

Vesnička

ZÁŘÍ 2026



Nejlepší dárci,
jaké jsme si
mohli přát

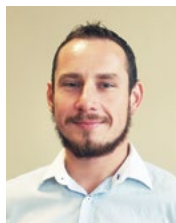
Vrátím se
zpátky domů?



SOS DĚTSKÉ
VESNÍČKY



Úvodní slovo



Milí přátelé,

děťmi nejoblíbenější část roku je za námi a začíná návrat ke školním povinnostem a pravidelnému režimu. Až budou v prvních dnech někteří spolužáci ve třídě vyprávět, jaké cizí země navštívili a v jakém moři se koupali, velká část dětí, kterým pomáháme, se nepřidá. Velmi

jsme se ale snažili, aby všechny děti měly možnost nasbírat alespoň nějaké prázdninové zážitky.

Ve všech městech, kde působíme, pořádají moji kolegové přes léto řadu výletů a příměstských táborů. Také v našem nízkoprahovém klubu SOS Kajuta jsme připravili pro děti z rizikového prostředí několik aktivit. V červenci jsme se vydali jako každoročně na týdenní výlet do Karlových Varů, odkud jsme pak vyráželi na turistické výpravy do Krušných hor, Slavkovského lesa či do povodí řeky Ohře. Pro většinu dětí je 541 km dlouhá cesta vlakem z Moravy na druhý konec republiky první takhle velká výprava v životě, na kterou pak celý rok vzpomínají.

V srpnu jsme pak uspořádali příměstský tábor v Bystřici pod Hostýnem, kde děti trávily svůj prázdninový čas sportem, výtvarnými činnostmi a zábavnými hrami. Na závěr jsme se vydali na výlet na Svatý Hostýn, kde jsme letní prázdniny slavnostně ukončili.

O dalších prázdninových výletech a aktivitách se dočtete na stránkách tohoto časopisu. Najdete tam také anonymizovaný příběh jednoho z dětí, kterým jsme pomohli u nás v nízkoprahovém klubu. Z něj je patrné, jak důležité je pro děti mít někoho, kdo v ně věří a podporuje je navzdory tomu, že se jim třeba nedaří.

Přeji všem dětem pohodový školní rok a vám, našim dárcům, krásné babí léto!

Radim Kejík

Radim Kejík
Vedoucí nízkoprahového klubu SOS Kajuta

Vydavatel: SOS dětské vesničky, z.s., Strakonická 98, 159 00 Praha 5, IČ: 00407933. **Účet veřejné sbírky:** 211 757 409 / 0300, **účet pro naše dárce:** 120 777 711 / 0300.

Redakce: Radana Košťáliková, Michaela Poláková. **Grafická úprava:** Martin Málek.

Uzávěrka: 7. 8. 2026. **Náklad:** 5 600 ks. **Vyrobila:** Česká mailingová společnost, s.r.o. **Výrobní cena:** 5,35 Kč. Vychází čtvrtletně. ISSN 1803-1730.

Jména dospělých osob a dětí, jejichž příběhy vám v časopise přinášíme, jsou z důvodu ochrany soukromí většinou změněna. Ilustrační fotografie, není-li uvedeno jinak, pocházejí z fotobanky SOS dětských vesniček nebo z veřejně dostupných zdrojů.



POSILUJEME VZTAH DĚTÍ K PŘÍRODĚ

Ve spolupráci se společností E.ON a vzdělávacím centrem Tereza jsme v brněnské vesničce uspořádali workshop, jehož cílem bylo vést děti k ohleduplnosti k přírodě, která je obklopuje. Děti zkoumaly přírodní pod mikroskopem, plnily pohybové a badatelské úkoly a přemýšlely, co mohou samy změnit. Inspirovat se mohly také v ilustrované knížečce 10 krůčků, které pomáhají světu, kterou jsme společně s partnerem E.ON vydali.



CO VŠE SE DÁ STIHNOUT ZA PĚT DNÍ?

Děti účastníci se příměstského tábora v Brně toho stihly opravdu hodně: viděly spoustu zvířat a navrch krmení ledních medvědů v ZOO. Pohládily si policejní koně a dozvěděly se, jak pomáhají. Jely vlakem na výlet do Adamova. Koupaly se v řece. Běhaly po poli u letiště v Medláncích. Snědly hromadu jídla a podařilo se jim rozbít hned několik skleniček a lahví. My ale víme, že střepy přinášejí štěstí!



