

**Plzeňská zastávka z. s.**

Všeruby 95, 330 16,

IČO 01231502

Registrace: L 6474 vedená u KS v Plzni

č. účtu: 2300334693 / 2010

[www.plzenskazastavka.cz](http://www.plzenskazastavka.cz)

# VÝROČNÍ ZPRÁVA

## ROK 2020

*Neziskový spolek Plzeňská zastávka poskytuje fyzickou a morální pomoc osiřelým rodinám, kde zemřelo dítě, rodinám, kde zahynul jeden nebo oba rodiče a zanechal po sobě děti, osamělým vdovám a vdovcům po náhlé ztrátě partnera.*

# OBSAH

Slovo úvodem	1
Poslání a formy pomoci	2
Lidé ve spolku	3
Projekty a granty	4
Zapalme svíčku za zemřelé děti	5
S čím se setkáváme	6
Odpracované činnosti	7
Odbornost a diskrétnost služby	8
Ohlédnutí za rokem	9
Spirituální doprovázení	11
Knihovna	12
Práva rodičů při úmrtí miminka	13
Hospodaření 2020	14
Děkujeme	15
Kontaktní informace	16

## Slovo zakladatelky a členky Rady



Vážení přátelé,

*před rokem touto dobou vstoupil virus SAR-CoV-2 do našich životů a asi nikdo netušil, že i za rok budeme žít v nouzovém režimu různých opatření, pokynů a omezení. Vývoj pandemie nám do života přinesl i mnoho emocí a traumatických událostí, našich nečekaných reakcí, které nově v každodenním životě pociťujeme. Cítíme možná potřebu být k sobě víc laskaví, věnovat se sami sobě a hledět i na vlastní duševní hygienu.*

*V době, kterou můžeme nazvat nouzovým, krizovým či mimořádným stavem, nabídla Plzeňská zastávka jako neziskový spolek krizovou intervenci a podpůrnou terapii pozůstalým v případě úmrtí v důsledku koronaviru, ale také navíc komukoliv dalšímu, kdo se zabývá obavami z možného úmrtí.*

*V roce 2020 bylo odvedeno opět velké množství práce, kdy tyto aktivity spolku korespondují se zaměřením definovaným ve stanovách. Přes 130 hodin přímé péče o pozůstalé, v osobním či online setkání. Doba „covidová“ ukázala na hlubokou problematiku umírání a toho, jak je nezpracovaná. Umocněno tím, že se smrt nyní často uchýlila hluboko do nemocnic, do zavřených prostor ARO-JIP, za igelitové obleky a respirátory, bez možnosti se řádně rozloučit s umírajícím, mluvit s ním, pohladit jej... Dokonce bez možnosti uspořádat pohřeb dle našich přání. Jako poradci se setkáváme s bezradnou bolestí pozůstalých.*

*Čeká nás pravděpodobně další náročný "distanční" rok, osobně i profesně... Kdy se život vrátí do starých kolejí před pandemií, je neznámé. Musíme přivyknout a přijmout změny, které provázejí naše další žití.*

*Naši členové jako základní kámen organizace, navzdory části názvu „zastávka“ opravdu „nestojí“. Jedou naplno a děkuji každému za jeho část přispění a pomoc, za energii, kterou věnují společnému dílu a jeho ideálu. Děkuji všem jednotlivcům i organizacím, kterým dává naše práce a poslání smysl. Vážíme si všech forem podpory, pomáháte nám pomáhat a pomáhaní pomáhá. Přeji nám všem klidný rok ve zdraví.*

*S úctou a láskou k našim zemřelým.*

Zuzanna Pousková

## Poslání

*Náš spolek byl platně registrován v listopadu 2012 a za myšlenkou jeho založení stály dvě ženy – **Zuzanna Pousková a Mirka Šimková**. Jedna z nich tragicky ztratila dítě, druhá muže...*

