

# **Poradna pro ženy a dívky Olomouc**



## **VÝROČNÍ ZPRÁVA**

ONŽ – pomoc a poradenství pro ženy a dívky, z.s.

**2017**

*Milí přátelé,*

*již 23 let Poradna pro ženy a dívky poskytuje v Olomouci pomoc a poradenství. Předností je komplexnost nabízených a poskytovaných služeb těm, které řeší ne jeden, ale širokou škálu souvisejících problémů. Klientkami jsou často oběti socio-ekonomických problémů (nezaměstnanost, ztráta bydlení), relativizace tradičních hodnot a devalvace rodiny. Některé ženy přicházejí v krizi, na pokraji svých psychických i fyzických sil a potřebují dlouhodobější podporu. Usilujeme o to, aby ona sama našla vlastní zdroje, naučila se je využívat a stala se co nejméně závislou na pomoci zvenčí při řešení svých problémů.*

*Doplňkovou aktivitou je bezplatná příprava k porodu, která zahrnuje pravidelné cvičení těhotných. V příjemném prostředí poradny mají možnost posílit se v budoucí roli matky, přiučit se specifickým mateřským dovednostem, vzájemně se podpořit a předávat si zkušenosti. Naší snahou je posílení kompetencí nejen matky, ale i manželky a partnerky. Pro svoje děti mohou ženy obdržet materiální výpomoc v podobě výbavičky pro novorozence, plen, kočárku, aj.*

*Zkušenosti z poradenství nás vedou k přednáškám na školách. Mluvíme o dospívání, lásce, chození, zodpovědných partnerských vztazích a sexuálním chování, plánování rodičovství, škodlivosti kouření, bulimii a anorexii a zdravém životním stylu, o šikaně a kyberšikaně aj. Snažíme se o posílení správného hodnotového systému, a jejich povznesení k hodnotám důležitým pro život. V rámci komunitního plánování města se již řadu let zúčastňujeme pracovních jednání s dalšími organizacemi, což s sebou přináší také poznávání a stále plodnější spolupráci.*

*Svoji finanční podporou vyjádřili opětovně souhlas s naší prací zástupci veřejného sektoru – Ministerstva zdravotnictví, Ministerstva práce a sociálních věcí, Statutárního města Olomouce a obcí. Významná je pro nás podpora olomouckého arcibiskupství a Arcidiecézní charity. Práci poradny představujeme studentům při jejich povinné školní praxi.*

*Služby datašovaného pracoviště v Šumperku zajišťuje naše dlouholetá spolupracovnice Ing., Mgr. Marie Jilková.*

*Velice si ceníme práce našich dobrovolníků. Díky jejich ochotě můžeme nabízet našim klientkám navíc i odborné psychologické, psychoterapeutické a právní poradenství. Jiní udržují naše technické zázemí. Děkujeme těm, kteří nám darují materiální vybavení pro nastávající maminky a my tak zase věci předáváme matkám, které je pro své děti potřebují.*

*Mgr. Drahomíra Venkrbcová, vedoucí Poradny pro ženy a dívky v Olomouci*

## **REGISTRAČNÍ ÚDAJE**

### **ONŽ - pomoc a poradenství pro ženy a dívky, z.s.**

Vznik: v roce 1990

Spisová značka: L 573 vedená u Městského soudu v Praze

Identifikační číslo: 00537675

Hlavní aktivity: Síť poraden pro ženy a dívky, krizové telefonické poradenství

## **KONTAKTY**

### **Sídlo spolku:**

ONŽ – pomoc a poradenství pro ženy a dívky, z.s. Tel.: 603 213 826

Voršilská 139/5

E-mail: [paha@poradnaprozeny.eu](mailto:paha@poradnaprozeny.eu)

110 00 Praha 1

Internetové stránky: [www.poradnaprozeny.eu](http://www.poradnaprozeny.eu)