JAK ZŮSTAT V BEZPEČÍ

Děti z pěstounských rodin i z našeho krizového centra strávily pestrý den ve Světě záchranářů. Formou her i praktického nácviku se učily pohybovat se bezpečně po silnicích pěšky i na kole. V Domečku rizik zase zjišťovaly, jaké nástrahy na ně mohou číhat doma a jak se jim bezpečně vyhnout. Podobné aktivity dětem nepřinášejí jen nové znalosti. Pomáhají jim také získávat jistotu, orientovat se v nebezpečných situacích a vědět, jak si říct o pomoc.



PRÁZDNINY HLADÍ PO DUŠI

Pro většinu dětí, kterým pomáháme, není škola zrovna přívětivé místo. Kvůli těžkým zážitkům a traumatům jsou zranitelnější, málokdy patří mezi premianty. Prázdniny tak přinášejí úlevu, ale také spoustu volného času. Proto pro děti pořádáme příměstské tábory, krátké i několikadenní výlety, workshopy, setkání se zvířátky nebo arteterapie. To vše nám umožňuje podpora našich partnerů, mezi něž už řadu let patří St. Bridget of Sweden Association. Děkujeme!

Co se ještě všechno zlomí?

„Pro moji vnučku Míšu, která s námi vyrůstá, to měl být zlomový rok, jenže nakonec se zlomilo něco úplně jiného. Když jsem před Vánoci skončila v nemocnici s dvojnásobnou zlomeninou po nešťastném pádu na náledí, hlavou mi neběžela bolest, ale termíny přihlášek na střední školy.“

Můj muž sice statečně držel domácnost nad vodou, ale Míška je spíš uzavřená a pro manžela je těžké se do slečny v tomhle věku vžít. Ono je to těžké i pro mě, snažím se zajímat o všechno, co se týká dnešních mladých, ale čas hraje proti nám, ten věkový rozdíl je veliký, co se dá dělat. O svých snech Míša moc nemluví a ve chvíli, kdy jsem já ležela v nemocnici a manžel řešil nákupy a placení účtů, hrozilo, že se její budoucnost pokazí.“

TEĎ JDE O VŠECHNO

Míša se do péče prarodičů dostala hodně malinká a její jizvy z opuštění vlastní mámou se tak mohly začít brzo a zdárně hojit. Bylo to vidět už jen z toho, jak se chovala v tomhle velkém stresu. „Babi, já to nějak zvládnou, teď se musíš hlavně uzdravit,“ řekla babičce při první návštěvě v nemocnici. Jenže termín podání přihlášek se hrozivě blížil.

„Podpora téhle pěstounské rodiny nebyla nijak intenzivní: byli jsme spíš v pozadí jako opora, to se stává málokdy. Tahle „podpůrná funkce“ se ale ukázala jako klíčová právě v této krizové situaci,“ vypráví Lenka, sociální pracovnice, která rodinu doprovází. „Hezky to ukazuje, jak důležitá je flexibilita naší pomoci, a to nejenom s ohledem na konkrétní potřeby pěstounů a jeho nejbližších, ale také v její míře.“

ČAS SLAVIT

Lenka věděla, že místo útěchy teď Míša potřebuje někoho, kdo s ní projde stovky studijních oborů, podívá se na dny otevřených dveří a pomůže jí pojmenovat, co ji vlastně baví: tedy všechno, na co dědeček prostě neměl kapacitu a babička jen z nemocnice bezmocně sledovala kalendář. Začala tedy za Lenkou jezdit domů, trpělivě s ní probírat její zájmy a vybírat školy, které by dávaly smysl.