**Neziskový spolek Plzeňská zastávka** poskytuje fyzickou a morální pomoc osiřelým rodinám, kde zemřelo dítě (po těžké nemoci, následkem úrazu při nehodě, trestném činu nebo z vlastního rozhodnutí), rodinám, kde zahynul jeden z rodičů a zanechal po sobě malé děti nebo oba rodiče a to zprostředkováním lékařské, psychoterapeutické, právní včetně jiné pomoci a služeb osiřelým rodinám; organizací společných setkání členů osiřelých rodin; individuálním setkáním s osiřelými členy rodin dle jejich zájmu a potřeby s cílem poskytnout bezprostřední morální podporu; realizací záchytné struktury svépomocných skupin matek, otců a jiných nejbližších členů rodin, fyzická, virtuální podpora jejich aktivit; konáním přednášek, seminářů, besed a jiných akcí, publikační činností a vystupováním v masmédiích se zaměřením na zvýšení informovanosti o předmětu a cíli spolku; vyvíjením spolupráce s národními i mezinárodními organizacemi zabývajícími se stejným či obdobným předmětem činnosti.

### CÍLOVÁ SKUPINA NAŠÍ SLUŽBY

- ☞ Rodiče zemřelých dětí v jakémkoliv věku
- ☞ Vdovy, vdovci (tragická úmrtí, nezaopatřené děti aj.)
- ☞ Dítě bez rodičů (i dospělé)

*\*Přirozené úmrtí sešlostí, seniorským věkem  
a jejich pozůstalí nejsou naší cílovou skupinou.*

### FORMY POMOCI - AMBULANTNÍ/TERÉNNÍ/DISTANČNÍ- ONLINE

Osobní, telefonický, písemný (chat) kontakt dle dohody

- ☞ Laická pomoc, sdílení, doprovázení
- ☞ Krizová intervence
- ☞ Psychoterapie individuální, párová, rodinná
- ☞ Spirituální doprovázení
- ☞ Sociální, právní poradenství
- ☞ Nabídka svépomocných skupin
- ☞ Vzpomínkové akce
- ☞ Osvěta, workshopy, besedy, spolupráce
- ☞ Online konzultace, knihovna

## Lidé ve spolku

### RADA SPOLKU

Miroslava Šimková

Zuzanna Pousková

Mgr. Monika Jelínková

### DOBROVOLNÍ PORADCI/TERAPEUTI

Mgr. Jolana Matoušková

Mgr. Kateřina Ratislavová Ph.D.

Eva Volrábová

Mgr. Simona Vlčková

Mgr. Renata Václavíková Tunklová

Bc. et Bc. Kateřina Holubová

### EKONOM. ČINNOST

Mgr. Ing. Dana Paučová Ph.D.

### FOTOGRAFIE, GRAFICKÁ ČINNOST

Mgr. Milan Svoboda

Ing. Jaroslav Fiřt, Ph.D.

### PODPOROVATELÉ A EXTERNÍ SPOLUPRACOVNÍCI

Řezáčová Šárka

Kozák Vladimír

Fenclová Ivana

Bezděková Veronika

## Spolupráce

### DÁLE ZA NÁMI STÁLI, PODPORU A RADU POSKYTOVALI

Mgr. Karel Šimr Ph.D., evangelický farář, koordinátor PITu

kpt. Mgr. Romana Morongová, vrchní komisařka, psycholožka

PhDr. Mgr. Naděžda Špatenková, Ph.D., odborný garant poradenství pro pozůstalé

## Projekty a granty

- ☞ Na ztrátu blízkého nejste sami
- ☞ Pomoc pozůstalým při náhlé ztrátě blízkého člověka
- ☞ Podpora vzdělávání, edukace veřejnosti, provoz poradny
- ☞ Pomoc osiřelým jednotlivcům i rodinám při náhlém úmrtí milované osoby

### AKCE A PODPORA ČINNOSTI

- ☞ Zapalme svíčku 2020 - tradiční akce věnovaná památce zesnulých dětí.
- ☞ Vzpomínkové setkání online - při příležitosti Světového dne obětí dopravních nehod
- ☞ Záštitu spolku ÚMO Plzeň 3, spolupráce

Naše snahy v projektech byly účinně pomoci široké veřejnosti pochopit zármutek člověka v době zejména náhlé ztráty milovaného dítěte, partnera, rodiče, kamaráda...podpořit celkovou atmosféru ve společnosti a z ní vyplývající chování k lidem, kteří si zaslouží pomoc v těžké životní situaci. Smrt a truchlení je tématem, které máme stále málo osvětleno, ačkoliv mívá dopad na náš další život.

