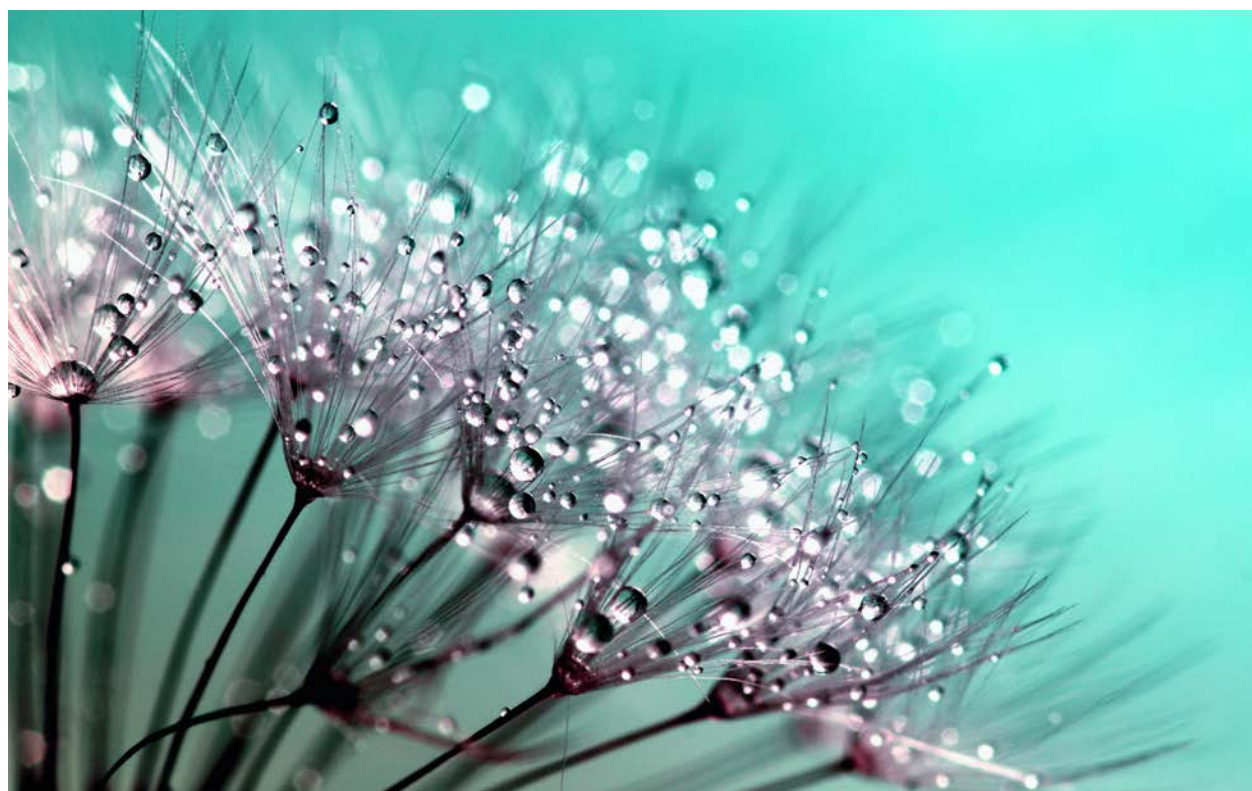


Dlouhá cesta

Výroční zpráva 2022



Pomáháme rodinám, v nichž zemřelo dítě



Ředitelka:

od 14.09.2022 **Zdenka Volavá** (do 14.09.2022 Martina Hráská)

Sídlo:

nám. Republiky 286/22, 591 01 Žďár nad Sázavou

Poslání:

Podpora a pomoc rodinám, v nichž zemřelo dítě/potomek v jakémkoli věku a z jakékoli příčiny.

Poradenství
Svépomocná setkání
Vzpomínkové akce

Web a síť:

www.dlouhacesta.cz

Facebook: Dlouhá cesta

Kontakt:

dlouhacesta@dlouhacesta.cz

T. +420 606 764 762

Úvodem

Něco starého končí, něco nového začíná...

