Aby sa moje deti nebáli.  
Aby sa doma cítili bezpečne.  
Aby vedeli, že ich mám rada – aj keď spravia chybu.

Ja som si vlastne musela sama vytvoriť predstavu toho, aká chcem byť mama. Lebo som nemala z čoho čerpať. Skôr som vedela, čo nechcem robiť. A od toho sa odvíjam.

**Alenka, získala si krajské aj celoslovenské ocenenie Srdce na dlani. Ako to dnes vnímaš?**

Krajské ocenenie ma zaskočilo. Naozaj som ho nečakala. Cítila som to tak, že ja som iba naskočila do programu, ktorý niekto vymyslel a vydržala som v ňom dostatočne dlho.

Navyše som ocenenie vo svojom vnútri aj odmietala.  
Necítim sa totiž ako dobrovoľník.  
S Kikou mám dlhoročný vzťah.  
A za vzťahy sa predsa ocenenia nedávajú.  
Vzťahy sa žijú.



Pred národným kolom som premýšľala a začala som to chápať aj v inom kontexte. Ocenenie patrí všetkým, ktorí sa zaslúžili o to, že program BUDDY funguje a rozvíja sa. Som pre tento rok tvárou mnohých dobrovoľníkov, ktorí sa zapojili do programu tak ako ja. A bez Kiky, bez jej snahy žiť pekný a slušný život, by som tou tvárou nebola. A tak som zobrala Kiku do Prešova na udeľovanie cien. Ani jedna z nás netušila, že porota sa rozhodne pre mňa. Dôležité bolo zažiť pekný večer a spoločný výlet.

**Kika, čo podľa teba deti z detských domovov najviac potrebujú?**

Nieкого, kto tu pre nich je a aj pri nich zostane.  
To je celé.

Nemusí im radiť.  
Nemusí ich zachraňovať.

Stačí, že príde. A príde znova.  
A neodíde.

Autorka - Simona Lučkaničová  
Fotografie - Paulína Ščepková

Poznámka: \* Občianske združenie PRO VIDA v tom čase poskytovalo aj rôzne formy priamej pomoci mladým z CDR. Dnes už sa sústreďuje výlučne na vznik a budovanie vzťahu dieťaťa s dobrovoľníkom cez program Tvoj BUDDY.

# Ako to vidia Centrá pre deti a rodiny?

„DETI V CDR ČASTO ZAŽILI VEĽA ZMIEN A SKLAMANÍ.

JEDEN KONZISTENTNÝ DOSPELÝ, KTORÝ ICH PODPORUJE BEZ OHĽADU NA OKOLNOSTI, IM POMÁHA BUDOVAŤ DÔVERU V SEBA AJ V OSTATNÝCH. SPOLOČNÉ AKTIVITY A ROZHOVORY POMÁHAJÚ DEŤOM ZÍSKAVAŤ NOVÉ ZRUČNOSTI, ROZVÍJAŤ SAMOSTATNOSŤ A LEPŠIE SA ORIENTOVAŤ VO SVETE MIMO CDR.

BUDDY MÔŽE BYŤ DÔLEŽITÝM PRÍKLADOM ZDRAVÝCH MEDZIĽUDSKÝCH VZŤAHOV, KOMUNIKÁCIE ČI RIEŠENIA PROBLÉMOV. VAŠA PRÁCA MÁ SKUTOČNÝ DOPAD NA ŽIVOTY DEŤÍ AJ DOBROVOĽNÍKOV.

JE VIDIEŤ, ŽE PROGRAM NESTOJÍ LEN NA AKTIVITÁCH, ALE NAJMÁ NA ĽUĎOCH, KTORÍ DO NEHO VKLADAJÚ SRDCE, ČAS A TRPEZLIVOSŤ. VÁŽENÍM SI VZŤAHU MEDZI DIEŤAŤOM A BUDDYM PODPORUJETE NIEČO, ČO MÔŽE PRE MNOHÉ DETI PREDSTAVOVAŤ ZLOMOVÝ BOD V ICH ŽIVOTE.