Finanční podporu jsme využili na základní provoz poradny, realizaci vzpomínkové akce, podpoře při osobních/online terapiích, pořízení kondolencí a svíček pro uctění památky zemřelého, vybavení aktuální tematickou literaturou, výrobě našeho prvního informačního rollupu potřebného na osvětových akcích a besedách.

### MOMENTY Z PRAXE

*Byl to právě rok a já jsem pořád plná pláče pro svou zemřelou vnučku. V rodině mi tvrdí, že to nezvládám ...*

*Po smrti mé dcery se mi zbořil svět, stal se černým, nebezpečným... Cítím se velmi sama, mám problémy ve vztazích s lidmi.*

*Zemřel mi manžel...nemůžu jíst, spát, každý den na něj myslím...jsem na antidepresivech. Cítím se vina za to, že zemřel... Pořád se mi vrací chvíle, kdy mi oznámili, že je mrtev.*

*Můj syn se zabil. Nemohu o tom s nikým mluvit, protože sebevraždu lidé nechápu nebo to odsuzují...chtěla bych vrátit čas... Po smrti našeho syna se všichni kolem odmlčeli nebo se nám vyhýbají, je to těžké.*

Jednou z mála akcí, kterou jsme mohli uspořádat „naživo“ bylo „ZAPALME SVÍČKU 2020“. Podle hojné účasti rodin se nám zpětně zdá důležité, některé věci konat i v nelehkém prostoru vládních

opatření. Eva Volrábová nás provedla mluveným slovem, Vladimír Kozák vedl tradičně klidnou atmosférou výrobu svíček, Šárka Řezáčová podpořila svou přítomností a nabídkou ruky k pomoci, Milan Svoboda fotil. Rozdávali jsme poprvé i drobné dárky pozůstalým členům rodin.



Zapalme svíčku 2020, foto Milan Svoboda

Pozůstalí po úmrtí milované bytosti prochází většinou obrovskou bolestí až zoufalstvím. Chtějí s někým sdílet, co právě prožívají. Z odborných studií vyplývá, že se jim přátelé a lidé z okolí věnují především v prvních dnech jejich smutku, poté se vrátí ke svým zvyklostem a na potřeby pozůstalých zapomenou.

### S ČÍM SE V ROZHOVORECH SETKÁVÁME

- ☞ s tabuizovaným tématem smrti, zejména u sebevražd a jiných tragédiích
- ☞ s předsudky a nepochopením v okolí pozůstalých
- ☞ s hodnotícím přístupem k pozůstalému
- ☞ s nízkou podporou pozůstalých dětí

Někdy si myslíme, že spokojenosti a vnitřního klidu se nám dostane po úspěchu v práci, rodině, při studiu. S prožitím náhlého úmrtí milovaného člověka nebo i jiné živé bytosti často zažíváme prohlédnutí bezvýznamnosti věcí hmotných a naopak zvědomění významů vlídného okolí kolem nás. Ty chvíle společného prožívání smutku, starostí, prostoru pro nadechnutí se, předání si energie, soucitu druhého pro naše trápení...

*Kazuistika: klientka, pracující, 3 děti v rodině, babička 67 let, dědeček zemřel v souvislosti s onemocněním Covid-19. Klientka hledá rady, jak mluvit s maminkou, co dělat po smrti otce, když zůstala sama s dalším nemocným členem rodiny. Má strach o maminku a smutky z náhlé ztráty otce. Poskytnuté intervence: bezpečný prostor pro sdílení, povídání o jejím strachu až*

*zoufalství, hledání možností, jak sobě i mamince pomoci, rady k pohřbu, vnímání smrti dědečka očima dětí, vynořující rodinná témata kolem bolestné ztráty náhlého úmrtí. Cíl spolupráce: v průběhu online rozhovorů poskytnou klientce emoční oporu, prostor pro sdílení, praktické rady na podporu truchlení u dětí, nabídka podpůrného kontaktu babičce.*



