

2024 výroční zpráva

Povídej, z. s.

Centrum krizové intervence
Kutná Hora





povídej, z. s.



Motto:

Jedna pověst z pouště vypráví příběh muže, který se měl přestěhovat z oázy, a tak začal nakládat své věci na velblouda. Naložil na něj koberce, kuchyňské náčiní, koše s prádlem - a velbloud to všechno snášel. Před odjezdem si vzpomněl na krásné modré ptačí pero, které mu kdysi daroval otec.

Rozhodl se ho vzít a přidal je nahoru na náklad.

V tom okamžiku se zvíře pod tíhou nákladu zhroutilo a zemřelo.

„Můj velbloud nevydržel váhu jednoho pírka,“ pomyslel si nejspíš ten muž.

Někdy si myslíme totéž o svém bližním, přičemž jsme nepochopili, že to co nám připadalo jako legrace, mohla být ta kapka, jíž pohár utrpení přetekl.

Coelho, Paulo, Maktub (Argo, 2004, překlad: Pavla Lidmilová)

Povídej, zapsaný spolek

nestátní samostatná nezisková organizace

Spolek navazuje na činnost občanského sdružení Povídej, které bylo zaregistrováno MV ČR dne 13. 5. 1998.

adresa: Česká 235, 284 01 Kutná Hora

telefon: 327 511 111

e-mail: info@linkaduverykh.cz | www.linkaduverykh.cz

IČ: 67984860

bankovní spojení: ČSOB Kutná Hora, č. ú.: 131265551/0300

datová schránka: 9tgeidc

Spolek je zapsán ve spolkovém rejstříku vedeném Městským soudem v Praze, oddíl L, vložka 9010.

Spolek je samostatnou právnickou osobou ve smyslu zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník.

Centrum krizové intervence

založené spolkem Povídej

Linka důvěry: 327 511 111, 602 874 470 (po-pá 8.00–22.00 mimo svátky)

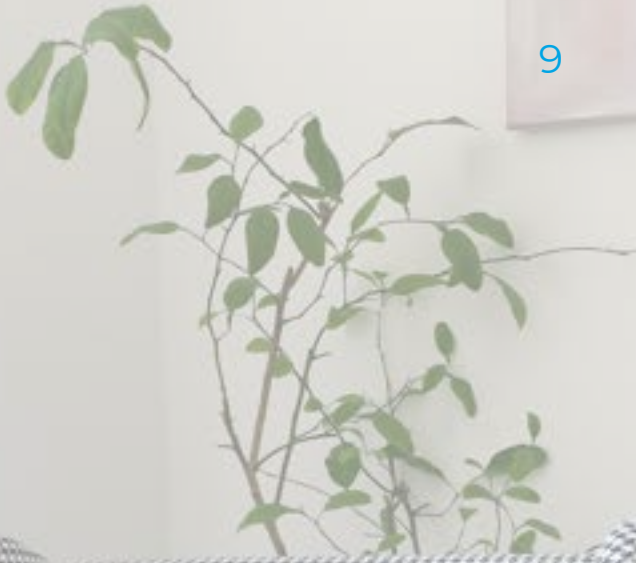
Poradna pro lidi v tísní: 737 506 102 (po-pá 8.00–16.00 mimo svátky)

autorka fotografií: Nela Doušová, studentka Grafické střední odborné školy Přelouč





obsah

- | | | | |
|---|-------------------------|---|--------------------------|
| 1 | úvodní slovo | 5 | vzdělávání a rozvoj |
| 2 | poslání, účel, vize | 6 | linka důvěry |
| 3 | struktura organizace | 7 | poradna pro lidi v tísní |
| 4 | historie Povídej, z. s. | 8 | slovníček pojmů |
| | | 9 | financování |
- 



1. úvodní slovo



PhDr. Eva Morawská

předsedkyně výboru Povídej, z. s.

Vážení čtenáři,

rok 2024 byl pro nás rokem významných změn. Chtěla bych poděkovat všem kolegyním a kolegům za jejich úsilí a zodpovědnost, s níž se podíleli na zvládnutí tohoto náročného období.

