

Vesnička

BŘEZEN 2025

I děti někdy
bolí duše

Naše pomoc
dětem v roce
2024



SOS DĚTSKÉ
VESNIČKY



Úvodní slovo



Milí přátelé,

první číslo časopisu Vesnička přináší už tradičně ohlédnutí za minulým rokem v podobě grafického shrnutí naší pomoci. Je z něj patrné, že počet dětí a rodičů, kterým naše sociální pracovnice pomáhají, se od minulého roku zase o něco zvýšil. Po našich službách je v regionech stále velká poptávka: ohrožených rodin, které potřebují podpořit, je velké množství, pokud se jim ale pomoci dostane včas, většina z nich svou roli zvládne a děti mohou zůstat se svými rodiči. Kromě terénních sociálních služeb nabízíme zvláště zranitelným rodinám také půlroční tréninkové pobyty v rámci naší služby SOS Kormidlo; a díky zájmu Karlovarského kraje otevíráme v těchto dnech novou pobočku SOS Kormidla v Dalovicích.

Zvyšuje se také zájem o naše doprovázení ze stran pěstounských rodin, za což jsme velmi rádi – na podpoře pěstounství je naše organizace vybudovaná, je to naše srdeční záležitost.

Jakékoli rozšiřování našich služeb by ale nebylo možné bez soustavné podpory vás, našich dárců, a my jsme vám za to opravdu velice vděční.

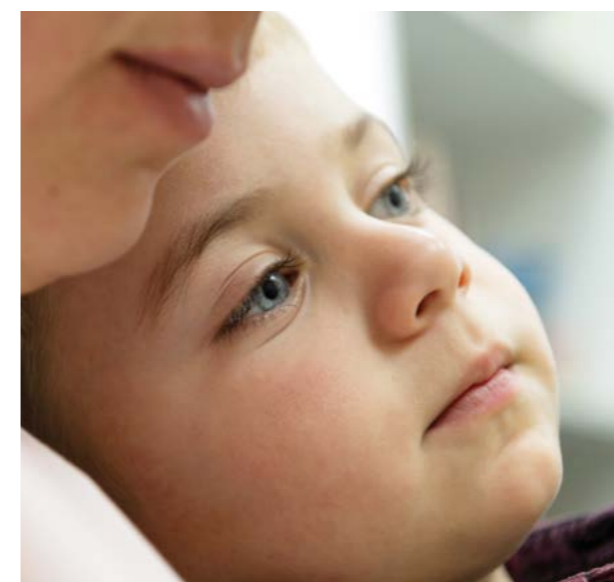
V loňském roce jsme se na stránkách tohoto časopisu podrobně věnovali ranému traumatu a tomu, jak zásadně mohou traumatické zážitky v neranějším dětství ovlivnit další psychický a sociální vývoj dítěte. V letošním ročníku časopisu na toto téma navážeme a budeme se zabývat duševním zdravím dětí a dospívajících. Je to téma, které čím dál více nabývá na naléhavosti: počet dětí, které trpí úzkostmi a depresemi, roste a počet odborníků, kteří jim umí pomoci, je zcela nedostatečný. Více se k tématu dočtete uvnitř časopisu.

Přeji vám krásné předjarní dny

Jindra Šalátová
Výkonná ředitelka SOS dětských vesniček

Vydavatel: SOS dětské vesničky, z.s., Strakonická 98, 159 00 Praha 5, IČ: 00407933. **Účet veřejné sbírky:** 211 757 409 / 0300, **účet pro naše dárcy:** 120 777 711 / 0300.
Redakce: Radana Košťáliková, Michaela Poláková. **Grafická úprava:** Martin Málek.

Uzávěrka: 14. 2. 2025. **Náklad:** 6 600 ks. **Vyrobil:** Česká mailingová společnost, s.r.o. **Výrobní cena:** 5,28 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 pocházejí většinou z fotobanky SOS dětských vesniček, případně z veřejných zdrojů.