*Foto: archiv M. Svoboda*

Spolek je otevřen všem, kteří prošli přímou ztrátou milované osoby nebo se s ní potýkají v rodině, u přátel a to bez ohledu na bydliště. Zároveň jsme jediná organizace pro pozůstalé pro celý Plzeňský kraj, kdy se věnujeme sirotkům, vdovám a vdovcům při často tragickém, náhlém úmrtí jejich partnerů. Poskytujeme poradenství a praktické rady pro truchlící rodiče, které potkala ztráta miminka před nebo po porodu, interrupce z genetických důvodů nebo potratu.

### PŘÍKLADY OTÁZEK, O KTERÝCH SE ŽENY, MUŽI NEBO OBA RODIČE CHTĚJÍ PORADIT

- ⌘ Jak to všechno zvládnou?
- ⌘ Jaký dopad má ztráta miminka na ostatní děti v rodině a jak k tomu přistupovat?
- ⌘ Jak spolu o ztrátě miminka komunikovat a jak si porozumět navzájem?
- ⌘ Co dělat s pocitem hněvu, viny nebo studu?
- ⌘ Jak pomoci tělu v návratu do stavu před otěhotněním?
- ⌘ Jak se rozloučit s miminkem, když jsme neměli tu možnost v porodnici?



## ODPRACOVANÉ ČINNOSTI DOBROVOLNÝMI PORADCI

ČINNOST	2020	2019
Poradna osobní/online, doprovázení, terapie	26	
Telefonické konzultace, poradenství	65	
Chat/e-maily	56	
Celkem kontaktů	147	166
Čas přímé péče	6.780 minut/ 113 hodin	7115 min/ 119 hodin

## NAŠE ČLENSTVÍ

- Asociace poradců pro pozůstalé
- Česká asociace pro psychoterapii
- Profesionální komora sociálních pracovníků
- Česká komora profesních asistentů



## SPOLUPRACUJEME

- Dlouhá cesta z. s.



## Odbornost a diskrétnost služby

### INDIVIDUÁLNÍ PŘÍSTUP

Naše služba je poskytována na základě dobrovolného rozhodnutí klienta. Vychází z jeho individuálních potřeb a přání, poradci se při práci řídí etickými zásady a mlčenlivostí.

### AMBULANTNÍ/TERÉNNÍ/DISTANČNÍ, ONLINE

Osobní, telefonický, písemný (chat), online kontakt dle dohody.

### TRUCHLENÍ

Truchlení někdy potřebuje odbornou podporu. S jakými otázkami se od truchlících setkáváme: *Jak to všechno zvládnou? Bojím se pohřbu, co mám dělat? Jaký dopad má ztráta našeho miminka na sourozence v rodině? Jak mám reagovat, když brečím před kolegy? Je rozdílné truchlení muže a ženy? Jak mluvit o úmrtí s ostatními?*

### INTERVENCE PŘÍMÉ PÉČE

Potřebná konzultace může proběhnout jednou nebo i vícekrát. Může být jako jediný podpůrný kontakt, nebo se domlouváme na pokračování. Spojení s naší terapeutkou je obvykle po telefonu/chatové komunikaci/on line př. Whatsapp. Smrt nás vybízí ke hledání smyslu života a naše poradkyně jsou pro klienty průvodci na těchto cestách.

### MEZIOBOROVÁ SPOLUPRÁCE

Intenzivně spolupracujeme s policejními psychology a policejními interventy, metodiky, interventy Městské policie Plzeň, s hasiči záchranáři, sociálními pracovníky KÚ PK, pracovníci ÚMO města Plzně, NNO Ledovec, Linkou bezpečí, sociálními službami Magistrátu města Plzně, lékaři.

### OSVĚTA, VZDĚLÁVÁNÍ

Členové spolku Plzeňské zastávky mají za sebou mnoho hodin vlastního vzdělávání, rozhovorů a psaní tematických článků na pomoc pozůstalým, budujeme rozvoj spolku na poli dobrovolnictví i dárcovství.