PRAJEM VÁM VEĽA SÍL, DOBRÝCH NÁPADOV A ROVNAKÉ ODHODLANIE, AKÉ DO PROGRAMU VKLADÁTE DNES. VAŠA PRÁCA MÁ ZMYSEL A JE TO VIDIEŤ.“

PhDr. Ladislav Župčán, PhD.  
CDR Nitra

# 100%

Centrá, ktoré s nami majú skúsenosť, odporúčajú spoluprácu s programom BUDDY aj ostatným.



# Rastiem vd'aka priateľstvu



**100%**  
DEŤÍ

má so svojim BUDDY dobrovoľníkom **super rozhovory**

**98%**  
DEŤÍ

cíti, že BUDDY dobrovoľníkovi **na ňom/nej záleží**

**98%**  
DEŤÍ

povedalo, že sú si so svojim BUDDY dobrovoľníkom **blízki**

**95%**  
DEŤÍ

má pocit, že sa na svojho BUDDY dobrovoľníka môže **vždy spoľahnúť**

**91%**  
DEŤÍ

sa od svojho BUDDY dobrovoľníka **veľa naučilo**

**100%**  
DEŤÍ

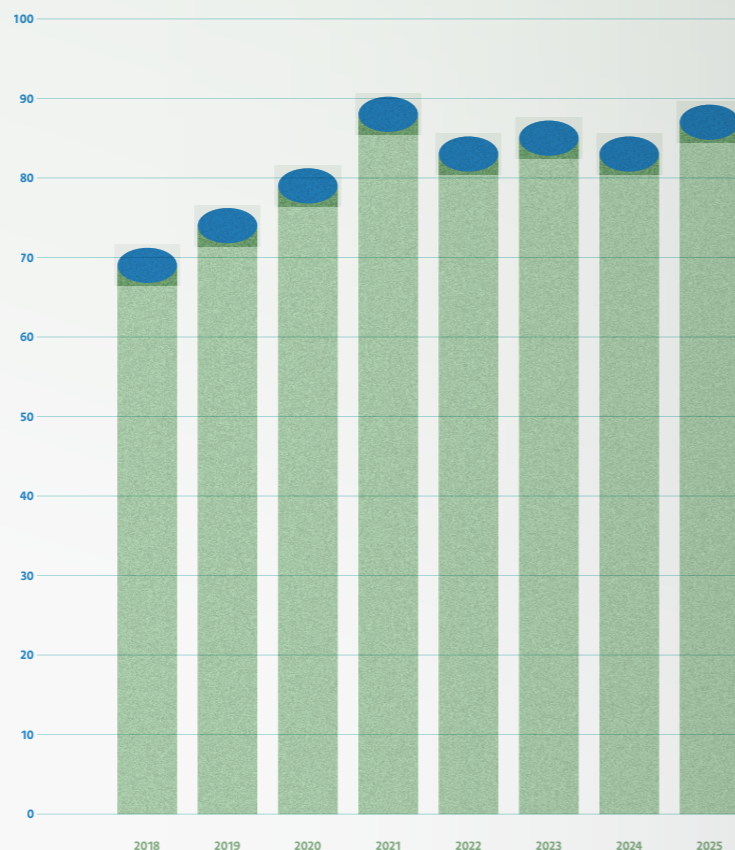
povedalo, že ich BUDDY dobrovoľník **robí šťastnými**

Vedecký prístup:

# Meranie kvality vzťahu

## Preskripcia (absencia preskripcie)

Skóre, ktoré hovorí o tom, do akej miery **dieťa vníma dobrovoľníka ako nepoučujúceho a rešpektujúceho jeho vlastný pohľad**. Tento indikátor je kľúčový, pretože nízke skóre by znamenalo vyššiu mieru poučovania zo strany dobrovoľníka, a teda menej prijímajúci prístup, čo by mohlo ublížiť vzťahu s dieťaťom. Vysoká a rastúca úroveň tohto ukazovateľa znamená, že **BUDDY vzťahy vytvárajú priestor pre prínos a pozitívny vplyv na deti**.