„Bez pomoci Lenky z SOS vesniček by se Míša pravděpodobně rozhodla pro nejbližší možnou školu. Zastoupila mě v tu nejdůležitější chvíli, za to jí nikdy nepřestanu být vděčná. A Míša asi taky, i když o tom moc nemluví: když ji přijali ke studiu veterinářství a já jí chtěla uspořádat oslavu, poprosila mě, aby tam mohla přijít i ta paní z Vesniček.“



Pomáháme dětem najít pevnou půdu pod nohama

Děti, které nemohly zůstat ve své rodině kvůli zanedbání péče, domácímu násilí, týrání nebo jiné náročné situaci, nacházejí útočiště v našem krizovém centru SOS Sluníčko. V komorním rodinném prostředí jim tu už dvanáctým rokem poskytujeme bezpečí a stabilitu po dobu několika týdnů až měsíců, než soud rozhodne o jejich dalším osudu. O tom, jak přesně taková pomoc vypadá, jsme si povídali s ředitelkou SOS Sluníčka Michaelou Rakovou.

Jakým způsobem se může dítě dostat do krizového centra?
Nejčastěji jsou k nám děti umístěny na základě rozhodnutí soudu, protože pro ně doma není bezpečno. Druhá možnost je smlouva o poskytnutí ochrany a pomoci, kterou uzavřeme se samotným dítětem nebo s jeho rodičem. Děti k nám mohou přijít ve dne v noci. Máme maximální kapacitu osm míst, abychom zachovali rodinné prostředí, ale máme i jedno krizové lůžko pro ty nejakutnější případy.

Co vede rodiče k dobrovolnému uzavření smlouvy o umístění jejich dítěte?

Nejčastějším důvodem bývá ztráta bydlení či neschopnost poskytnout dítěti odpovídající podmínky. Aby se vyhnuli soudnímu odebrání dítěte, souhlasí raději rodiče s jeho umístěním k nám. Je to pro ně „menší zlo“. Po jeho umístění mohou s dítětem udržovat i nadále kontakt, mohou je navštěvovat, vzít si dítě na víkend, pokud mají kam, kdykoli zavolat a zeptat se, jak se mu daří.

A jak je to v případě samotných dětí?

Pokud se na nás obrátí dítě, zpravidla dospívající, že se doma necítí bezpečně a nechce se tam vrátit, tak si s ním podrobně popovídáme. Pokud shledáme, že jsou jeho důvody k opuštění domova oprávněné, musíme si nechat jeho pobyt schválit od OSPODu (orgán sociálně právní ochrany dětí). Pokud už se nějaké dítě odhodlá k nám přijít, většinou ten důvod bývá vážný a my ho vážně bereme.

Jak vypadá samotný pobyt dítěte?

Děti k nám jsou nejčastěji umístěny na dobu 3 měsíců, často soud pobyt prodlužuje na dvojnásobek, výjimečně i déle. Po příchodu dítě ubytujeme, seznámíme s prostředím, pokud nemá, tak ho vybavíme základními věcmi, jako je pyžamo nebo kartáček na zuby... Necháme ho nejdřív trošku rozkoukat a v následujících dnech ho postupně seznamujeme s tím, jak to u nás funguje, jaká jsou pravidla. Zároveň si s ním povídáme a snažíme se, aby se cítilo v bezpečí a navázalo k nám důvěru.

Umím si představit, že to u traumatizovaných dětí může být někdy docela těžké.

To ano. Povídám si s ním já, naše sociální pracovnice, tety, které se o děti starají, pravidelně k nám dochází psychologka... Časem si dítě k někomu z nás vypěstuje důvěru, vztah bezpečný a dostatečně blízký pro to, aby si od nás nechalo pomoci.



A jak vypadá každodenní život v SOS Sluníčku?

Snažíme se co nejvíce připodobnit náš režim běžné rodině. Přes den jsou tu s dětmi dvě tety, přes noc jedna. Děti chodí do školy či do školky, pokud je to možné a nepřišly příliš z velké dálky, snažíme se jim školu neměnit. Zapojujeme je také do běžných domácích prací, pomáhají s úklidem, pečou s tetou buchty nebo pší domácí úkoly... Samozřejmě ty menší si hrají, ty velké tráví čas na telefonu nebo s kamarády venku. Vedle toho dětem zajišťujeme veškerou potřebnou lékařskou i další odbornou péči, jako je logopedie, psycholog či psychiatr.

A co o prázdninách?