Velká změna přišla v polovině roku, kdy se Eva Bicanová rozhodla ukončit působení ve funkci ředitelky Centra krizové intervence a vedoucí Poradny pro lidi v tísni. Ze srdce jí děkuji za téměř třicet let jejího vedení, nasazení a výrazný vliv na to, čím dnes Centrum je. Jsem ráda, že zůstává i nadále součástí týmu a věnuje se přímé práci s klienty, kde její zkušenost a lidský přístup nacházejí své uplatnění.

Od září 2024 se vedení Centra ujala Kamila Dostálová a vedení služby krizová pomoc v Poradně převzala Veronika Andrlová.

Obě do svých rolí vstoupily se vstřícností a citlivostí vůči hodnotám Centra.

Přeju jim oběma mnoho úspěchů, radosti a smysluplných okamžiků v nové pracovní etapě. Ať v ní najdou nejen naplnění, ale i podporu a inspiraci.

S úctou a poděkováním
Eva Morawská

Mgr. Eva Bicanová

ředitelka Centra krizové intervence (do srpna)

Milí čtenáři naší výroční zprávy, milí přátelé,

se završením roku 2024 vstupuje náš spolek do nové etapy a já jsem velmi ráda, že se nám podařilo toto přerodové období zvládnout a dát naší organizaci novou podobu.

Po 26 letech odcházím z funkce ředitelky Centra krizové intervence s pocitem, že je v dobrých rukou a objevuje nové cesty profesionálního řízení a vedení svých služeb.



Jsem moc ráda, že jsem u těchto změn ještě částečně mohla být, že je zde zachována kontinuita, spolupráce a plná důvěra. Jsem neskonale vděčná za to, že se nám to díky skvělému přístupu všech pracovníků povedlo. Nebylo to bezbolestné a jednoduché. Pracovali jsme sami na sobě, abychom vytvořili prostor pro efektivnější řízení a pro další kvalitní práci krizových pracovníků.

Rok 2024 nezačal šťastně, řešili jsme dlouhodobé nemoci pracovníků a těžkosti z toho vyplývající, ale podařilo se nám zajistit prostředky na činnost a připravit se na změnu, která intenzivně probíhala od poloviny roku. S plným nasazením pak do organizace vstoupila nová ředitelka Kamila Dostálová v září a začaly se realizovat drobné i větší změny.

Můj profesní příběh se začal psát v občanském sdružení Povídej s jeho vznikem v roce 1998. Sdružení i já jsme v Kutné Hoře zapustili kořeny a psali **historii krizové pomoci v regionu**. Potřeba této služby rok od roku rostla a proměňovala se. Dnes už se krizová pomoc ukazuje

úvodní slovo

jako ta nejdůležitější prevence všech psychických i vztahových potíží. Zároveň je poslední nadějí pro lidi, kteří se už všemi službami propadli a hledají záchytný bod v nepřehledném světě.

Vždy je cestou první volby, rozcestníkem v nepřehledné životní situaci, majákem v moři beznaděje a to dává této práci velký smysl. Obrovský zájem o krizovou pomoc pro děti a rodinu ukazuje, kde naši společnost nejvíc tlačí bota a jak je důležité, aby pomoc přišla včas.

Přeji nám i vám, ať své případné krize zvládneme a posílí nás. Ať na své životní cestě potkáváme lidi, kteří nám dodají sílu, podporu i radost v těžkých i dobrých časech.

Děkuji svým spolupracovníkům i klientům, že se mnou sdíleli svoji zkušenost a vzájemně jsme se v mnoha ohledech mohli obohatit.

Eva Bicanová

Ing. Kamila Dostálová

ředitelka Centra krizové intervence (od září)

Milí přátelé, kolegové a podporovatelé,

do nové role vstupuji s pokorou. Mám úctu ke všem, kdo Centrum budovali, a děkuji Evě Morawské a Evě Bicanové za důvěru a možnost být součástí tohoto příběhu.