- ☞ Návštěvnost webu pololetí: 3463, průměrný čas na stránkách: 1:06 hod.
- ☞ Sledující na sociálních sítí: 730 na FB, 4100 Twitter prostřednictvím Mirky Šimkové.

## Ohlédnutí za rokem 2020

- ☞ **PROSINEC** - poděkování primátora města Plzně dobrovolníkům **Anděl 2020** se nuceně obešlo bez velkých ceremonií. Za Plzeňskou zastávku byly oceněny naše poradkyně **Renata Václavíková Tunklová, Jolana Matoušková, Katka Ratislavová a Katka Holubová.**

Naše kolegyně **Mgr. Kateřina Ratislavová Ph.D.** společně se Mgr. Zuzkou Hruškovou uzavřely po 6 letech kurz *Péče o rodiče po perinatální ztrátě pod záštitou Dlouhé cesty z.s.*

- ☞ **LISTOPAD** - v Plzni bylo možné si připomenout ty, kdo přišli při nehodách o život, v kostele Nanebevzetí Panny Marie. *Vrátit čas nedokážeme. Hodně věcí „nemůžeme“... ale být tu pro sebe navzájem, ano* řekla spoluzakladatelka spolku Plzeňská zastávka Mirka Šimková, která sama přišla při autonehodě o manžela. I my vyjádřili solidaritu s pozůstalými trpícími dlouhodobými dopady těchto úmrtí. Vytrvale podporujeme společenské uznání ztráty a bolesti pozůstalých po obětech nehod.

**Hlavní cenu ocenění Křesadlo** s podtitulem „cena pro obyčejné lidi, kteří dělají neobyčejné věci“ získala zakládající členka **Miroslava Šimková**. Mirka je pro nás již několik let velkou inspirací a důkazem toho, že i když nám život nakládá opravdu těžké zkoušky, dá se i přesto spousta věcí zvládat s humorem a vytvořit velké věci.

Do knihovny jsme postupně zakoupili **nové publikace s tematikou smrti, významech rituálů, o bolesti a smutku po ztrátě**. Knížky jsme zacílili také pro děti a dospívající v osiřelých rodinách. Klienti si mohou knihy zapůjčit na základě rezervace u Zuzanny Pouskové nebo u svého poradce Plzeňské zastávky z. s.

- ☞ **ČERVEN** - kolegyně **Mgr. Simona Vlčková** na konferenci SPIS INTERVENT v Nečtinách přednášela o pomoci pozůstalým prostřednictvím našeho spolku.

Setkání rodičů a blízkých po ztrátě, prostor pro emoce, pocity osamění, křivdy, nepochopení okolí, rezignace. Co dělat, pustit, opustit, odpustit....? *...Nebylo jednoduché se s milovaným dítětem rozloučit a nechat ho odejít jednou provždy.... (maminka zemřelé dcerky). Pomáháme jiným rodičům, kteří si možná procházejí něčím podobným jako kdysi my....(poradkyně Monika).*

Blesková sladká aukce poradkyní vytvořený dort - Oreo s motivem marcipánového jednorožce, přinesl výtěžek 1000 Kč na provoz poradny.

- ☞ **KVĚTEN** - **školíme se v tématu Hygiena a prevence COVID19** online. Tématem školení bylo „Koronavirus – mikrobiologie, epidemiologie a hygieny v sociálních službách“. Záleží nám na kvalitě a bezpečí služby, kterou klientům poskytujeme.

**Asociace poradců pro pozůstalé ČR a náš spolek** se připojil ke sdílení informace v dokumentu WHO, který reflektuje nedostatek důkazů o tom, že by manipulace

s tělem zesnulého představovala nějaké zvýšené riziko, a který jednoznačně apeluje na respektování přání a důstojnosti zesnulého a jeho rodiny.

Připojili jsme se k projektu „*Chci ti něco říct*“ a pro naše klienty jsme připravili nabídku ve vodě rozpustných dopisů.

**Vychází nová kniha kolegyně Katky Ratislavové – Psychosociální podpora při úmrtí miminka** nabízí porozumění procesu truchlení při perinatální ztrátě, významu rituálů rozloučení plán psychosociální péče o ženu/rodiče po perinatální ztrátě, rozlišit normální a komplikovaný průběh truchlení, vyhodnotit prospěšné strategie pro zvládnání zármutku.