V roce 2022 proběhla v Dlouhé cestě zásadní změna, když se kompletně vyměnilo celé vedení spolku a organizace přesídlila z Prahy na Vysočinu, do Žďáru nad Sázavou.

Začátkem roku oslovila zakladatelka a ředitelka Dlouhé cesty Martina Hráská svou kolegyni dobrovolnici Zdenu Volavou, aby po ní převzala vedení organizace. Po několika měsíčním váhání Zdena souhlasila a od léta začalo předávání.

Na konci června se sešla stávající rada spolku ve složení Martina Hráská, Bibiana Wildnerová a Iveta Coufalíková, s nově vznikající radou ve složení Zdenka Volavá, Lucie Burdová a Jana Horáková. Dámy se daly do práce a začaly uskutečňovat první kroky ke změně. Od svolání valné hromady, kde došlo k hlasování, přes předání veškeré agendy, přepisy ve veřejných rejstřících, přestěhování kanceláře, až po první akce již s novou ředitelkou. Všechno se dělo na pozadí stálého plnění poslání, a sice pomoc pozůstalým rodinám. Poradenství ani akce pro klienty Dlouhé cesty nebylo přerušeno, vše dál běželo a poradna fungovala.



Nové vedení spolku: zleva Lucie, Zdena, Jana

POSLÁNÍ

Pomáháme rodičům, kterým zemřelo dítě **v jakémkoli věku a z jakékoli příčiny**. Naše pomoc je přístupná i všem ostatním členům rodiny. Zároveň podporujeme osvětu laické i odborné veřejnosti v tématu péče o pozůstalé rodiny.

Naše pomoc a podpora je **bezplatná**. Je dostupná v **jakémkoli časovém horizontu** od ztráty dítěte.

Ke každé pozůstalé matce, ke každému pozůstalému otci či dalšímu rodinnému příslušníkovi, přistupujeme s respektem k jedinečnosti jeho životního příběhu.

VIZE

Provázíme rodiče procesem zármutku nad ztrátou dítěte. Hledáme cesty, jak být pozůstalým rodinám nablízku, proto vytváříme síť dobrovolníků po celé České republice, aby byla naše pomoc okamžitě dostupná. Pečujeme o naše dobrovolníky a vzděláváme je v oblasti poradenství pro pozůstalé, aby se mohli stát oporou rodičům, jako jsou oni sami. Ve spolupráci s dobrovolníky organizujeme vzpomínkové akce, svépomocné skupiny a poskytujeme individuální podporu a pomoc. Poznali jsme, že pro sdílení zármutku je pro nás důležitá autenticita a vlastní zážitek, proto jsou našimi poradci pouze rodiče (a dospělí sourozenci), kteří prožili úmrtí svého dítěte (sourozence).



Chceme být nositeli informací o problematice smrti dětí, která zůstává veřejnosti stále skrytá. Tím zůstává skrytá, a tudíž nedostatečná, také podpora pozůstalých rodin. Svou činností se snažíme to změnit a přispívat k osvětě laické i odborné veřejnosti, informovat úřady, firmy a instituce, aby dokázaly nasměrovat rodiče, jimž zemřelo dítě, k nám pro pomoc.

Projekty

Poskytnutí podpory rodinám by nebylo možné bez dárců. Jako nezisková organizace, která je nezávislá na státu, na církvi či politických subjektech, zůstáváme závislí na pomoci od nadací, od firem a od jednotlivých dárců. Těmi jsou naši členové, příznivci a další dobrodinci. Dary od

vás všech přijímáme s vděčností a s vědomím, že nejsou samozřejmostí. Nakládáme s nimi se závazkem odpovědného hospodaření.

Díky finančním příspěvkům můžeme realizovat celou řadu projektů, jež pomáhají pozůstalým rodinám.

□ Nejste sami

Hlavním pilířem naší činnosti je osobní setkávání. Pozůstalé rodiny potřebují vědět, že nejsou sami ve své situaci, že existují další rodiče s bolestnou zkušeností ztráty vlastního dítěte. S naší laickou poradkyní se mohou setkat rodiče ve všech regionech České republiky.