Tato změna není jen profesní, ale i osobní. Každý den tu potkáváme bolest i naději, křehkost i sílu. A právě v těchto příbězích si člověk znovu připomíná, proč má tato práce smysl.



Každá doba přináší své obtíže a žádná generace se jim nevyhne. My žijeme ve světě, který se zrychlil a zmenšil, vejde se na displej mobilního telefonu. Informace nás zahlcují, války a krize jsou vzdálené jen pár kliknutí. Všichni podvědomě cítíme tlak vědět víc, být výkonnější, reagovat rychleji. Děti a mladí lidé hledají svou identitu v labyrintu nejasných hodnot a tlaku ideálů a norem.

Jenže člověk není stroj. Potřebuje vztahy, klid a pocit smyslu. **Někdy tíha dne prostě přesáhne naši kapacitu.**

Právě v takových chvílích má nesmírný význam existence Centra krizové intervence v Kutné Hoře. **Místa, kde není ostuda říct „už nemůžu“.** Tehdy si člověk naplno uvědomí, jak moc záleží na lidech, kteří za tímto místem stojí.

Kolegyně a kolegové, moc vám děkuji za milé přijetí a za vaši profesionalitu, nasazení

a laskavý přístup ke každému, kdo se na nás obrací. Vážím si vaší profesionality citlivě vnímat, co člověk právě potřebuje, ať už jde o naslouchání nebo o odbornou pomoc.

Děkuji také **členům spolku, výboru a kontrolní komisi** za podporu a práci v zázemí.

Děkuji **naším klientům**, za důvěru, se kterou se na nás obracejí v těžkých chvílích, a za jejich víru, že existuje cesta situaci zvládnout.

A děkuji i všem našim **podporovatelům, dárcům a donátorům**, bez jejichž pomoci bychom nemohli nabízet služby tak, jak je dnes znáte: odborné, dostupné a lidské. Vaše podpora pro nás znamená jistotu i motivaci.

Nahlédněte do naší výroční zprávy a seznamte se s naší prací v roce 2024.

Přeji nám všem, ať se nám společná práce daří
Kamila Dostálová

2. poslání, účel, vize

poslání spolku

Spolek se snaží být spolehlivým a odborným partnerem lidem v náročných obdobích života. Usiluje o zachování lidské důstojnosti, posílení vnitřní stability a nabízí kvalitní krizovou intervenci pro každého, kdo ji potřebuje.

účel spolku

Spolek byl založen za účelem poskytovat odbornou psychosociální pomoc a podporu lidem v tíživých životních situacích. K naplňování tohoto účelu spolek Povídej zřídil a provozuje Centrum krizové intervence.

vize spolku

Spolek přispívá k prostředí, kde se lidé v krizových obdobích života necítí sami, mohou využít kvalifikovanou pomoc a jsou přijímáni s respektem a porozuměním.

komu je pomoc určena

Pomoc je určena dětem, mládeži i dospělým. Všem, kteří se ocitli v situaci akutní nouze, na životní křižovatce, těm, kteří mají problém sami se sebou, s rodiči či v rodině, se smyslem života, se svou odlišností, s nemocí, se samotou, s přepracovaností, všem, kteří momentálně neumějí nebo nemohou řešit svůj problém sami, svými vlastními osvědčenými způsoby.

formy činnosti spolku (viz stanovy spolku)

1

Zajišťujeme pomoc dětem, mládeži a dospělým v situaci akutní psychické nouze, zvláště požádají-li o rychlou pomoc na telefonu **Linky důvěry**. Úkolem je zeslabit intenzitu krizového stavu a zamezit tomu, aby se nadále zhoršoval, provést volajícího náročnou situaci a podpořit účelné řešení problému.

2

V rámci služby **krizové pomoci** zajišťujeme první psychologickou pomoc, krizovou intervenci, emergentní psychoterapii a preventivní péči v oblasti mezilidských vztahů.

3

V rámci spolupráce s OSPOD zajišťujeme první psychologickou pomoc, poradenství a psychoterapii pro ohrožené rodiny.