Naším cílem je, aby si děti prázdniny užily co nejvíce. Když byla ta velká vedra, chodili jsme na koupaliště. Byli jsme v ZOO v Chomutově, na laser game, na hradě Loket, na zámku v Sokolově, v hornickém muzeu... Některé děti odjely alespoň na týden k rodině. Měli jsme tu arteterapii, chystáme canisterapii, kdy nám přivezou pejsky, to má vždy velký úspěch. Domlouvám také návštěvu blízké farmy, bud' půjdeme my tam, nebo přijede paní na návštěvu s kozou a poníkem.

Děti zůstávají v SOS Sluníčku jen několik měsíců. Co je hlavním cílem jejich pobytu?

Snažíme se dát dítě do kupy jak po stránce fyzické, tak hlavně té psychické. Opečujeme ho a připravíme na přesun do další péče.

Kam děti nejčastěji odcházejí?

Nejčastěji do ústavní péče - zejména ti starší či sourozenecká skupina, anebo do péče pěstounské. Občas se najde někdo z rodiny, kdo si dítě vezme k sobě. A někdy se podaří rodičům stabilizovat rodinnou situaci natolik, že se děti mohou vrátit domů. Bohužel se ale stává celkem běžně, že za několik měsíců je máme zpátky. Dáváme dětem na rozloučenou fotoknihu, aby měly vzpomínku.



Stačí málo a je líp

Ondra byl od malička ostrakovaný dítě: nejen vrstevníky, ale i ve vlastní rodině. Ta moc nefungovala, introvertního chlapce se sklonek k nadváze si doma nikdo moc nevšímal. Postupně si přestal věřit, do ničeho se nepouštěl, takže neměl v čem vyniknout. Naopak, byl ideálním cílem šikany a adeptem na to, aby se životem prostě protrápil.

V nízkoprahovém klubu se ocitl náhodou, poslali ho tam doprovodit mladšího bratra, který potřeboval doučování. Na vedoucího klubu Radima se nejdřív díval s nedůvěrou, ale za chvíli se osmělil a zeptal se, jestli by si mohl kopat míčem o zeď. „Bylo na něm vidět, že vlastně počítá se zápornou odpovědí, byl na to od okolí zvyklý,“ tak Radim vzpomínal na první setkání s ním.

STAČÍ ZA TO SPRÁVNĚ VZÍT

„Nechtěl jsem, aby jeho první návštěva byla i poslední, bylo na něm vidět, že hrozně moc potřebuje někoho, komu by věřil a o koho se mohl opřít. Poprosil jsem ho, aby nám za týden

přišel pískat fotbalový zápas. Vytřeštil na mě oči, ale nechal se přesvědčit, že to určitě zvládne. A taky že jo.“ Radim takových situací, ve kterých by Ondra přes svoji nesmělost a neobratnost uspěl, vytvořil ještě spoustu a Ondra byl nakonec v Kajutě skoro denně.

DVOJÍ RADOST

„Přes zimu Ondra zhubnul, ale ani jeden z nás o tom moc nemluvil: ty děti se potřebují naučit, že úspěch může přijít i tehdy, když je něco prostě jenom baví. V rodině se věci moc nezlepšily, s tím my tady v klubu nic moc nezmůžeme, ale Ondra je o devadesát procent spokojenější dítě.

Když ho na jaře třídní učitelka nominovala do školního fotbalového mužstva, protože ho jednou viděla přes plot hrát u nás v Kajutě, myslím, že takové štěstí necítí ani někdo, koho si vybral do základu jeho oblíbený Arsenal. A z toho mám radost i já: vidím pak, že to úsilí má smysl.“



Nejlepší dárci, jaké jsme si mohli přát

Všichni naši dárci jsou pro nás nesmírně důležití a opravdu moc si jich vážíme. Uvědomujeme si, že na stránkách tohoto časopisu daleko častěji děkujeme velkým firemním partnerům než běžným podporovatelům. Představte si ale, že jsme zjistili, že více než 3 200 individuálních dárců nám posílá příspěvky už 15 let a více! To už je pořádný důvod k vyjádření vděčnosti!