### PRESKRIPCIA

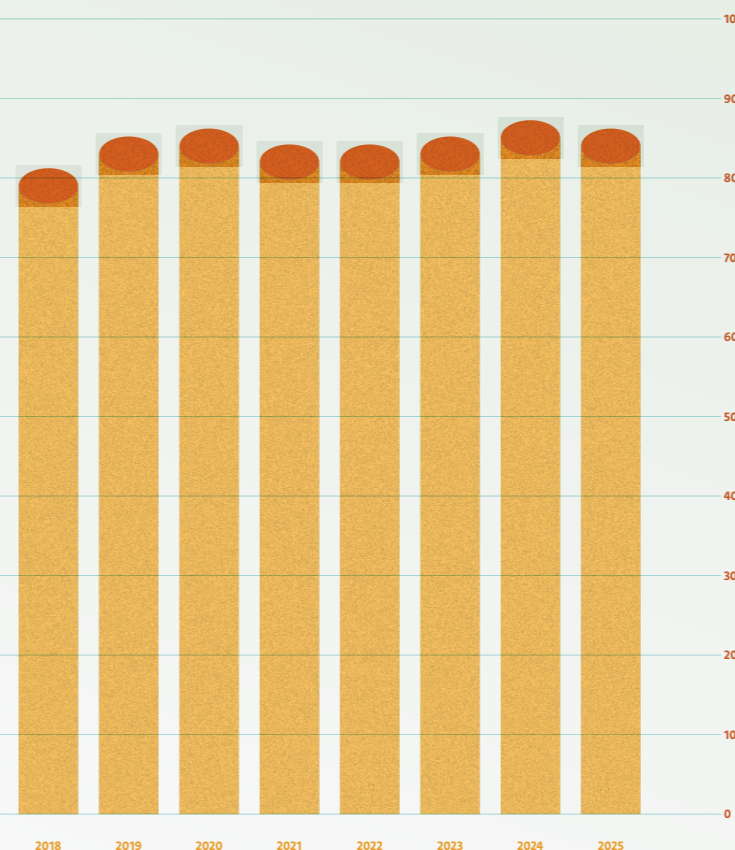
DO AKEJ MIERY MÁ DIEŤA POCIT, ŽE JEHO DOBROVOĽNÍK NIE JE PRÍLIŠ PRESKRIPTÍVNY (POUČUJÚCI).

Kvalitu vzťahov v rámci programu monitorujeme prostredníctvom štandardizovaných nástrojov, ktoré boli vyvinuté Applied Research Consulting (ARC) v spolupráci s University of Pennsylvania (USA).

**Pravidelne a podrobne sledujeme spokojnosť vo vzťahu z pohľadu dieťaťa aj dobrovoľníka a prínos vzťahu z pohľadu vychovávateľov v CDR.**

Dáta potvrdzujú, že v rôznych aspektoch kvality vzťahu udržiavame podobné alebo vyššie skóre ako v roku 2018, kedy výsledky nezávislého hodnotenia ARC potvrdili, že **BUDDY program vytvára a udržuje silné vzťahy, vďaka čomu je možný rozvoj dieťaťa**.

Minimálne skóre nie je stanovené, cieľ je udržiavať úroveň alebo ju podľa možností zvyšovať smerom k 100.



### VZŤAHOVÁ KVALITA

DO AKEJ MIERY SA DIEŤA CÍTI ŠŤASTNÉ A SPOKOJNÉ VO VZŤAHU, MÁ POCIT BLÍZKOSTI S DOBROVOĽNÍKOM (KOMPOZITNÉ SKÓRE).