4

Zajišťujeme **následnou péči a kontakty** v rámci psychosociální sítě.

5

V rámci své odborné působnosti nabízíme a organizujeme další **vzdělávání odborné a laické veřejnosti**.

6

Spolupracujeme na **rozvoji sociálních služeb** v rámci komunitních plánů měst a kraje.

3. struktura organizace

Povídej, zapsaný spolek

Spolek vznikl v r. 1998 jako občanské sdružení Povídej

Členská schůze Povídej, z. s. (nejvyšší orgán spolku, tvoří ji členové spolku)

členové

- Mgr. Veronika Andrllová, Mgr. Ivona Baklíková, Mgr. Eva Bicanová, Mgr. Adam Dizon, Ing. Kamila Dostálová, Mgr. Nikola Doubravová, PhDr. Eva Filipová, Mgr. Ilona Gembiczská, Mgr. Petr Hammerlindl, Mgr. Veronika Hamrníková, Mgr. Zuzana Hanyková, Mgr. Petra Jeníčková, Mgr. Petra Králová, Mgr. Kateřina Kšířlová, Mgr. et Bc. Tereza Lacinová, Mgr. et Bc. Iva Ligenzová, Mgr. Eliška Marková, PhDr. Eva Morawská, Mgr. Jana Múdra, Mgr. Linda Růžicková, PhDr. Martina Skalníková, Mgr. Vanda Sedláková Soulková, Mgr. Zuzana Sůvová, Michael Šmakal, DiS., Mgr. Barbora Vašková, Mgr. Veronika Waneková;

čestní členové

- Mgr. Stanislava Černá, PhDr. Eva Grandischová, Jiřina Pospíšilová, Mgr. Eva Soukupová;

Výbor Povídej, z. s. (statutární orgán spolku, který svou činností odpovídá členské schůzi)