NN PODPORUJE DUŠEVNÍ ZDRAVÍ DĚTÍ

Mnoho dětí v naší péči si v sobě z prvních let života nese zážitky, s jejichž zpracováním potřebují odbornou pomoc. Díky významné podpoře Nationale Nederlanden jsme mohli poskytnout individuální terapii více než třem stovkám dětí. Kromě toho jsme zajistili všem našim sociálním pracovníkům odbornou suprevizi, která je nezbytnou součástí psychohygieny u takto náročné profese a prevencí vyhoření. Za podporu NN moc děkujeme.



TERAPIE MALOVÁNÍM

Pěstouni i pěstounata si v Karlových Varech mohli vyzkoušet arteterapii. Jedná se o terapeutický přístup, při němž vyjadřujeme své přání, obavy, pocity i nálady prostřednictvím výtvarného projevu. Cílem je sebezpoznání, sebevždění, ale také relaxace a uvolnění nahromaděného stresu. A navíc přitom vzniklo spousta krásných obrázků – posuďte sami.



RAPPEŘI VYBRALI PŮL MILIONU

Známý rapper Yzomandias spolu se svými kolegy z nahrávací společnosti Milion Plus uspořádali před Vánoci charitativní stream s cílem podpořit vznik tréninkového bydlení pro ohrožené rodiny SOS Kormidlo v Karlových Varech. Od svých příznivců dokázali během tohoto streamu vybrat půl milionu korun, které nám nesmírně pomohly v rozjezdu této nové pobočky. Za všechny děti, které tím získají šanci na láskyplný domov, mnohokrát děkujeme!



DĚTI SKÁKÁNÍ MILUJÍ

Předvánoční akce nemusí být jen o zdobení perníčků a rozdávání sladkostí. Naopak někdy je potřeba všechn ten předvánoční cukr pořádně vyskákat, takže jsme naše havířovské děti vzali do Hop Jump v Ostravě. Cesta vlakem byla plná smíchu, děti navazovaly nová přátelství a při skákání se skvěle bavily. Na konci se děti rozcházely s úsměvy na tvářích, novými kamarády a spoustou skvělých zážitků.

Případ Vilík

Vilík se rozplakal a plakal a plakal. Vlastně to nebyl ani pláč, spíš zoufalý křik. Jenže Barbora vůbec netušila, co se děje. Neměl teplotu, měl chuť k jídlu, vyšetření u dětské doktorky dopadlo výborně: ještě ji chválila, jak Vilíka trpělivým cvičením „vojtovky“ za ten měsíc, co ho má doma, v psychomotorickém vývoji úžasně posunula.

A to se tak těšila, až nejlepší kamarádce Hance, taky pěstounce, ten svůj třináctiměsíční poklad ukáže. Jenže jen co jí Hanka udělala kávu a otevřela dveře na balkón, spustil Vilík ten zoufalý křik. Nakonec se musela s Hankou rozloučit a spěchat domů.

CO MŮŽE BÝT ŠPATNÉ?

Za dva týdny se opakovalo to samé: Vilík, který byl úplně zdravý, se na návštěvě u Hanky zase rozplakal. „Může mu vadit nějaká věc? Nebo mu Hanka připomíná někoho, kdo mu ubližoval? Nechci, aby se trápil, ale nevím, co mu tak vadí.“ Ani sociální pracovníci Lence, které se Barbora svěřila, nedal „případ Vilík“ spát.

Znovu si pečlivě prostudovala dokumentaci, která Vilíka po odebrání z jeho rodiny doprovázela. „Zanedbaný chlapeček, vyhublý, vyrážky. Červené flíčky neznámého původu.“ Úřednice na odboru péče o dítě její podezření potvrdily: dva Vilíkovi sourozenci, odebrání z rodiny před Vilíkem, mluvili v dětském domově o tom, že je máma pálila cigaretou. Vilíkovi stačilo jen ucítit kouř, který šel přes Hančin balkón z bytu o patro níž, a jeho organismus si vzpomněl na bolest, kterou musel zažívat.