- ☞ **DUBEN** - v době koronavirové epidemie nabízíme veřejnosti bezplatné, anonymní a diskrétní podpůrné rozhovory do 30 min. Realizovat je lze pomocí tel. kontaktu, skype, whatsappu.

Vytváříme nové postupy a dočasné změny v provozu naší poradny s cílem ochrany poradců i klientů před nákazou Covid19.

Pořídili jsme si první profi rolupp pro odborné přednáškové využití.

- ☞ **BŘEZEN** – přinášíme **rozhovor o epidemii a umírání v Deníku N.** V rozhovoru kolegyně Mirka zdůrazňuje, jak zásadní je s blízkými se rozloučit.

**Rozhovor v ČRo** a členka Rady Mirka Šimková. Sama si před lety prošla životní ztrátou partnera, dnes pomáhá lidem, kterým ukazuje, že jejich život nekončí a naděje pořád je. S nabídkou pro neslyšící na online terapii, krizovou intervenci nebo tlumočnické služby bezplatně přichází naše poradkyně Kateřina Holubová, studentka psychologie.

- ☞ **ÚNOR** – Rozhovor v pořadu **ČRo Mezi nebem a zemí.** Poradkyně Monika Jelínková si povídá o truchlení a naší možné podpoře pozůstalého na cestě zármutku.

Máme nové edukační letáčky pro sociální pracovníky i širokou veřejnost.

Osobně jsme jeli poděkovat do Brna zaměstnancům firmy HARMANN-RICO za úžasný společný dar pro naši poradnu pro pozůstalé.

- ☞ **LEDEN** - umístění našeho projektu *Pomoc osiřelým jednotlivcům i rodinám při náhlém úmrtí milované osoby* v **TESCO programu** „Vy rozhodujete, my pomáháme“.

Fotograf Milan Svoboda věnoval zakladatelce Zuzanně Pouskové překrásný nástěnný kalendář 2020 plný přírodních divů, který byl dán do aukce ve prospěch chodu poradny.

The logo for 'givt' features the word 'givt' in a lowercase, sans-serif font. The letter 'i' is stylized with a blue dot and a blue shadow, while the other letters are black.A banner image showing several hands of different colors (orange, blue, black) stacked together in a supportive gesture. Below the hands is a blue bar with white text.

Přispějte naší organizaci přes [givt.cz](https://www.givt.cz)

Nezaplatíte ani korunu navíc a podpoříte ty, které máte rádi.

## Spirituální doprovázení

*„Neštěstí a smrt blízkého často otočí náš život vzhůru nohama. Je to bolestná zkušenost, které může podnítit osvobozující proces zrání, prozření - toho, čemu se v biblické mluvě říká "obrácení" či "změna smýšlení". Význam věcí se nám někdy začne jevit v úplně nových proporcích. To, co je "nad námi" je třeba najednou důležitější než to "kolem nás". Jsme jakoby „vykopnuti“ do jiné reality, kterou není snadné sdílet s druhými lidmi. Je dobré, když najdeme někoho, kdo kus této - duchovní - cesty šel před námi a může nám pomoci se na ní zorientovat“ (Karel Šimr, 2020).*



Foto Milan Svoboda

*Když vám zemře milovaný partner. Váš muž, vaše žena, váš přítel, přítelkyně, vaše láska a všechno. Najednou věci, o kterých jste snili, budoucnost, kterou jste plánovali, dostala jiný rozměr (poradkyně Mirka)*



## Knihovna

Provozujeme knihovnu se zaměřením na témata smrti, péče o pozůstalé, děti a smrt, výběr odborné literatury pro poradce a terapeuty.