### **Poradna pro ženy a dívky v Olomouci:**

Poradna pro ženy a dívky Olomouc

Tel.: 603 460 621, 731 749 783

Wurmova 577/7

E-mail: [olomouc@poradnaprozeny.eu](mailto:olomouc@poradnaprozeny.eu)

## **Poradna pro ženy a dívky v Šumperku - detašované pracoviště olomoucké poradny:**

Poradna pro ženy a dívky Šumperk  
Komenského 9  
787 01 Šumperk

Tel.: 603 213 845  
E-mail: [poradna.su@volny.cz](mailto:poradna.su@volny.cz)

## **ČÍSLO ÚČTU PORADNY V OLOMOUCI**

Bankovní účet ERA: 267075044/0300

## **PERSONÁLNÍ OBSAZENÍ**

### **Poradna pro ženy a dívky Olomouc:**

Mgr. Drahomíra Venkrbcová	vedoucí poradny, sociální pracovnice
Mgr. Jana Stejskalová	lektorka preventivních programů
Bc. Zuzana Brochová	lektorka cvičení pro těhotné a přípravy k porodu, laktační poradkyně
Mgr. Barbora Ševčíková	dobrovolnice – psycholožka
Mgr. Marta Rýznarová, DiS.	dobrovolnice – fyzioterapeutka – garant cvičení

### **Poradna pro ženy a dívky Šumperk:**

Ing., Mgr. Marie Jílková sociální pracovnice, lektorka preventivních programů

## **NAŠE ČINNOST**

Zcela zdarma nabízíme pomoc a podporu ženám, dívkám i rodinám v obtížných situacích souvisejících s těhotenstvím, mateřstvím, rodičovstvím a vztahovými problémy. Dále chceme mladým lidem osvětovu činností napomáhat předcházet rizikovému chování a zvýšit osobní zodpovědnost zvláště v oblasti partnerských vztahů, sexuality a plánování rodičovství.

## **PORADENSTVÍ**

### **Pomoc ženám v obtížných životních situacích:**

krizová a sociální intervence, sociálně právní poradenství, pomoc při hledání přechodného ubytování a práce; problematika těhotenství, porodu, mateřství, otcovství, partnerských vztahů, vztahů v rodině, domácího násilí a zadluženosti

### **Zprostředkování další odborné pomoci:**

sociálních pracovníků, psychologů, psychiatrů, pediátrů, sexuologů, gynekologů, právníků, odborných poradců v dluhové a jiné problematice atp.

### **Další informace a konzultace:**

přirozené plánování rodičovství (STM), plodnost muže a ženy

### **Půjčování odborné literatury a projekce filmů s problematikou:**

plodnosti, dospívání, těhotenství, mateřství, rodičovství, partnerských vztahů, interrupcí, šikany a kyberšikany, bulimie, anorexie atp.

STATISTIKA PORADENSTVÍ	Olomouc	Šumperk	CELKEM
Klienti	144	44	<b>188</b>
Konzultace	576	198	<b>774</b>

## PŘEDNÁŠKY A BESEDY

### Preventivní programy:

pro ZŠ, SŠ, SOU, SZŠ, VŠ, Praktické a speciální ZŠ, Dětské diagnostické ústavy, internáty, dětská centra, kluby, víkendová setkání pro mládež atp.

### Témata přednášek a besed:

Jak jsme přišli na svět; Dospívání, plodnost muže a ženy; Jak si nenechat ublížit, šikana a kyberšikana; Lásky a sexualita, partnerské vztahy, plánování rodičovství; Těhotenství, prenatální vývoj, interrupce, antikoncepce; AIDS a nebezpečí pohl. přenosných chorob; Poruchy příjmu potravy a zdravý životní styl.

STATISTIKA PŘEDNÁŠEK A BESED	Olomouc	Šumperk	CELKEM
Přednášky	121	2	<b>123</b>
Posluchačů	2825	35	<b>2860</b>

## TELEFONICKÉ KRIZOVÉ PORADENSTVÍ

### Linka pro ženy a dívky tel.: 603 210 999

celostátní krizovo-poradenská telefonická linka pro pomoc dívkám a ženám v obtížných životních situacích; služba je zajištěna v pondělky, středy a pátky od 8:00 do 20:00 hodin.