Projekt funguje jako dobrovolnický. Vyškolení laičtí poradci působí v místě svého bydliště. Vše koordinuje členka rady Jana Horáková. Jakmile přijde poptávka po poradenství např. z Brna, osloví koordinátorka místní poradkyně a zeptá se na jejich možnosti. Potom propojí pozůstalou rodinu s naší poradkyní a ti se osobně potkávají nebo si píšou, příp. se propojí online.

Forma laického poradenství se nám dlouhodobě osvědčuje jako výborný nástroj podpory. Setkají-li se dvě matky, jimž zemřelo dítě, mnohdy si porozumí i beze slov. Emoce jsou na takových schůzkách samozřejmostí a průvodkyně je nápomocná v procesu zármutku.

V roce 2022 jsme měli 22 aktivních laických poradců (21 žen a 1 muž), do projektu se nám přihlásilo 5 nových zájemkyň, které v prosinci 2022 prošly psychologickým testováním a pohovorem.



Pro všechny laické poradce jsou určeny pravidelné supervize, které pořádáme 2x ročně. Jednodenní v Praze na jaře a třídní (víkendové) supervizní setkání na podzim, v areálu tábora J. A. K. v Bělči nad Orlicí.

Poradenství pro pozůstalé

Cílem je dlouhodobé, odborné, kontinuální poradenství pro pozůstalé rodiče a další blízké osoby. Poradnu v Praze předala Martina Zdeně a Lucce, které od září provázely 4 předané klientky a postupně přibraly další. Celkem bylo dlouhodobě podpořeno 52 rodin.

Forma podpory je nejčastější osobní kontakt. Dalšími formami jsou online setkávání, emailová komunikace a telefonická podpora. V rámci poradny byly realizovány také tři krizové intervence.

Celoročně poradnu finančně podpořila **Nadace JT**.

Svépomocné setkání

Rodiče, kteří se mají možnost potkat s jinými rodiči a sdílet s nimi své příběhy ztráty, se učí žít se svým velkým břemenem. Setkání poskytují bezpečný prostor, otevřenou atmosféru a možnost uvolnit emoce. Často zde rodiče navazují nová přátelství.

Setkání proběhla v roce 2022 v těchto městech: Praha, Brno, Ostrava, Žďár nad Sázavou, Zlín, Černilov u Hradce Králové. Na některých opakovaně.

Proběhlo také jedno online setkání dospělých pozůstalých sourozenců.