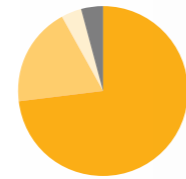
## Vzťahová kvalita

Skóre, ktoré hovorí o **spokojnosti dieťaťa vo vzťahu s dobrovoľníkom a pocite blízkosti, ktorý s ním zažíva**. Dlhodobo stabilná úroveň skóre nad 80 bodov potvrdzuje, že **program BUDDY udržiava vysokú kvalitu BUDDY vzťahov** aj pri rozrastaní sa do nových regiónov.

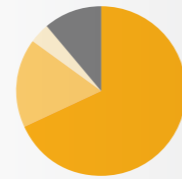
Zdroj: Interný prieskum so štandardizovaným dotazníkom pre deti Youth Mentoring Survey, 2025 (55 odpovedí)

# Zmeny, ktoré vnímajú deti:

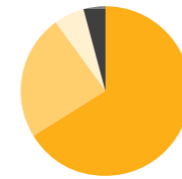
Odkedy mám BUDDYho, v mojom živote sa zmenilo...



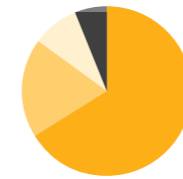
MÁM NIEKOHO, S KÝM SA CÍTIM BEZPEČNE



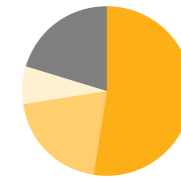
MÁM NIEKOHO, KTO MI POMÁHA



MÁM ŠANCU ZAŽIŤ A ROBIŤ NOVÉ VECI



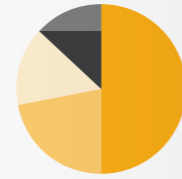
MÁM NIEKOHO, NA KOHO SA MÔŽEM SPOĽAHNÚŤ



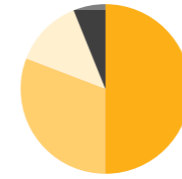
ZLEPŠILO SA MI SPRÁVANIE



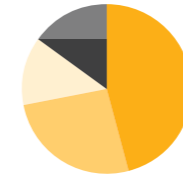
ZLEPŠILO SA MI DUŠEVNÉ ZDRAVIE



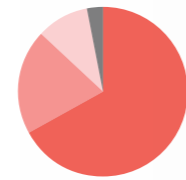
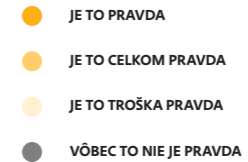
NECÍTIM SA SÁM/A