Statutárním zástupcem spolku je **předsedkyně výboru spolku**

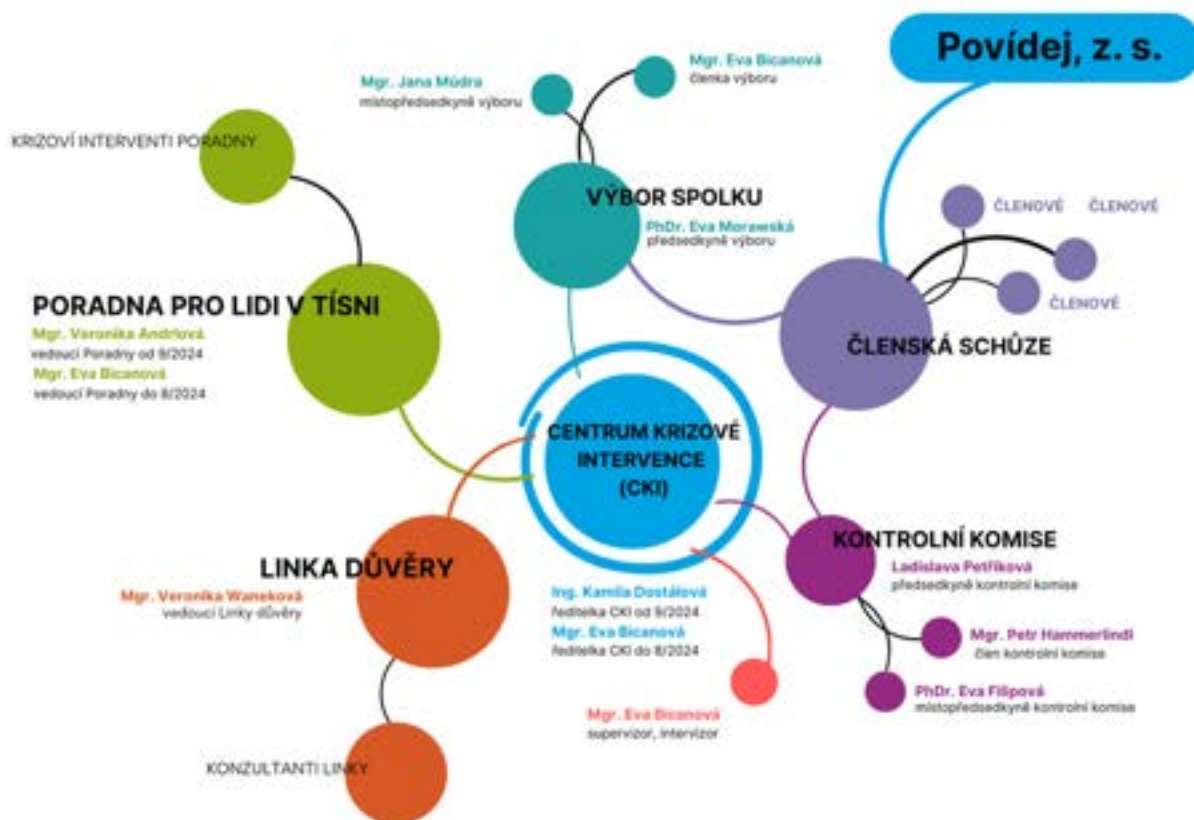
výbor

- PhDr. Eva Morawská, předsedkyně
- Mgr. Jana Múdra, místopředsedkyně
- Mgr. Eva Bicanová, členka

Kontrolní komise Povídej, z. s. (kontrolní orgán spolku)

kontrolní komise

- Ladislava Petříková, předsedkyně
- PhDr. Eva Filipová, místopředsedkyně
- Mgr. Petr Hammerlindl, člen



Centrum krizové intervence

K naplnění poslání spolku bylo zřízeno Centrum krizové intervence (CKI).
Činnost CKI řídí [ředitelka](#).

CKI provozuje dvě registrované sociální služby:

telefonická krizová pomoc – Linka důvěry
krizová pomoc – Poradna pro lidi v tísní

Regionální působnost služeb:

ORP Kutná Hora, ORP Čáslav, ORP Kolín, ORP Nymburk, ORP Poděbrady

Členství v odborných asociacích:

Asociace poskytovatelů krizové pomoci, z. s. (APKP)

České asociace pracovišť linek důvěry, z. s. (ČAPLD)

CKI se hlásí k etickému kodexu – k nahlédnutí na www.linkaduverykh.cz



Tým Centra krizové intervence

Mgr. Eva Bicanová, ředitelka CKI a vedoucí
Poradny pro lidi v tísní (do srpna), krizový
pracovník

- psycholog, psychoterapeut – problematika dospělých

Ing. Kamila Dostálová, ředitelka (od září)

Mgr. Veronika Waneková, vedoucí Linky důvěry,
krizový pracovník

- sociální pracovník, psycholog,
psychoterapeut – problematika dospělých,
dětí a rodin

Mgr. Veronika Andrlová, vedoucí Poradny
pro lidi v tísní (od září), krizový pracovník