VYNAHRADIT, CO SE DÁ

Díky svědomité Lence spadl Barboře obrovský kámen ze srdce. Už věděla, co Vilíka trápí, a mohla mu pomoci. S Hankou se setkaly v cukrárně, Vilík se po počátečním opatrném pokukování nechal pomazlit a Barbora se na svůj poklad mohla s láskou a ulehčením dívat. Byla rozhodnutá mu všechno, čím si musel projít, vynahradiť: dětství má být přece plné lásky, ne bolesti.



Pěstounka je pro mě máma

V posledních deseti letech doprovází naše organizace stovky pěstounských rodin po celé republice, do roku 2013 ale žily všechny „naše“ pěstounata přímo v jedné ze tří SOS dětských vesniček. Vždycky nás velmi potěší, když máme možnost dozvědět se, jak se vede dnes dospělým dětem, kterým SOS dětské vesničky zasáhly do života. Proto jsme měli velkou radost, že si s námi povídal Miroslav Mirga (30), který prožil část dětství ve chvalčovské vesničce.

V kolika letech jste přišel do SOS dětské vesničky ve Chvalčově?

Přišli jsme tam v roce 1999 společně s mými třemi sourozenci. Nejstarší sestře bylo pět, mně 4, Pepovi 3 a nejmladšímu Gejzovi 2 roky. Do té doby jsme vyrůstali v dětském domově v Olomouci, odtamtud si nás vzala pěstounská maminka Helena Kaplanová a společně jsme se nastěhovali do Chvalčova. Zůstali jsme tam asi 6 nebo 7 let, potom jsme se přestěhovali do východních Čech, kde měla maminka kořeny a kde žila babička s dědou.

Jak na dětství v SOS vesničce vzpomínáte?

Jsem rád, že jsme tam prožili část dětství, protože tam s námi vyrůstaly děti, které měly podobný příběh jako my. Bylo to pro mě uklidňující, že v tom nejsme sami. Všichni jsme někde měli biologické rodiče, kteří se o nás nezajímali, a pěstounka, která se nám snažila vytvořit co nejlepší domov, postarat se o nás a vychovat nás. Některé děti toužily po setkání s rodiči a nepodařilo se jim to. My jsme se s vlastní mámou několikrát viděli, ale nedopadlo to moc dobře.

Vzpomenete si na některé lidi nebo zážitky?

Vzpomínám rád na pana Balgu, díky kterému jsme všichni vyrůstali v hudbě, za to jsem mu moc vděčný. Pamatuju si na rodiny, které žily v okolních domcích, na tetu Inku a na další. A z výletů se mi vybavuje, že jsme byli na několika zápasech české fotbalové reprezentace, dovedli jsme fotbalisty na hřiště a stáli tam s nimi při úvodním ceremoniálu, to byl zážitek.

Ve třetí třídě jste se odstěhoval z vesničky pryč, jak se váš život vyvíjel dál?

Moc se mi do stěhování nechtělo, měl jsem ve Chvalčově kamarády, bylo mi tam dobře. Dnes jsem ale rád, že jsem zažil jak dětství ve vesničce, tak mimo ni, obojí mělo své výhody. S pěstounkou jsme se domluvili, že půjdu na střední školu do Moravské Třebové na obor sociální činnost, že mám dobrý vztah k lidem a velkou trpělivost, tedy by to pro mě mohlo být to pravé.

A bylo?

Dlouho jsem věřil, že ano. Po maturitě jsem šel na vyšší odbornou školu Jabok, pak jsem si udělal bakalářský titul ze sociální práce. V oboru jsem ale nevydržel moc dlouho, hodně mě to vyčerpávalo. Nakonec jsem se rozhodl stát učitelem na základní škole, tady jsem spokojený.