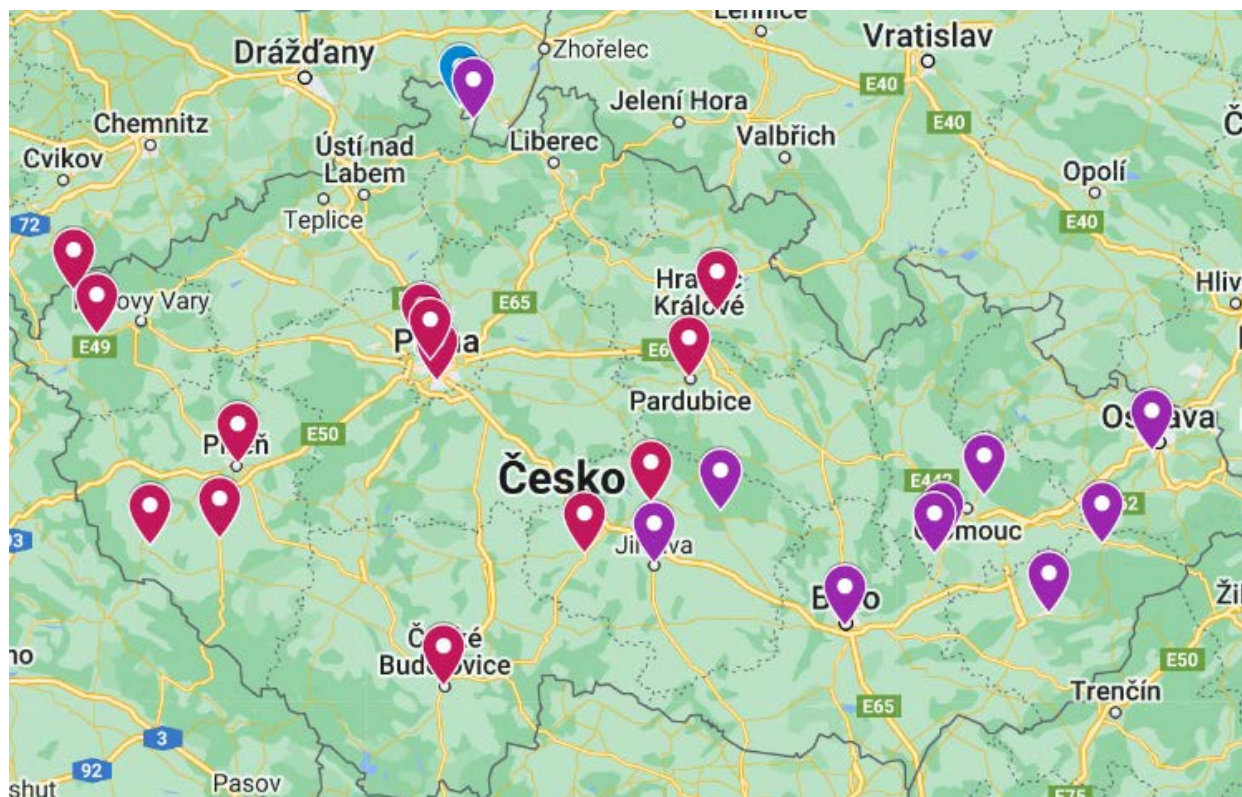
Zapalme svíčku

Jde o vzpomínkovou akci, o kterou je mezi pozůstalými velký zájem. Především proto, že jsou setkání anonymní, přijít může opravdu každý, kromě rodiny dítěte také kamarádi, známí.

Kromě poradců Dlouhé cesty pořádají akci také spolupracující organizace. Vzpomínka se koná každoročně druhou nedělí v prosinci, kdy je Světový den památky zesnulých dětí. V roce 2022

se vzpomínka konala na 23 místech po celé České republice. Osobní účast se tak významně přiblížila všem zájemcům, každý si našel místo konání v blízkosti svého bydliště.

Na různých místech má vzpomínka různou podobu. Někde je spojena s pěveckým koncertem, jinde s recitací, onde jenom v tichu zapalují svíčky. Pro všechny rodiče je symbolika zapalování svíčky za jejich děti důležitá a podpůrná.



Barevný anděl

Jde o projekt, ve kterém podporujeme pozůstalé sourozence. Přispíváme k proměně sourozeneckých pokojíčků - prostředí, ve kterém sourozenci žili společně a které tuto smutnou událost připomíná. Smyslem projektu je nejen proměna samotná, ale i udržení vzájemné komunikace mezi sourozenci a rodiči.

Na proměnu pokojíku poskytujeme částku až **30.000 Kč**. Částka může být využita např. na novou výmalbu, nábytek či jiné vybavení.

Podmínky k účasti v projektu:

- Věkový limit žijícího sourozence 3 - 18 let.
- Doba od úmrtí sourozence 1 měsíc až 3 roky.
- Sourozenci žili v době úmrtí ve společné domácnosti.



V roce 2022 jsme realizovali čtyři proměny pokojíčků.

Projekt Barevný anděl finančně podpořila **Nadace J a M Stašových** při firmě FA RENE a. s., a to poskytnutím prostředků na proměnu čtyř dětských pokojů.