*Z pohledu sociálního pracovníka nahlížím na knihovnu našeho spolku jako na velmi prospěšnou věc. Najdete zde mnoho knih, které nám pomáhají porozumět truchlícímu člověku v jeho mnohdy těžkém životním období. Mě osobně upoutaly knihy pro děti. Smrt je součástí našich životů a i ti nejmenší potřebují odpovědi. Nám dospělým mohou pomoci v rozhovorech s dětmi, jak volit ta správná slova. (Andrea, dobrovolnice)*

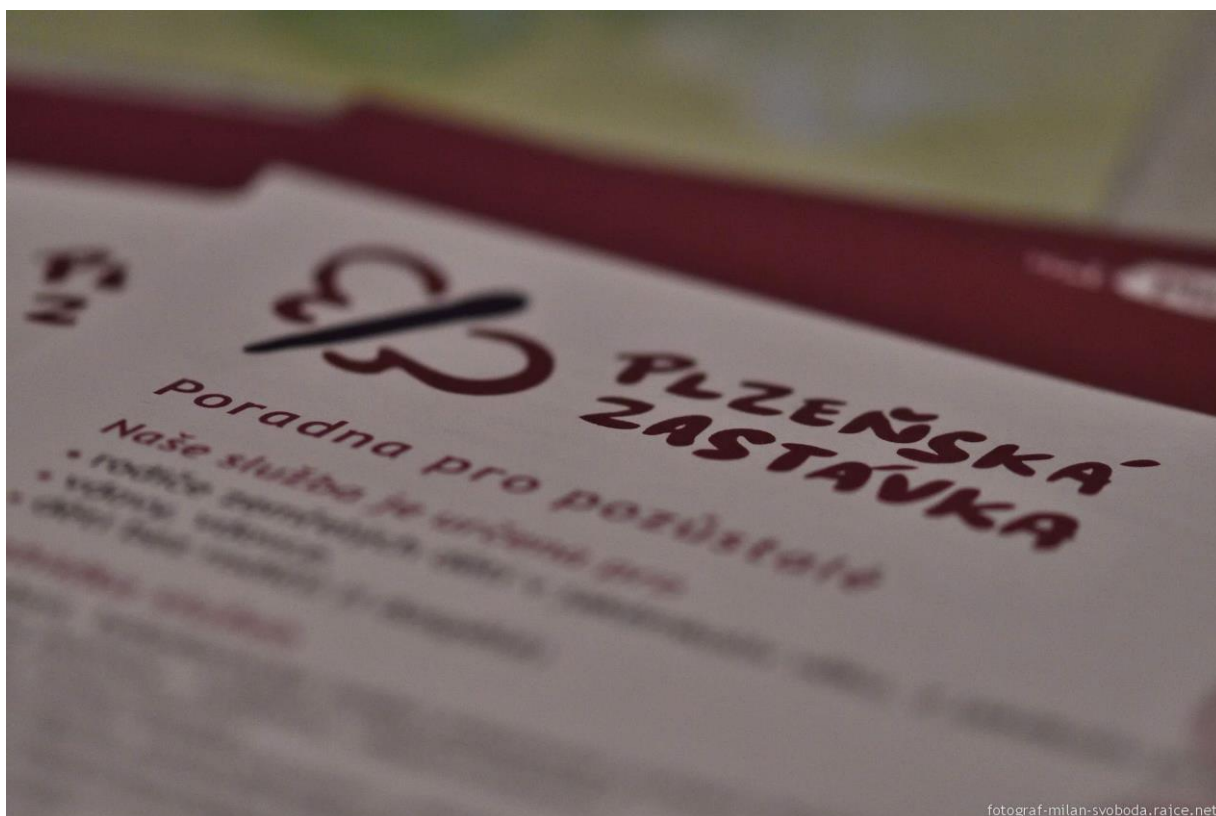


Foto archiv M. Svoboda

## Práva rodičů při úmrtí miminka

<p><i>Zpracovala K. Ratislavová 2020, zdroj: přeloženo volně dle SANDS (Stillbirth and neonatal death charity).</i></p>
Dostat příležitost své dítě po porodu vidět, chovat jej v náručí.
Dostat příležitost s dítětem se rozloučit v intimním prostředí po takovou dobu, kterou potřebujete.
Dostat příležitost dítě vyfotografovat.
Dostat příležitost uchovat památky na dítě, kterými mohou být: snímek z ultrazvukového vyšetření, fotografie, otisk ruky/nožky, pramínek vlásků, data o váze a míře dítěte a jiné.
Dítě pojmenovat jménem.
Rozhodnout o možném pohřbu dítěte. (Dle zákona o pohřebnictví do 96 hodin)
Získat srozumitelné informace o zdravotním stavu dítěte, zjištěných vyšetřeních, výsledcích pitvy. Máte nárok vyžádat si zdravotnickou dokumentaci a lékařské zprávy.
Mít možnost uspokojit kulturní a spirituální potřeby.
Být citlivě zdravotnickým personálem doprovázeni s respektem k vašim pocitům, myšlenkám, přesvědčením a individuálním přáním.
<b><i>Získat informace o procesu truchlení. Získat odbornou nebo laickou pomoc a podporu.</i></b>
Získat srozumitelné a podrobné informace o vašich dalších občanskoprávních povinnostech (matrika, úmrtní list, mateřská dovolená).

- Novinka na trhu
- Kniha – **Psychosociální podpora při úmrtí miminka**
- autorka Mgr. Kateřina Ratislavová Ph. D.
- členka Plzeňské zastávky z. s.



## Hospodaření roku 2020

Přehled o majetku a závazcích ke dni 31. 12. 2020 (v tisících Kč)

	Stav k prvnímu účetnímu dni účetního období	Stav k poslednímu účetnímu dni účetního období