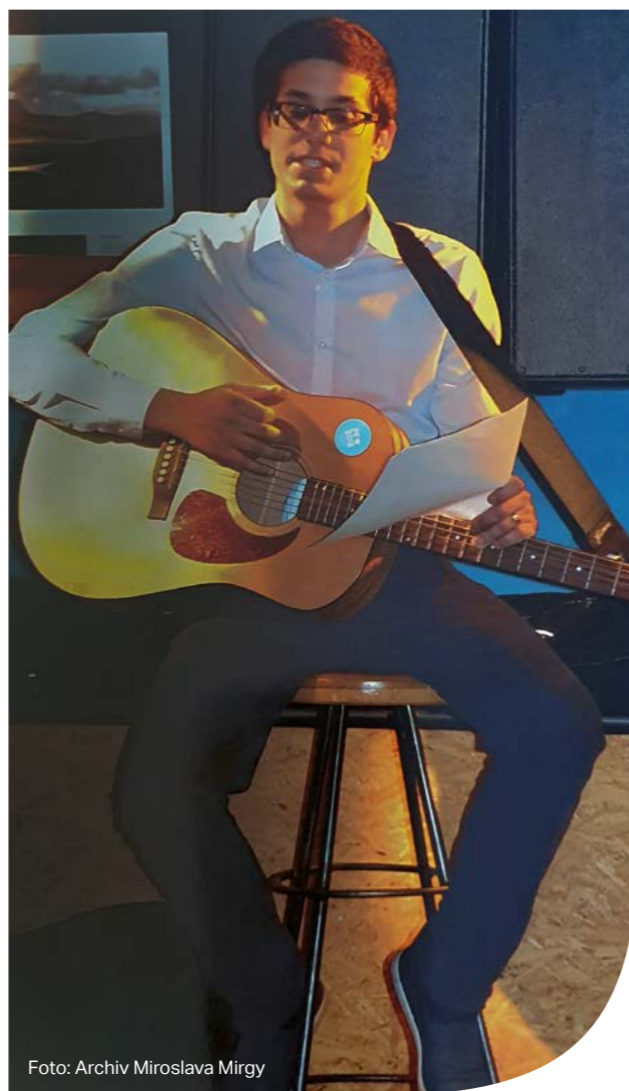


Foto: Archiv Miroslava Mirgy

Ještě se stále věnujete hudbě?

V Praze jsem založil svoji kapelu, ale od té doby, co jsem se odstěhoval na Teplicko, na ni nemám moc času. Snažím se dodělat magisterské studium, hodně pracuju... Tak si teď hraju spíš sám pro sebe. A také vedu školní sbor.

Jste v kontaktu s pěstounkou a sourozenci?

Samozřejmě, pěstounka je pro mě máma, ačkoli teď bydlím poměrně daleko, vídáme se, i se sourozenci. Když jsme odrostli, stala se z mamky přechodná pěstounka, její náručí prošlo několik malých dětí. Ta poslední, Vaneska, u nás už zůstala, teď chodí do první třídy a mamka je zase dlouhodobou pěstounkou. Jsme za ni moc rádi.

Moc děkuji za rozhovor, ať se vám daří!