Prázdná kolébka

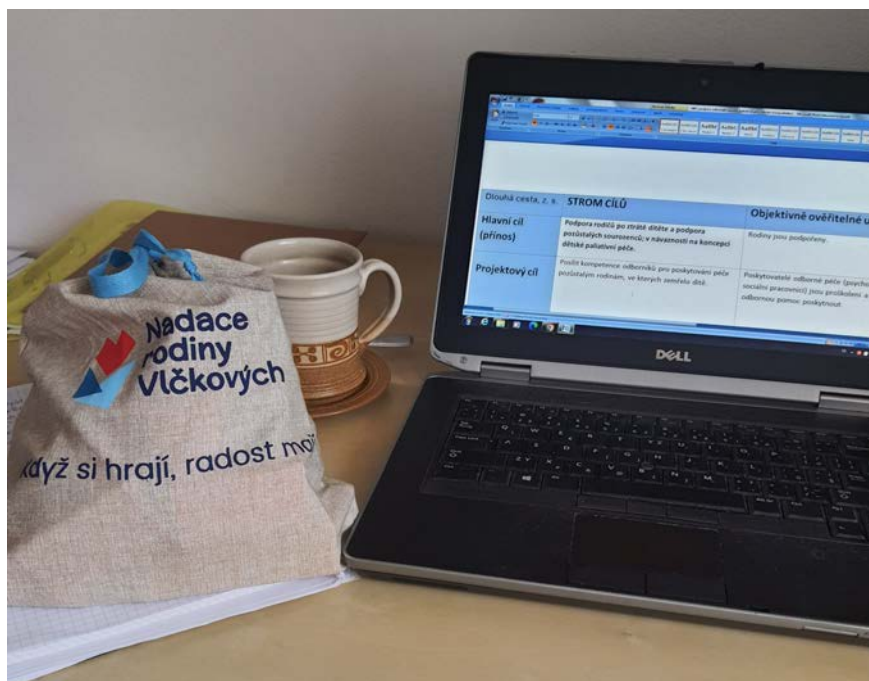
Cílem projektu Prázdná kolébka je podpořit rodiče, kterým zemřelo miminko krátce před narozením, při porodu nebo v období prvního roku života. Ročně touto tragickou životní událostí prochází více než 600 rodin. Nabízíme **laickou i odbornou podporu** rodičům, proces poradenství je obdobný jako u projektu Nejste sami, kdy se snažíme propojit naši laickou poradkyni se stejnou zkušeností ztráty miminka. Odbornou garantkou programu je Lucie Burdová.

Projekt má samostatné webové stránky www.prazdnakolebka.cz

□ Podpora odborníků pracujících v dětské paliativní péči

Podařilo se nám získat finanční prostředky od Nadace rodiny Vlčkových na projekt, který má za cíl síťovat poskytovatele dětské paliativní péče a následně připravit vzdělávací kurzy s tématem pozůstalostní péče. Kurzů by se měli účastnit odborníci z dětských hospiců, nemocnic a poraden, kteří se setkávají s dětskými pacienty, jež mají život limitující a ohrožující onemocnění.

Nadace rodiny Vlčkových poskytla významnou finanční podporu, kterou budeme čerpat po celý rok 2023.



J. Kocourek z NRV a Z. Volavá při podpisu darovací smlouvy

☐ Velký závod malých kaček

V září jsme uspořádali na Sázavě, po dvouleté covidové odmlce, opět závod kaček. Jde o benefiční podpůrnou akci, kdy si příznivci, přátelé, členové a podporovatelé Dlouhé cesty zakoupí startovné pro svou kačenu, která vypluje v recesistickém závodě na Sázavu. V ročnících 2017 - 2019 probíhal závod na Labi u Čelákovic.

Jde především o finanční podporu naší organizace, ale je přijímána s radostí a úsměvem, prostřednictvím hravého "závodu". Výherci závodu pak obdrželi malé ceny.

Závod kaček podpořil místostarosta Žďáru nad Sázavou **pan Rostislav Dvořák**, který je taktéž pozůstalým otcem.





□ Divadelní představení **Budu všude kolem tebe**

Vzniklo ve spolupráci s Divadlem Kampa. Čtyři pozůstalé maminky hrají ve čtyřech příbězích, které přibližují to, co všechno po ztrátě svých dětí prožívaly.

Hra není zdaleka jen o bolesti, zoufalství, smutku a slzách, ale také nabízí lásku, radost, smích a hlavně naději. Důležitou úlohou představení je otevření velikého tabu, kterým je v naší moderní společnosti smrt a ztráta dítěte.