<b>Krátkodobý majetek celkem</b>	18	114
Peněžní prostředky v hotovosti a ceniny	2	10
Peněžní prostředky na bankovním účtu	13	104
Pohledávky	3	
Závazky	1	
Rozdíl majetku a závazků	17	114

Přehled o příjmech a výdajích ke dni 31. 12. 2020 (v tisících Kč)

<b>Příjmy</b>	
Přijaté peněžní dary	131
členské příspěvky	3
Dotace a příspěvky z jiných rozpočtů	91
Ostatní	4
Průběžné položky	0
<b>Příjmy celkem</b>	229
<b>Výdaje</b>	
Materiál	25
Služby	59
Mzdy	28
Ostatní	18
Průběžné položky	0
<b>Výdaje celkem</b>	130
Rozdíl	99



## Děkujeme

Děkujeme Krajskému úřadu PK, Magistrátu města Plzně - Odboru sociálních služeb, Obvodu ÚMO Plzeň 3 za poskytnutou záštitu, firmě Zbirovia, Kostelíku U Ježíška, dalším podporovatelům a anonymním drobným dárcům.



Děkujeme všem svým členům a poradkyním za podporu našeho spolku včetně jejich terapeutické podpory a doprovázení při truchlení klientů v roce 2020. Ve svém volném čase a bez nároku na odměnu pomáhalo 12 aktivních členů a 4 podporující členi.



*Zapalme svíčku za zemřelé děti, foto M. Svoboda 2020*

## Kontaktní informace

MIRKA  
ŠIMKOVÁ



**Telefon** 724 520 398  
mirka@plzenskazastavka.cz

ZUZANNA  
POUSKOVÁ



**Telefon** 731 409 191  
zuzana@plzenskazastavka.cz

MGR. MONIKA  
JELÍNKOVÁ



**Telefon** 777 676 554  
monika@plzenskazastavka.cz

## Informace o společnosti

### Plzeňská zastávka z. s.

Všeruby 95, 336 16

[www.plzenskazastavka.cz](http://www.plzenskazastavka.cz)

Facebook: <https://www.facebook.com/PlzenskaZastavka.cz/>



PORADNA PLZEŇ

Prožíváme velmi těžké časy.

Máme strach o své nejbližší, o sebe, svou budoucnost.

Chybí nám život, jaký jsme ještě před pár měsíci žili.

Můžeme se cítit zmatení, smutní, hledáme čeho se přidržet, co je pevné, o co se opřít ...

Je přirozené cítit to. Je přirozené stýskat si. Je přirozené mít strach.

Jen se tím pokusme nenechat pohltit.

Nikdo nejsme sám. Nikdo nejsme ostrov.

*(autor M. Šimková)*

**Spolkový účet:** 2300334693 / 2010 - Fio banka, a.s., Millennium Plaza, V Celnici 10, 117 21 Praha 1