Možná už jste to od nás slyšeli nebo četli mockrát, ale stejně to tu musíme zopakovat: vaše pravidelné příspěvky nám umožňují dlouhodobě pomáhat tisícům dětí, které neměly v životě příliš štěstí. Vědomí, že se můžeme spolehnout na to, že nás naši dárci podrží, nám poskytuje prostor pro soustavnou podporu ohrožených dětí a zároveň schopnost reagovat pružně na akutní situace, které mohou tuto skupinu dětí potkat.

MNOHALETÁ PŘÍZEŇ

Naší dárcovské databázi je patnáct let, proto můžeme s jistotou říci, že minimálně takto dlouho s námi je více než tři tisíce z vás. Z telefonických hovorů nebo písemné komunikace s vámi ale víme, že někteří z vás jsou s námi ještě mnohem, mnohem déle. Vždy nás dojme, když nám někdo vypráví, že pamatuje už naše začátky na přelomu 60. a 70. let, že byl se skauty na brigádě při výstavbě první SOS vesničky v Doubí nebo přispěl s rodiči do první sbírky pod vánočním stromem v pohnuté atmosféře roku 1968.

Mnozí z vás se stali našimi dárci v 90. letech z úcty k profesorovi Zdeňku Matějčkovi, který stál u zrodu naší organizace i u její obnovy po sametové revoluci. Pro další byla zárukou spolehlivosti SOS dětských vesniček soustavná podpora prezidenta Václava Havla a obou jeho manželek.

DÁRCOVSTVÍ NAPŘÍČ GENERACEMI

Nezřídka se nám stává, že se od některých z vás dozvíme, že jste dárcovskou štafetu převzali od svých rodičů. „Mamin-ka vám přispívala celá léta, teď už je ale v důchodu a nemá peněz nazbyt, tak jsem to vzala na sebe,“ řekla nám nedávno po telefonu paní Marie. Takové zprávy nám dělají nesmírnou radost, dokonce víme o rodině, která nás podporuje už ve třetí generaci!

Dojal nás také příběh pana Jiřího Reisingera, který byl naším dárce po mnoho let. Pan Reisinger neměl žádné potomky ani rodinu. Dělal mu ale velkou radost pomáhat dětem, které to mají v životě těžké. Záleželo mu na tom, aby na něj po smrti někdo vzpomínal s láskou a vděčností. A tak na pomoc dětem z SOS dětských vesniček věnoval v závěti svůj byt.

VÁŽÍME SI VÁS!

Ještě jednou tedy vám všem našim dárcům, bez ohledu na to, jakou částku a jak často nám posíláte, opravdu z celého srdce děkujeme. Uděláme vše pro to, abyste viděli, že vaše peníze pomáhají právě tam, kde je to nejvíce potřeba. Protože naše největší přání je, abyste s námi zůstali i nadále.



DEN PLNÝ RADOSTI

Jednou z nejpříjemnějších akcí, na nichž jste nás v červnu mohli potkat, byl NN Run Prague, jehož součástí byl i kratší charitativní běh ve prospěch naší organizace. Podařilo se tu vybrat krásných 82 tisíc korun, na nichž se kromě startovného podílel také výtěžek z dražby olympijského trička Martiny Sáblíkové. Malý chlapec, jehož tatínek dres vydražil, měl možná ještě větší radost než my – a to už je co říct! Moc děkujeme Martině i organizátorům z NN!



ZÁCHRANA KOUZELNICKÉ ŠKOLY

Děti z ohrožených rodin v Zábřehu vyrazí už tradičně na týdenní minitábor do Chvalčova. Letos je hned první večer přivítal sám profesor Brumbál se svými kolegy a zasvětil je do mise na záchranu kouzelnické školy v Bradavicích. Děti se při plnění zábavných úkolů učily spolupráci a vzájemné ohleduplnosti, a navíc si při tom užily spoustu legrace. A protože mise byla úspěšná, čekala je na závěr oslava i zasloužená odměna.



VÝPRAVA KE HVĚZDÁM

Na začátku prázdnin se vypravily děti z našich poboček v Oslavanech a Židlochovicích na návštěvu brněnského planetária. Nemohly uvěřit, že je na nebi opravdu tolik hvězd, jak se tam všechny vejdou? Jak je možné, že se některým z nich říká trpaslíci a ve skutečnosti jsou tak strašně obrovské? A vážně je může pohltit černá díra? Měly oči na vrch hlavy, na tenhle výlet jen tak nezapomenou!