V roce 2022 bylo představení kromě domovské scény na Kampě, představeno také na Celostátní konferenci nemocničních kaplanů v říjnu na Velehradě.

Hrají: Martina Hráská, Jarmila Ponocná, Bohdana Kovalová, Lucie Burdová

Hudební doprovod: Petra Bílková

Režie: Iveta Dušková



Účast na festivalech

Již podruhé se naše organizace zúčastnila akce s názvem **K smrti dobrý festival** v Ostravě.

Měli jsme zde svůj stánek s nabídkou podpůrných materiálů, informovali jsme o naší činnosti a poskytovali kontakty a doporučení.

Naše kolegyně Lucka zde vystoupila se svým příspěvkem **Opři se o svůj příběh** a vedla workshop Prázdná kolébka.

V Ostravě je na festivalu podpůrná atmosféra a my se rádi účastníme také z toho důvodu, že zde máme poměrně početnou klientelu pozůstalých maminek a spolupracující psycholožku.



Jak informujeme

Podpůrné webové stránky

Na stránkách provozujeme unikátní sekci Láskyplné vzpomínky, kam mají rodiče možnost vkládat svou vzpomínku na dítě. Krátký text a fotografie dítěte/potomka mají podpůrnou funkci a ze zpětných vazeb od rodičů víme, že si často listují ve vzpomínkách dalších rodičů. Uvědomění, kolik rodin přišlo o dítě je nejen skličující, může však i dodávat sílu do dalších let.

Náš web je informační základnou pro rodiče po ztrátě, obsahuje brožurku ke stažení Průvodce rodičů po ztrátě dítěte a další materiály.

Jsou zde podrobně popsány všechny projekty, kterými rodičům pomáháme na jejich těžké cestě. V Aktualitách informujeme o dění, akcích, setkáních.

Sociální sítě

Jsme aktivní na facebooku a instagramu.

Facebook Dlouhé cesty je živou informační platformou, příspěvky přidáváme jednou až dvakrát týdně. Podle analytiky zjišťujeme, jaké příspěvky mají největší dosah, zájem, sdílení a komentáře. Máme poměrně velký okruh sledujících, a to 3,1 tisíc.

Za loňský rok stoupl počet sledujících téměř o 200.

Na instagram publikujeme především příspěvky z facebooku.

Newsletter pro členy

Čtyřikrát ročně vydáváme zpravodaj pro své členy, kde kromě informací z webu přinášíme rozhovory s maminkami na dlouhé cestě, s odborníky, s příznivci.

Publikujeme zde tipy na vhodné akce, posíláme přání a poděkování.

Kde působíme

Sídlo a poradenské místo: **Žďár nad Sázavou, Kraj Vysočina**

Najdete nás ve 2. patře budovy Kolping. Kromě kanceláře, která je zároveň poradnou, zde máme zasedací místnost, ve které probíhají svépomocná setkání a školení nových laických poradců.



V Praze máme poradenské místo v centru, na Vinohradské ulici 93/29, kde nám firma Europrofis zdarma zapůjčila své prostory pro poradenskou činnost.

Poradenství v osobním kontaktu zde probíhá jednou týdně po domluvě, zpravidla v pátek.

Možnosti podpory

Dárci a donátoři nám přispívali jednorázovým nebo opakovaným darem buď přímo platbou na účet nebo přes portál Darujme.

Na podzim roku 2022 jsme umožnili další formu podpory, a sice zakoupením **ponožek "Obujte se na Dlouhou cestu"** v ceně 250 Kč. Ponožky jsou v barvě naší organizace, s logem a názvem. Ke konci roku si jednotliví dárci objednávali ponožky jako dárek. **Děkujeme všem**, kdo si ponožky zakoupili.



Haiku na Dlouhé cestě

Další možností, jak nás podpořit, je zakoupení drobné publikace s verši haiku.