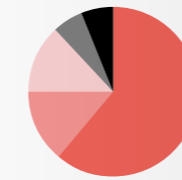
MÁM INÝ POHĽAD NA SVET



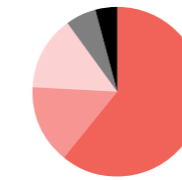
SOM ZODPOVEDNEJŠI/A



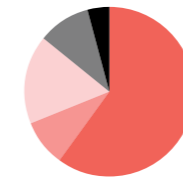
MÁ ŠANCU ZAŽIŤ A ROBIŤ NOVÉ VECI MIMO CDR



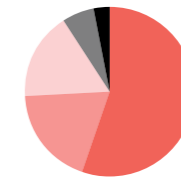
CÍTI, ŽE NA ŇOM/NEJ ZÁLEŽÍ



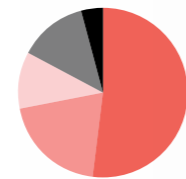
MÁ OPORU, VZOR V ŽIVOTE



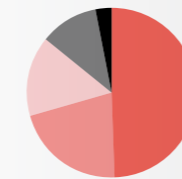
NECÍTI SA SÁM/A



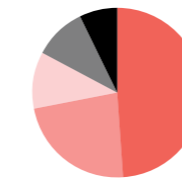
MÁ MOTIVÁCIU ROBIŤ VECI



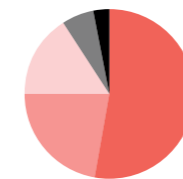
ŠIRŠIE SOCIÁLNE KRUIHY MIMO CDR



VYŠŠIA SEBADŔVERA A SEBAVEDOMIE



LEPŠIE PRAKTICKÉ ZRUČNOSTI A UČENIE



VÄČŠIA OTVORENOSŤ A SCHOPNOSŤ KOMUNIKOVAŤ SVOJE POTREBY



# Zmeny, ktoré vnímajú CDR:

Vďaka BUDDYmu sa v živote dieťaťa zmenilo...

# BUDDY Day 2025

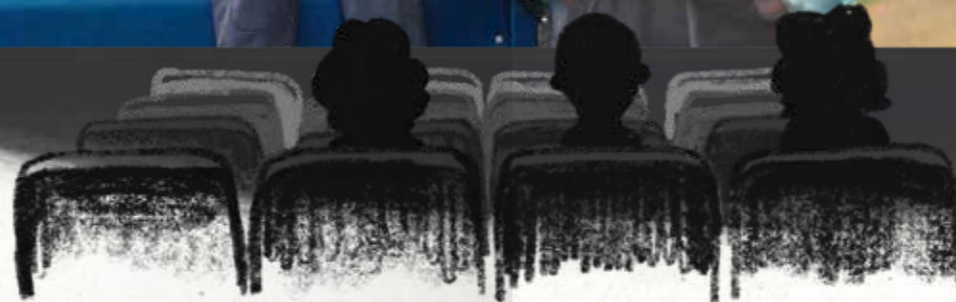
BUDDY komunita sa stretla v rozkvitnutej záhrade pod Smolenickým zámkom a užili sme si deň plný slnka, zábavy a pohybu. Prijali sme športovú výzvu v štýle letnej olympiády, pri prehliadke areálu Včeloviny sme sa niečo nové naučili a domov sme si odniesli spomienku vo forme vlastnoručne vyrobených sviečok z včelieho vosku.

**Byť súčasťou BUDDY znamená nebyť na to sám – znamená to patriť do partie, ktorá drží spolu a dáva zmysel.**



# BUDDY v kine LUMIÉRE

Na špeciálnom premietaní filmu DJ Ahmet sme sa venovali témam priateľstva, zamilovanosti a slobody. Ale aj strate, bolesti a bezmocnosti. Rozoberali sme, ako trauma, očakávania a spoločenské normy ovplyvňujú život mladých ľudí a ich schopnosť nachádzať vlastnú cestu.

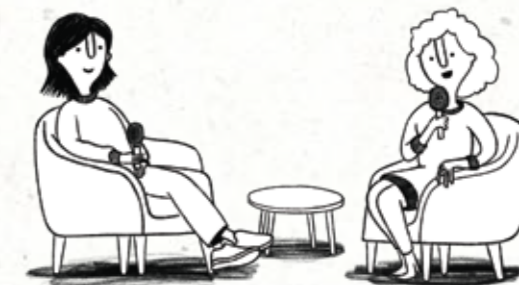


V závere roka 2025 sme sa spojili s Asociáciou slovenských filmových klubov a v bratislavskom kine Lumiére sme diskutovali o detstve, dospievaní, traume a spôsoboch vyrovnávania sa so stratou blízkej osoby.

Film DJ Ahmet je nám blízky svojim pulzujúcim a citlivým príbehom o dospievaní, hľadaní seba samého a odvahe vykročiť mimo hraníc, ktoré nám určuje rodina či spoločnosť.