Naše pomoc dětem v roce 2024

5594
dětí a rodičů potřebovalo
v loňském roce naši pomoc

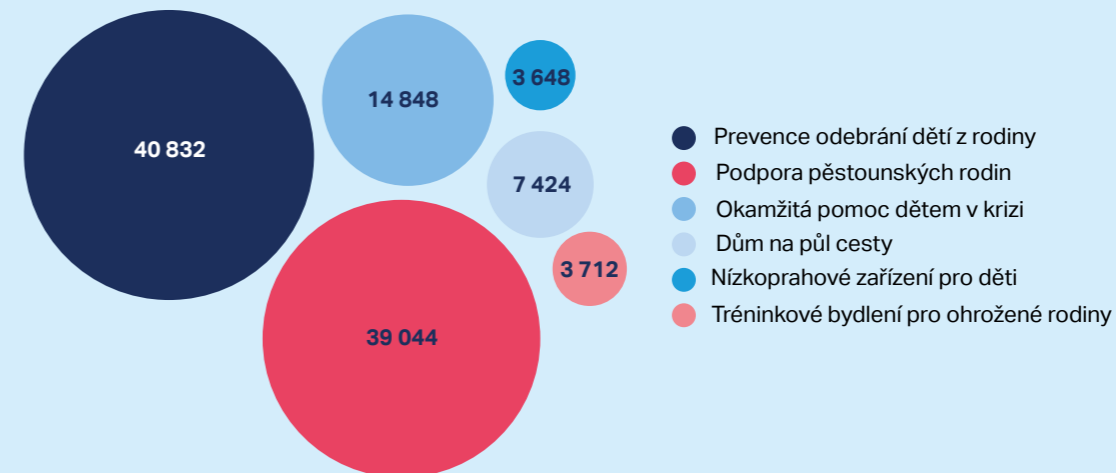
POČET PODPOŘENÝCH DĚTÍ



- Podpora pěstounských rodin
- Prevence odebrání dětí z rodiny – dlouhodobá
- Prevence odebrání dětí z rodiny – krátkodobá
- Dům na půl cesty
- Nízkoprahové zařízení pro děti
- Okamžitá pomoc dětem v krizi
- Tréninkové bydlení pro ohrožené rodiny

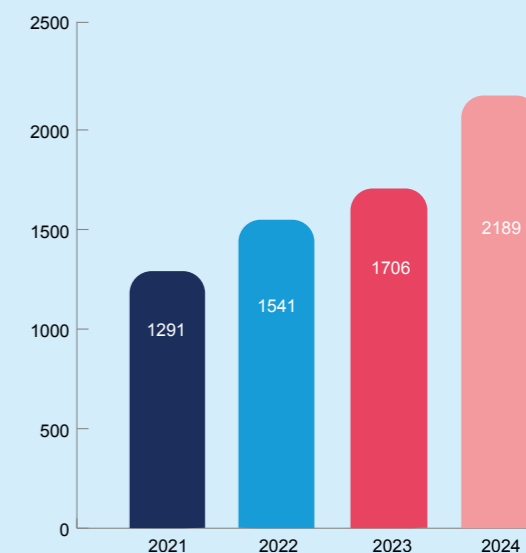
POČET ODPRACOVANÝCH HODIN

Kolik hodin se věnovali naši sociální pracovníci pomoci ohroženým dětem



- 752** rodin, které jsme pomáhali zachránit před rozpadem a odebráním dětí
- 69 %** pouze matka
- 9 %** pouze otec
- 22 %** oba rodiče

POČET DLOUHODOBĚ PODPOROVANÝCH DĚTÍ





O smutném káčátku

Když pětiletá Anička přišla do své nové rodiny, téměř nemluvila. Držela se za ruku svého staršího bráčky Tomáše a pozorovala svět ustrašenými očima. Jejich pěstouni věděli, že děti přišly z rodiny, kde se o ně maminka nedokázala postarat kvůli závislosti, ale nevěděli, jak jim pomoci vyrovnat se s tím vším, co zažily.

Na druhou návštěvu si sociální pracovnice Petra přinesla žluté plastové káčátko: „Co kdybychom si s ním pohrály?“ Anička, která do té doby seděla schoulená v rohu, zvedla oči. Společně začaly stavět z krabic malý svět - domeček, jezírko, cestičky. „Víš, tahle kachnička taky kdysi musela opustit své staré hnízdo a hledat nový domov,“ vysvětlila jí Petra. „Můžeš jí pomoci zabalit batůžek na cestu?“

POJĎ SI HRÁT

Tomáš nejdřív jen přihlížel, ale když viděl, jak jeho sestřička poprvé po dlouhé době ožívá při vyprávění o tom, co si

káčátko vzala s sebou, přidal se také. „Moje kačenka si vzala fotku maminky,“ řekl tiše. „A taky medvídek, kterého mi dala.“ Během dalších setkání děti společně s Petrou vytvářely příběh svých káčátek. Mluvily o tom, jak se ptáčci cítili, když museli odejít ze starého hnízda, o jejich strachu z nového domova i o tom, že je v pořádku být někdy smutný nebo našťvaný.