SLADKÉ MLSÁNÍ

Děti v našem krizovém centru SOS Sluníčko rády pomáhají tetám s pečením. Nejoblíbenější je perník a muffiny, samozřejmě krásně ozdobené! Žádné narozeniny se neobejdou bez dortu, nejčastěji si oslavenci přejí ten Krtkův. Za mnohaletou podporu a zásobování produkty pro pečení tímto moc děkujeme společnosti Dr. Oetker!

Šťastné dětství

Jak vést děti k samostatnosti

Řada rodičů s více dětmi někdy žasne, jak odlišně se jejich děti vyvíjejí. Jak je možné, že čtyřletý syn si ještě nezvládne ani správně nazout bačkory, když jeho sestra si ve stejném věku uměla i zavázat tkaničky u bot? Proč jedno dítě usíná samo snad odjakživa a druhé to nezvládne ani v první třídě? Jedno se připravuje do školy dávno zcela samostatně a druhé ještě v páté třídě potřebuje kontrolu a pomoc... Dělají nám to naschvál? Jsou líné, pohodlné, rozmazlené? Nebo čím to vlastně je?

Nejjednodušší odpověď zní, že každé dítě je jiné. To nám ale moc nepomůže. Užitečnější může být položit si nejprve otázku, proč nějakou činnost zatím moje dítě nezvládá. Nechce se mu, nebo to opravdu neumí? Možná je nejisté, bojí se neúspěchu, možná už se mu to tolikrát nepovedlo, že nevěří, že to samo zvládne? Nepřispívám já jako rodič k jeho nervozitě svojí netrpělivostí a přílišným tlakem? Nepřistoupím náhodou pokaždé, když mému dítěti něco příliš dlouho trvá, k tomu, že to raději udělám za něj, aby to bylo rychleji? "Ukaž, prosím tě, ty jsi trdlo..." Opravdu mu v tu chvíli pomáhám, nebo ho spíš jen ujišťuji v tom, že to samo nezvládá?

PĚT KROKŮ K SAMOSTATNOSTI

Děti se nerodí samostatné. Na rozdíl od mnoha mláďat zvířecí říše jsou zpočátku zcela bezbranné a odkázané na péči dospělé osoby. Samostatnost vzniká postupně; u některých dětí téměř samozřejmě, u jiných to chce více trpělivosti. Představte si, když jste se učili jezdit na kole: nejprve vám někdo přidržoval sedačku, abyste neztratili rovnováhu, potom

už vedle vás jen běžel a jistil, kdybyste padali, a teprve po nějaké době jste jezdili už úplně samostatně. Stejný princip funguje i u běžných každodenních dovedností.

Jakých je tedy těch pět kroků? Pojdme si to ilustrovat na čištění zubů. Nejprve děláme činnost za dítě – to nás pozoruje a získává první zkušenost. Čistíme mu tedy zoubky sami. Ve druhém kroku přizveme dítě, aby nám pomáhalo, vysvětlujeme, vedeme, pomáháme. V našem příkladě tedy můžeme dítě vyzvat, ať si chvílku čistí zuby samo, radíme mu, nakonec vezmeme kartáček a dokončíme čištění na místech, která jsou hůře dostupná. Ve třetí fázi už vykonává dítě většinu činnosti samo, dospělý je nablízku a poskytuje podporu („ještě ty stoličky úplně vzadu!"). Ve čtvrtém kroku už dítě zvládá činnost samo, potřebuje jen připomenutí – „nezapomeň si vyčistit zuby!" A v posledním stádiu už zodpovědnost přechází na dítě. Dospělý zůstává k dispozici, ale nezasahuje, dítě už má činnost zcela zafixovanou a dělá ji automaticky.

CHYBA JE KAMARÁD

Cílem výchovy není dítě, které všechno zvládne dokonale. Dítě se učí právě tím, že může zkoušet, přemýšlet, dělat chyby a hledat vlastní řešení. Pokud dítě zažívá, že chyba vede pouze ke kritice, začne se jí obávat. Pokud se ale naučí přijímat chyby jako příležitost něco pochopit a zkusit jinak, bude mít odvahu učit se nové věci. Právě tak vzniká zdravá samostatnost, odolnost a sebedůvěra.