Kurzům haiku se dlouhodobě věnuje naše členka Dáša Rýdlová, která je vede jak při osobních setkáních, např. na rekondičním víkendu, tak i v online formě. Na setkáních vznikají cenná vyjádření v prostých verších haiku, která by bylo škoda založit a zapomenout. Dáša proto iniciovala vydání knížečky malého formátu, kam byly vybrány verše maminek a tatíneků na dlouhé cestě. Zakoupením knížečky v ceně 200 Kč nás v roce 2022 podpořilo několik desítek dobrodinců. **Děkujeme!**



V roce 2022 nás podpořili

Děkujeme!



Jednotliví dárci

Hana Bílková, Andrea Bohatová, Leona Bukáčková, Lucie Bukáčková, Alena Cahová, Jaroslav Cejnar, Petra Delafonteyne, Zdenka Fjurryová, Irena Fojtová, Petra Foretová, Alena Franc Kollhammerová, Barbora Hanslianová, Lucia Haruštiaková, Radkin Honzák, Alena Horská, Tomáš Houšteký, Hydraulika Petráš s. r. o., Marie Chlubnová, Veronika Jelínková, Milan Jungmann, Milada Kapounová, Michaela Kičáková, Pavel Kobrle, Eva Krpálková, Karolína Krtilová, Petr Kubíček, Kateřina Maršálková, Petr Mencák, Petr Mindžak, Daniel Molnár, ? Najbrtová, Michaela Nedvědová, Alice Nejmanová, Ladislava Nevrklová, Vladěna Nohejlová, Štěpánka Ondrášková, Blanka Pleváková, Štěpánka Pokorníková, Milena Prchalová, Zita Prokopcová, Lucie Radilová, Anna Rojová, Zdena Rozsypalová, Andrea Schumacher, Zuzana Sirová, Lenka Slepíčková, Petr Sloup, Zuzana a Petr Smíškovi, Jiří Stach, Pavla Stupková, Lucie Svačinová, Lucie Svobodová, Ivana Šestáková, Jindřiška Šírová, Radka Šlapalová, David Turek, Markéta Vacovská, Liběna Valentová, Pavel Vazda, Pavlína Vazdová, Vladimír Volavý, Petra Vovsová, Milada Záborcová, Richard Zelenka, Kateřina Zemková.

Členové

Členství v Dlouhé cestě je dobrovolné, ale když se člen přihlásí, je spojeno s uhrazením členského příspěvku 365 Kč ročně/1 Kč denně. Příspěvek za rok 2022 uhradili, někteří i vyšší částkou:

Mockrát děkujeme!

Dana Antkoviczová, Iveta Coufalíková, Kateřina Černá, Jana Dalimanová, Ivana Divišová, Marie Divišová, Jiří Dostál, Věra Dostálová, Jan Faber, Miroslav Fáry, Libuše Fáryová, Jana Fialová, Romana Hladíková, Jana Horáková, Hana Hořínková, Jana Hynková, Taťána Chmelíková, Eva Kaplanová, Milada Kapounová, Dana Kepertová, Petra Konečná, Hana Košťáková, Jana Kubalová, Blanka Kubištová, Jana Majzlíková, Jarmila Marková, Kateřina Matoušková, Daša Mellová, Alena Mikulášková, Jitka Nováková, Alena Odvárková, Gabriela Oeburg, Alena Osvaldová, Marie Pivoňková, Jarmila Ponocná, Jana Priečinská, Zita Purkrtová, Ivana Romanová, Vladislava Rumanová, Dagmar Rýdlová, Alice Řezníčková, Zuzana Smíšková, Eva Součková, Renata Surá, Zdeňka Syslová, Miroslava Táborská, Daniela Tobolová, Dagmar Včeláková, Zdenka Volavá, Jana Výborná, Jiřina Weisová, Kateřina Zemková.

Čestní členové

Martina Hráská, Ilona Špaňhelová

Kateřina Voženílková (in memoriam)

Výroční zpráva 2022

Vydavatel: Dlouhá cesta, z. s.

Redakce: Zdena Volavá

12.05.2023

Žďár nad Sázavou

Všechna práva vyhrazena.

www.dlouhacesta.cz