BATOH PLNÝ VZPOMÍNEK

Teď už obě hračky bydlí v domečku z krabic vedle postele a každý večer si s dětmi povídají. „Víš,“ řekla nedávno Anička pěstounce Lence při ukládání do postele, „naše kachničky už nejsou smutné. Občas se dívají do svých batůžků, ale tady mají teď svoje doma.“ Petra k tomu dodává: „Metodu My Backpack mám ozkoušenou a přijde mi neskutečně účinná. Je radost vidět, jak tvorba ‚batůžku‘ dětem v nové rodině pomáhá k pocitu bezpečí a jistoty.“



VÁNOČNÍ SBÍRKA VYNESLA REKORDNÍ ČÁSTKU

Návštěvníci Pražského hradu mohli už po šestadvacáté podpořit děti z SOS dětských vesniček příspěvkem do kasičky pod vánočním stromem. V tradiční sbírce pod záštitou první dámy Evy Pavlovy se vybralo krásných 276 tisíc korun, tedy nejvíce za posledních deset let. Máme z toho velkou radost!



DO POMOCI SE ZAPOJILI I ZAMĚSTNANCI

Raiffeisenbank patří mezi naše mnohaleté partnery, díky kterým můžeme pomáhat ohroženým dětem, aby mohly zůstat ve své rodině. V loňském roce navíc zaměstnanci banky uspořádali sbírku založenou na odprodeji nevyužitých technických věcí, čímž podporu svého zaměstnavatele téměř zdvojnásobili. Moc děkujeme!



MIKULÁŠSKOU NADÍLKU SI DĚTI UŽILY

Balíček plný dobrot udělá radost každému dítěti bez výjimky, Mikuláš, čert a anděl proto pravidelně navštěvují všechny naše pobočky. Děti z volnočasového centra SOS Kajuta si s Mikulášem zazpívaly koledy, zahrály vánoční kvíz a samozřejmě mu zarecitovaly básničku a dostaly za to sladkou nadílku. K tomu se podávaly perníčky a nealko punč – prostě předvánoční pohoda, jak má být.



RÁNY NA DUŠI HOJÍ LÁSKYPLNÁ PÉČE

SOS dětské vesničky staví svou práci s pěstounskými rodinami na principech terapeutického rodičovství. Školíme náhradní rodiče, aby dokázali citlivě vnímat, čím jejich přijaté děti prošly, než se dostaly do jejich péče, a jak jim pomoci tato raná traumata překonat. Partnerem terapeutického rodičovství byla v minulém roce nadace JetBrains Foundation.

Duševní zdraví dětí I děti někdy bolí duše

Nedávný průzkum Národního centra duševního zdraví mezi žáky devátých tříd ukázal znepokojivá data: třetina patnáctiletých se potýká s dlouhodobými pocity úzkosti, 40% vykazuje známky střední až těžké deprese (část dětí se potýká s obojím). Každý pátý má navíc zkušenost se sebepoškozováním. V posledních letech prudce vzrostl počet dětí, které potřebují psychologickou pomoc, dostupnost odborné péče je ale zejména v některých regionech velmi omezená. Potíže dětí se tak velmi často nedaří podchytit a léčit včas.

O příčinách zhoršujícího se zdraví dětí vedou odborníci dlouhé debaty. Shodují se na tom, že období covidových omezení sehrálo v této oblasti neblahou roli, což dokládají i data SOS dětských vesniček. V roce 2021 se nám skokově zvýšily náklady na psychologickou pomoc dětem o 60%, od té doby rostou sice pomaleji, ale stále dál. V médiích se mluví také o generaci sněhových vloček, tedy dětí, které jsou málo odolné. Pravděpodobně se ale bude jednat o celý komplex důvodů.

DĚTSTVÍ MŮŽE BÝT TĚŽŠÍ, NEŽ SE ZDÁ

Děti a dospívající čelí vysokým nárokům ve škole, tlaku sociálních sítí a mnohdy vyrůstají v nestabilním rodinném prostředí. Děti, kterým pomáhají SOS dětské vesničky, se

většinou potýkají právě s problematickými rodinnými vztahy a řada z nich za sebou má traumatizující zážitky. Zkušenosti s traumatem v raném dětství přitom riziko psychických obtíží výrazně zvyšují: děti se potýkají s depresemi, úzkostnými poruchami nebo mají velké potíže se zvládnutím emocí. Naše sociální pracovnice se s těmito problémy u dětí setkávají každý den. Pracujeme s dětmi, které zažily zanedbávání, domácí násilí, ztrátu rodičovské péče nebo jiné těžké životní situace. Víme, jak důležité je vytvořit pro ně bezpečné prostředí a poskytnout jim odbornou pomoc, která jim umožní lépe zvládat své obtíže.