Vrátím se zpátky domů?

„Terezku jsem získala do péče před čtyřmi lety, když jí byl rok. Tehdy její biologická maminka nefungovala, ale v posledních letech na sobě s podporou okolí intenzivně zapracovala a mohli jsme naplánovat osobní setkání," vypráví pěstounka Lucie.

Všechno jsme Terince vysvětlili, ale z veselého caparta se během pár dnů stalo zamlklé dítě, které v noci nemohlo usnout a přes den bylo tiché a plačtivé. Až večer dva dny před návštěvou se ukázalo proč. „Teto, já tam budu muset zůstat, že jo?"

Lucie nechápala, kde se ta obava vzala, ale svěřila se své doprovázející sociální pracovníci Hance. „Děti, které zažily odloučení od biologické matky, si často nesou pocit, že se to může kdykoli zopakovat – stačí málo, aby se ta obava znovu probudila," vysvětluje Hanka. „Terezka slyšela ve školce od kamarádky o stěhování. Spojila si to s vyprávěním o tom, že se jako miminko musela odstěhovat od maminky k Lucii, a začala si být jistá, že se teď bude muset vrátit zpět."

CO SI NAKRESLÍM, TOHO SE NEMUSÍM BÁT

Hana věděla, že samotné ujišťování „to se nestane" na takový strach nestačí – dítě potřebuje především získat pocit, že má

věci pod kontrolou. Před návštěvou proto s Terezkou strávila odpoledne, při kterém si spolu nakreslily obrázek celého dne: od snídaně přes cestu za maminkou až po návrat domů. „Jde o jednoduchý popis toho, co se bude dít, krok za krokem, v jazyce, kterému dítě rozumí. Pomáhá tam, kde úzkost vychází z nejistoty – když dítě přesně ví, co bude následovat, ztrácí ta představa na síle."

CESTY DO BEZPEČÍ

Celou cestu na setkání Terezka obrázek držela v ruce, ale byla mnohem klidnější než většinu předcházejících dní. Setkání s asistencí Hanky proběhlo v klidné atmosféře a cestou zpátky Terezka celou dobu vyprávěla, co všechno s maminkou dělaly. „Bez Hančiny pomoci bychom se toho strachu určitě nezbavily, vlastně mě ani nenapadlo, co je špatně, natož co s tím," vzpomíná Lucie. A se šťastným úsměvem přidává ještě jednu historku: „Před kontrolou u zubaře mi Terinka přinesla obrázek velkého zubu, na který si paní zubařka svítila baterkou. Vypadá to, že tenhle „fígl" s vizualizací strachu vzala za svůj a učí se sama pracovat s úzkostí z neznámého. V pěti letech, není to úžasné? Asi se to naučím také."

Pomáhám za života, budu i po něm

PROČ SEPSAT ZÁVĚŤ?

- pokud nemáte přirozené dědice ze zákona, případně celý váš majetek bez závěti státu
- sepsáním závěti ulehčíte rozhodování svým blízkým a každému darujete přesně to, co si přejete, aby po vás zdědil
- část svého majetku můžete zároveň věnovat na dobrou věc organizaci, které věříte

PROČ PODPOŘIT SOS DĚTSKÉ VESNÍČKY?

- váš dar pomůže týraným, zneužívaným a zanedbávaným dětem
- pomůžete dětem vyrůstajícím v rodinách v obtížné sociální nebo materiální situaci, kde hrozí jejich odebrání
- podpoříte děti, které již našly zázemí a láskyplný domov u svých pěstounských rodičů

Více informací najdete

na www.sos-vesnicky.cz/stranky/zavet-pomaha.

HLAVNÍ PARTNEŘI



MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



V 2026 NAŠI ČINNOST PODPORUJÍ TYTO INSTITUTE



Ministerstvo práce a sociálních věcí, Olomoucký kraj, Karlovarský kraj, Jihomoravský kraj, Středočeský kraj, Židlochovice, Magistrát města Karlovy Vary, Prostějov, Přerov, Aš, Zábřeh, Bystřice pod Hostýnem, Cheb, Zbýšov, Rosice, Sokolov, Mariánské Lázně, Ostrov a Ivančice.