Po premietaní filmu nasledovala moderovaná diskusia s veľkou filmovou fanúšičkou Zuzkou Zimovou, ktorú poznáte ako odbornú garantku programu BUDDY, odborníčku na teóriu vzťahovej väzby a život detí vyrastajúcich v inštitúcii. Podrobnejšie v nej rozobrala príbeh hlavnej postavy – tínedžera, ktorý žije iný život než jeho rovesníci, no zároveň prežíva rovnaké radosti a starosti ako oni.

Film DJ Ahmet získal na Filmovom festivale Sundance Cenu publika v sekcii Svetový film – dráma a Zvláštnu cenu poroty za kreatívnu víziu v sekcii Svetový film – dráma. A z 31. MFF Art Film Košice si odniesol tri ceny.



**Nie všetky deti majú rovnaký príbeh,  
ale všetky si zaslúžia byť vypočuté.**

# BUDDY × Človečina

Komunikačné hry Človečina už roky pomáhajú ľuďom spoznať sa vo vzťahoch, byť si bližšie a rozprávať sa viac.

**Pre tvorbu novej verzie pre tínedžerov si Daniela Choma a Alexandra Hollá vybrali, ako partnerov a odborníkov na duše dospelých, psychologičky z programu BUDDY a vzdelávaciu organizáciu DASATO.**

V BUDDY sme pri tvorbe otázok dbali na to, aby pomohli citlivo otvárať rešpektujúce rozhovory – aj o ťažkých témach a bezpečný priestor, v ktorom sa človek nemusí báť zdieľať, ani keď nesie veľké zranenia (ako mnoho detí v programe BUDDY).

Veríme, že princípy, ktoré pomáhajú našim dobrovoľníkom budovať otvorený, prijímajúci vzťah s ich BUDDY deťmi, dokážu podporiť každého, kto siahne po Človečine s úprimným cieľom porozumieť mladej duši.



# BUDDY v médiách



BUDDY SILVIA OROSOVÁ  
A KOORDINÁTORKA MIŠKA VALUŠOVÁ  
V RÁDIU REGINA



BUDDY ALENA MAZÁNOVÁ A KIKA  
V RÁDIU EXPRES



BUDDY DOBROVOĽNÍCI V RANNEJ SHOW



SKETCH BROS V RÁDIU EURÓPA 2



KIKA V MAGAZÍNE  
ROMANO FÓRUM DENNÍKA N



BUDDY MATÚŠ STRAČIAK  
V RELÁCII INKOGNITO  
NA TV JOJ

Vzdelávať nestačí. Zakladateľ  
programu BUDDY o tom, ako  
vzťahy menia osudy detí z  
detských domovov



LACI KOSSÁR  
V MAGAZÍNE SRDČOVKY NADÁCIE VÚB

BUDDY SIMONA PROCHÁČKOVÁ  
A LINDA V SÓDA MAGAZÍNE



Najskôr ju naučila jesť paradajkovú  
polievku, ona potom pochopila, čo  
znamená blízkosť. Simona a Linda  
si vybudovali priateľstvo, ktoré  
pretrvalo, lebo mnohokrát  
uprednostnili porozumenie  
pred egom

Nájsť si dobrého kamaráta či kamarátku v dospelosti je raritné -  
a udržať si priateľstvo je ešte väčšia „makačka“.



BUDDY BEA TIBENSKÁ  
V REPORTÁŽI NA TV JOJ



LUCIA KOSSÁROVÁ NA KONFERENCII  
"SAMOSTATNE, ALE NIE SAMI"



ORGANIZÁTOR - HLAVNÉ MESTO SR BRATISLAVA

[www.tvojbuddy.sk/buddy-v-mediach](http://www.tvojbuddy.sk/buddy-v-mediach)





„NAOZAJ AŽ TERAZ VNÍMAM, AKÉ ŠTASTIE MAJÚ MOJE DETI. NEMYSLÍM SI, ŽE BY SOM SI TO UVEDOMOVALA DO TAKEJTO MIERY, KEBY SOM SA NESTÝKALA S DEŤMI, KTORÉ TAKÉ ŠTASTIE NEMALI. V TOMTO MA BUDDY PROGRAM VEĽMI SCITLIVEL.“