VYHLEDAT POMOC NENÍ ŽÁDNÁ OSTUDA

Právě proto jsme se rozhodli, že letošní rok věnujeme tématu duševního zdraví, a to nejen na stránkách tohoto časopisu. Je to téma, které se zdaleka netýká jen ohrožených dětí, kterým pomáhají SOS dětské vesničky, ale – jak ukazuje průzkum zmíněný v úvodu článku – velkého počtu dětí napříč sociálním spektrem. Ačkoli téma rezonuje v médiích čím dál více se o něm mluví, stále je část rodičů, kteří považují psychické potíže svých dětí za selhání, před kterým je lepší zavřít oči, než vyhledat odbornou pomoc. Jsme odhodláni přispět k tomu, aby se tento přístup dále měnil směrem k větší otevřenosti a nabízení pomoci všem dětem, které to potřebují.



Ze stínu do světla

„Nejsem nikdo a nikdy nikdo nebudu.“ Jaké to asi je se s tímhle pocitem budít každý den už od dětství? I v den svých osmnáctých narozenin, navíc v psychiatrické léčebně, kde se Petra nechala hospitalizovat kvůli sebevražedným myšlenkám?

Celé dětství žila Petra v přesvědčení, že svět kolem ní je chladné a nespravedlivé místo. Máma jí místo do školy posílala na brigády, brala jí všechny vydělané peníze a její úspěchy vždy přehlížela. „Hrozně unavená: jako by jí bylo padesát, ne osmnáct,“ to byl dojem, který z Petry měla sociální pracovnice Lucie. První dny nebo spíše týdny spolupráce v domě na půl cesty, kam se Petra dostala po ukončení léčby, byly pro obě výzvou. Petra byla zvyklá spoléhat jen sama na sebe a nečekala, že by jí někdo opravdu chtěl pomoci.

KRŮČEK PO KRŮČKU

Postupně si Petra s pomocí Lucie začala dávat menší cíle: každý den se z něčeho radovat, každý den někomu pomoci,

naučit se říkat ano, ale i ne. Pak přišly cíle větší, hlavně najít si práci. Petra od mámy slyšela, že z ní nikdy nic nebude, a bez povzbuzení Lucie by nikdy pohovor na místo pokojské nezkusila. Díky své přirozené inteligenci a milému chování udělala skvělý dojem a místo získala okamžitě. Tím to ale neskončilo!

KDYŽ TI NĚKDO VĚŘÍ

Nadřizení si všimli její pečlivosti a spolehlivosti a brzy jí nabídli povýšení na provozní vedoucí v hotelu v jiném městě. Byla to výzva, kterou by dříve ze strachu odmítla, ale teď ji přijala. Když se Lucie s Petrou rozloučila a přišla do jejího pokoje, našla ručně psaný vzkaz. „Já vám musím moc poděkovat. Netuším, co bych bez vás dělala. To všechno mě nastartovalo a začala jsem se těšit ze života. Někdo konečně viděl moje posuny, to bylo pro mě úžasné. Cítila jsem se konečně, že jsem vidět a slyšet. MOC VÁM DĚKUJI.“

Vyplňte si daňové přiznání za 15 minut na
www.sos-vesnicky.cz/stranky/danove-priznani-pomaha

Daně rychle a snadno, bez registrace, vše anonymně.
Daňová kalkulačka vypočítá vaše daně a připraví vám přehledy pro pojišťovny.
Peníze, které ušetříte za účetní, můžete věnovat na pomoc dětem.
www.sos-vesnicky.cz/stranky/danove-priznani-pomaha



HLAVNÍ PARTNEŘI



MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



V ROCE 2025 NAŠI ČINNOST PODPORUJÍ TYTO INSTITUTE

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