STATISTIKA TELEFONICKÉHO KRIZOVÉHO PORADENSTVÍ	ČR
kontakty	<b>193</b>

## ZDARMA NABÍZÍME DALŠÍ SLUŽBY PORADNY V OLOMOUCI

### Příprava na porod, kojení a mateřství:

podpora matek, aby uměly pečovat o sebe a dítě v těhotenství i mateřství, besedy se zkušenou porodní asistentkou a laktační poradkyní

### Cvičení pro těhotné:

kondiční a relaxační cvičení na míčích pod odborným vedením vyškolené zdravotní sestry, vzájemná podpora maminek

### Materiální pomoc pro matky s dětmi:

výbavičky na miminko, těhotenské oblečení, kočárky, postýlky atp.

### Psychologické poradenství:

odborná pomoc navazující na preventivní přednášky v poradně, ve vzdělávacích institucích a při jiných příležitostech (např. setkání mládeže)

### Terapeutické doprovázení:

hlubší příležitost k vyrovnání se s tíživou situací, osobnímu růstu a psychické stabilitě prostřednictvím pravidelných terapeutických sezení; psychoterapie vycházející z psychoterapeutických směrů KBT a PCA

<b>STATISTIKA DALŠÍCH SLUŽEB</b>	<b>Olomouc</b>	
Cvičení v těhotenství a příprava na porod a mateřství	29 klientů	47 hodin
Instruktaž přirozeného plánování rodičovství - Symptotermální metoda	3 klientky	7 hodin
Materiální pomoc dostalo	130x 35 žen	

## **FINANČNÍ HOSPODAŘENÍ V ROCE 2017**

<b>VÝDAJE</b>		<b>PŘÍJMY</b>	
Mzdové náklady	432 354,00 Kč	Přednášky	53 909,00 Kč
DPP	9 441,00 Kč	Dary FO a PO	245 365,00 Kč
Sociální pojištění	105 719,00 Kč	Dotace obcí	73 000,00 Kč
Zdravotní pojištění	36 744,00 Kč	Dotace sátu	289 994,00 Kč
Kancelářské potřeby	3308,00 Kč		
Materiál	8898,00 Kč		
Nájem	18 587,00 Kč		
energie	25 740,00 Kč		
Telefon	2 109,00 Kč		
Poštovné	1 405,00 Kč		
bankovní poplatky	325,00 Kč		
cestovné	25 318,00 Kč		
Služby – eko, právní	5 153,00 Kč		
Semináře, supervize	2 500,00 Kč		
Ostatní služby	568,00 Kč		
<b>VÝDAJE CELKEM</b>	<b>678 169,00 Kč</b>	<b>PŘÍJMY CELKEM</b>	<b>662 268,00 Kč</b>

**SRDEČNĚ DĚKUJEME VŠEM DÁRCŮM, SPOLUPRACOVNÍKŮM A DOBROVOLNÍKŮM,  
KTERÍ PODPOŘILI NAŠI ČINNOST V ROCE 2017**

*Ministerstvu zdravotnictví, Ministerstvu práce a sociálních věcí, Arcibiskupství olomouckému, Statutárnímu městu Olomouci, Arcidiecézní charitě Olomouc, firmě Exa Print – Design, s.r.o., Charitě Šumperk, Obcím Dolní Studénky a Libina, firmě Webnode, Arcibiskupovi olomouckému Mons. Janu Graubnerovi, primátorovi města Olomouce Antonínu Staňkovi, P. Františku Eliášovi, manželům Pikolovým, J. Čedroňovi, J. Sidorové, J. Klimešovi, L. Mrtvému, M. Mrtvému, Radakci časopisu IN, Středisku SOS v Olomouci, dárcům finančních i drobných materiálních darů (výbavičky, kočárky atd.).*