- sociální pracovník, psychoterapeut
– problematika dospívajících, dětí a rodin

Mgr. et Bc. Tereza Lacinová, krizový pracovník

- psycholog, psychoterapeut – problematika
dospívajících a dospělých

Mgr. Zuzana Hanyková, krizový pracovník

- dětský psycholog – problematika dětí a rodin

PhDr. Eva Moravská, krizový pracovník

- pedagog, psychoterapeut – problematika
dospívajících a dospělých

Mgr. Petr Hammerlindl, krizový pracovník

- psycholog, psychoterapeut – problematika
dospívajících a dospělých

Mgr. Vanda Soulková Sedláková, krizový
pracovník

- psycholog, psychoterapeut – problematika
dospělých

Michael Šmakal, DiS., krizový pracovník

- sociální pracovník, psychoterapeut –
problematika dospělých

a tým krizových pracovníků Linky důvěry



Mgr. Eva Bicanová



Ing. Kamila Dostálová



Mgr. Veronika Wanecková



Mgr. Veronika Andrllová

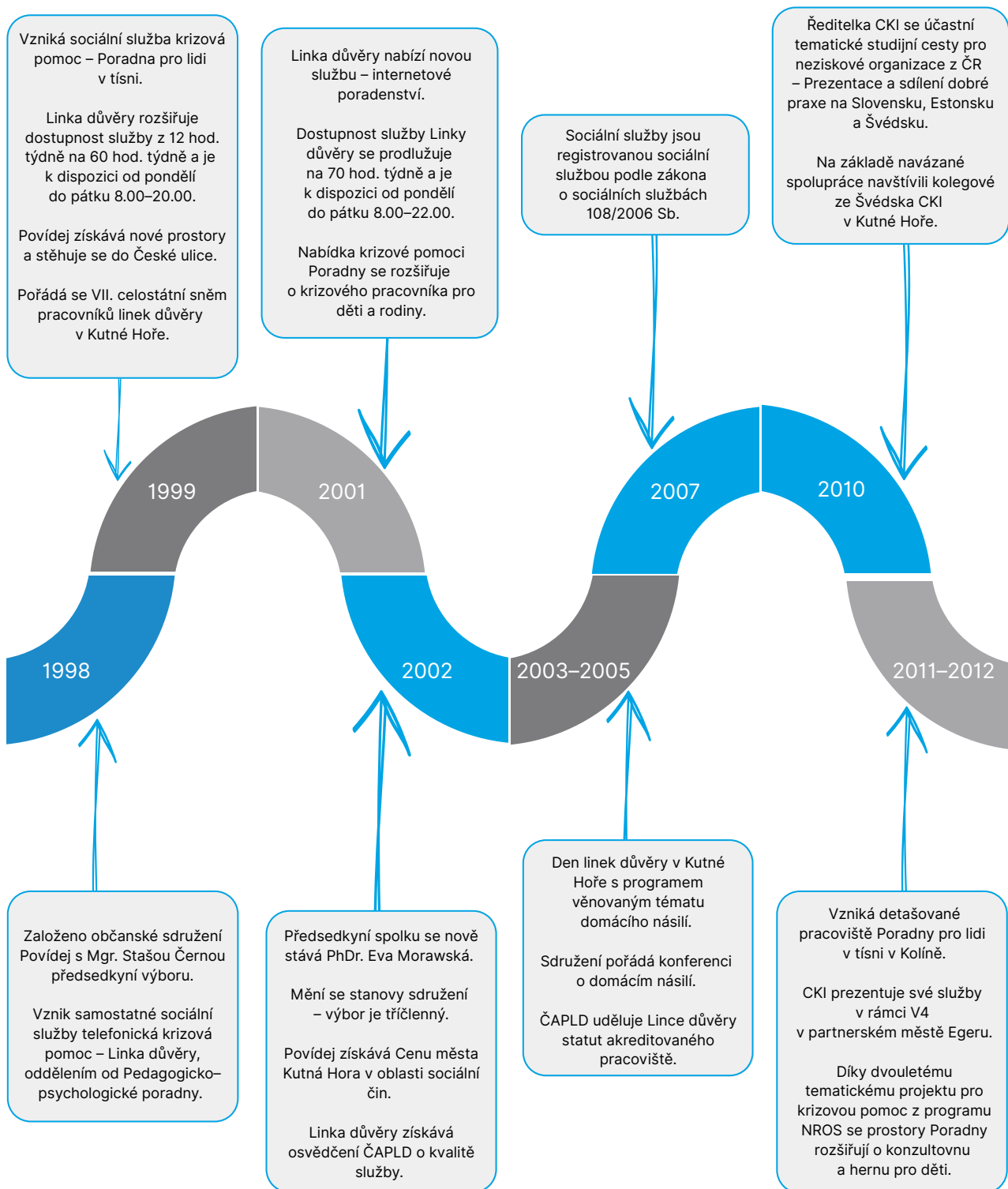


Mgr. et Bc. Tereza Lacinová

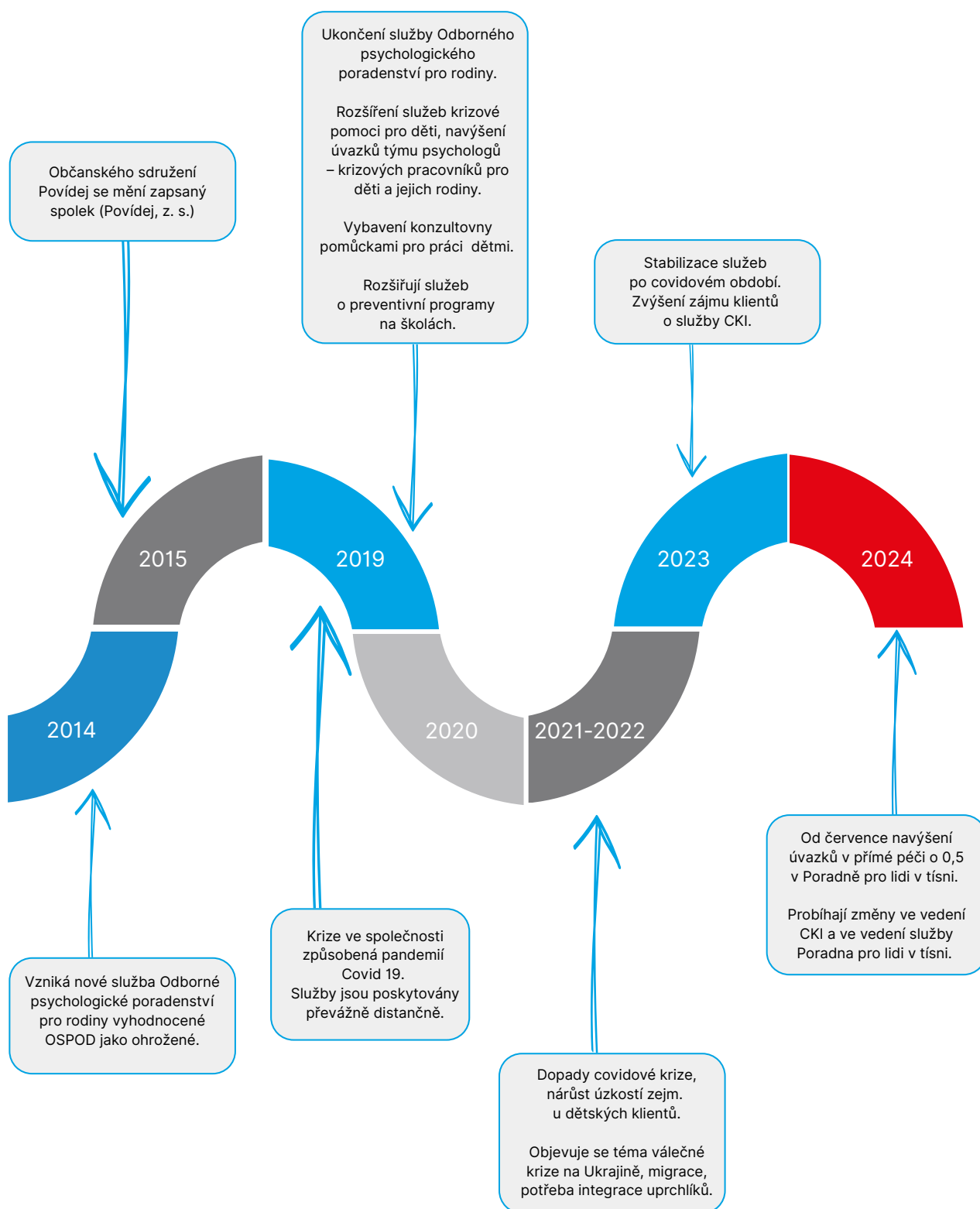


Mgr. Petra Králová

4. historie Povídej, z. s.



historie Povídej, z. s.