NIKTO SKUTOČNE NEROZHODUJE O TOM, DO AKEJ RODINY SA NARODÍ. DO AKÝCH PODMIENOK. AKÝM RODIČOM. A TO JE STRAŠNE NEFÉR.“

**Bea Tibenská (35)**, Bratislava  
5 rokov v programe BUDDY

# BUDDY blog

MY SI ANI NEDOKÁŽEME PREDSTAVIŤ, AKO SÚ TIE DECKÁ DORÁŇANÉ, ČO VŠETKO SI SO SEBOU NESÚ. AJ TU VŠAK NA KONCI DŇA PLATÍ, ŽE MÔŽEME DAŤ RADU, ALE NEPREBERÁME ZODPOVEDNOSŤ.“

**Daniel Urban (46)**, Bratislava  
7 rokov v programe BUDDY



„VŽDY SOM JEJ VEĽMI VERILA A PODPOROVALA SOM JU, ABY TO, PO ČOM TŮŽI, NEVZDALA, LEBO NA TO MÁ. SPOLU SME BUDOVALI JEJ SEBAVEDOMIE. ZÁROVEŇ JE VŠAK PRAVDA, ŽE JE SÚČASŤOU NAŠEJ RODINY, A VNÍMA, ŽE VĎAKA DRAVOSTI A TVRDEJ PRÁCI ČI UŽ MOJEJ ALEBO MANŽELOVEJ, MÁME TO, ČO VIDÍ OKOLO. ŽE SA DÁ ŽIŤ AJ INAK.“

**Magdaléna Zahoranová (43)**, Kolárovo  
8 rokov v programe BUDDY

[www.tvojbuddy.sk/blog](http://www.tvojbuddy.sk/blog)



# Naše plány pre rok 2026

40

30



**NOVÝCH  
DETI**

spozná svojho  
BUDDY dobrovoľníka

140



**AKTÍVNYCH  
VZŤAHOV**

dostane našu celoročnú  
odbornú podporu

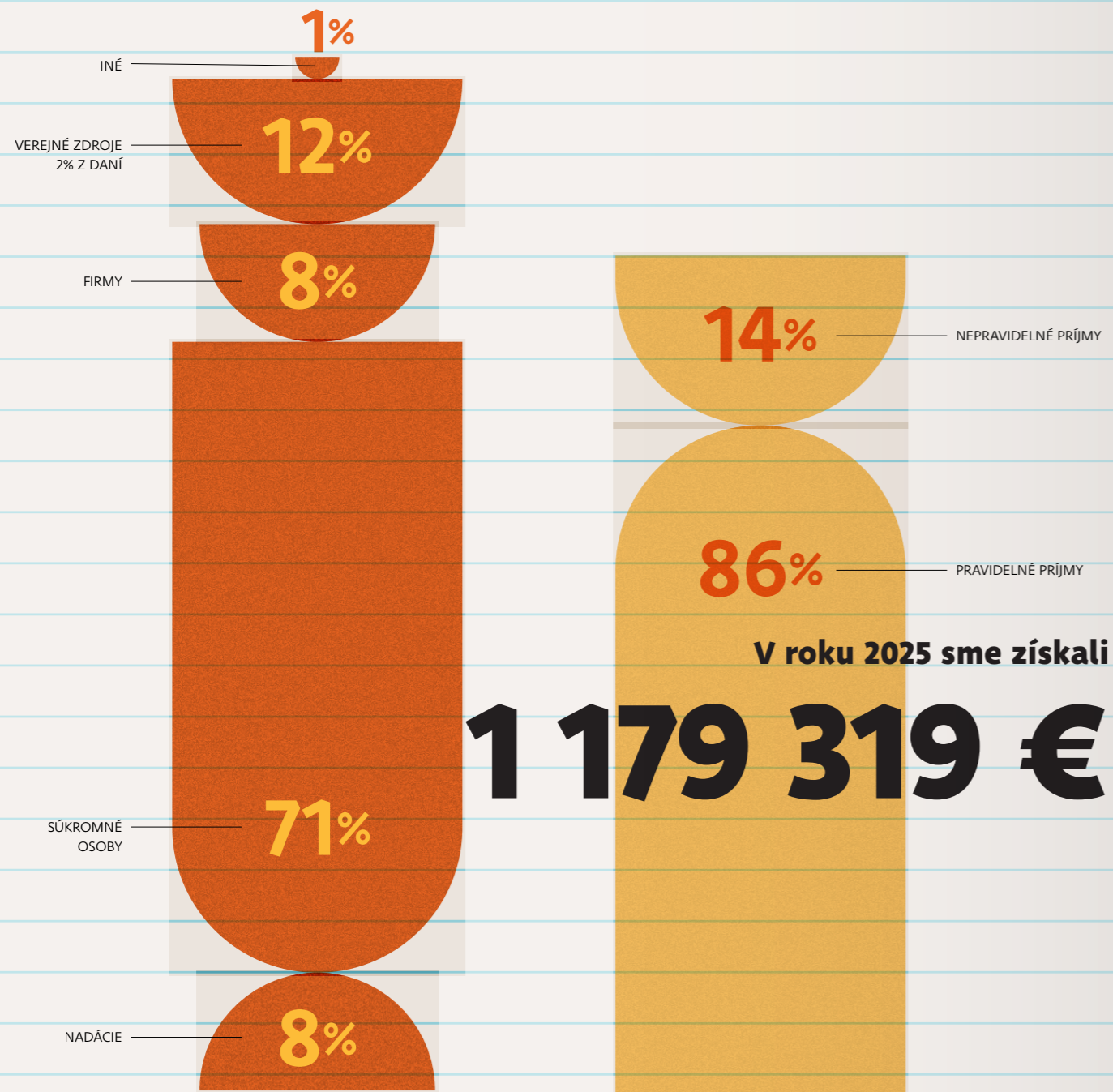
5

**ĎALŠÍCH  
MIEST**

pribudne na BUDDY  
mape Slovenska



41



### Rozpočet v roku 2025

**1 130 496 €**



# ĎAKUJEME

- 240 BUDDY DOBROVOĽNÍKOM
- TAKMER 500 INDIVIDUÁLNYM A FIREMNÝM PODPOROVATEĽOM
- 35 SPOLUPRACUJÚCIM CDR
- INTERNÉMU BUDDY TÍMU A EXTERNÝM SPOLUPRACOVNÍKOM
- VŠETKÝM PRIAZNIVCOM A ŠIRITEĽOM MYŠLIENKY BUDDY



## FIREMNÁ A NADAČNÁ PODPORA

NADÁCIA VÚB

VGP  
FOUNDATION

CRESCO  
REAL ESTATE

Unilabs



EY

gaardwark



TB  
TATRA BANKA

Férová  
Nadácia O<sub>2</sub>

slovanet

„Ak chceš ísť rýchlo, choď sám.  
Ak chceš ísť ďaleko, choďte spolu.“

Africké príslovie

# Vážime si, že ste s nami

Facebook Tvoj Buddy

Instagram tvojbuddy

LinkedIn Tvoj Buddy

[www.tvojbuddy.sk](http://www.tvojbuddy.sk)

Občianske združenie PRO VIDA  
Strážna 11  
831 01 Bratislava

ičo: 37 927 051

IBAN: SK32 0900 0000 0051 4724 3608



The background is a watercolor-style illustration. The top half is a light, pale blue sky. Below the sky is a horizontal band of light blue representing water. The bottom half of the image is a dark, textured blue landmass or island. The overall style is soft and painterly.

**everybody  
needs  
someBUDDY**