5. vzdělávání, rozvoj



vzdělávání

● **březen**

MANSIO – Úzkost a deprese z pohledu individuální psychologie

● **duben**

Česká konference o psychoterapii – Psychoterapie pomáhá
Český institut Biosyntetické psychoterapie – Emergentní terapie

● **květen**

REEDIUM – Základy práce s dítětem v krizi

● **červen**

LOCIKA – Konference: Dětství bez násilí
ELPIDA – Konference: Dnes neumírej

● **říjen**

ČAPLD – Povinnosti vedoucí k porušení důvěrnosti

● **listopad**

APKP – Když má dítě těžkou hlavu – krizové situace očima dětí
ELPIDA, K. Bohatá – Náročný klient v krizové intervenci – kazuistický seminář
MuDr. Peter Pothe – Šrámy raného dětství
REEDIUM – Konference: Trauma

rozvojové projekty

Nadace ČEZ

Profesní rozvoj krizové pomoci na Kutnohorsku a Kolínsku

Nadační příspěvek ve výši 199 996 Kč nám umožnil navýšit úvazky odborných pracovníků Poradny, a tím výrazně zpřístupnit a zkvalitnit poskytovanou krizovou pomoc. Součástí podpory byla také spolupráce s externím supervizorem, který přispěl k rozvoji systému odborné podpory – jak interní, tak externí. Příspěvek byl určen na období 1. 3.–31. 12. 2024.

Úřad práce

Národní projekt – Nová etapa (NOE)

Úřad práce nám poskytl příspěvek v celkové výši 90 000 Kč na podporu společensky účelného pracovního místa. Poměrná část tohoto příspěvku připadající na rok 2024 činila 60 000 Kč. Příspěvek je na období 1. 9. 2024–28. 2. 2025.



**jsme tu pro ty,
které nikdo neslyší**



6. linka důvěry

telefonická krizová pomoc (dále Linka)

V roce 2024 jsme zaznamenali rekordních **3 838 kontaktů**, z toho **2 224** hovorů a **33** případů internet. poradenství (**celkem 2 257 uživatelů služby**), **475** kontaktů v podobě podaných informací a jednání v zájmu klienta, **1 106** ostatních kontaktů (testovací hovor, příchozí e-mail).

Uskutečnili jsme **3** besedy na školách. Osloveno bylo **75** žáků.

Linka důvěry v Kutné Hoře byla založena v roce 1998. Služba telefonické krizové pomoci na Lince důvěry je od roku 2007 vedena jako registrovaná sociální služba podle § 55 zákona č. 108/2006 Sb., pod číslem registrace 3706758.

**anonymní,
bezplatná
služba**

**k dispozici
po–pá 8.00–22.00
(mimo svátky)**

Na Lince důvěry pomáháme lidem, kteří prožívají tíseň, zoufalství, nepohodu, krizi, nutkání k sebevraždě nebo jakýkoliv jiný psychický diskomfort pramenící z osobních nebo vztahových problémů, zdravotních potíží nebo psychiatrické naléhavosti.

Jsme snadno dostupná služba první psychologicko-sociální pomoci, když klient není schopen svou situaci zvládnout vlastními silami.

Naše Linka důvěry je jediné zařízení svého druhu na Kutnohorsku a Kolínsku a jedno ze tří ve Středočeském kraji.

V rámci systému psychologické pomoci **jsme stabilní a respektované místo podpory** pro obyvatele tohoto regionu.

Na Lince poskytujeme **krizovou intervenci a základní psychosociální poradenství**. Volajícím dále nabízíme informace o návazných službách, podporu při zvládání obtížných životních situací a pomoc s každodenními problémy.

Součástí služby je také **internetové poradenství** pro klienty, kteří upřednostňují psaný projev před mluveným. Nabízí možnost lépe formulovat své myšlenky a dotazy, komunikovat v anonymním a bezpečném prostředí a kontaktovat službu i ve chvílích, kdy není možné telefonovat.

Jsme členem odborné organizace Česká asociace pracovišť linek důvěry, pracoviště Linky se řídí standardy a etickým kodexem ČAPLD.

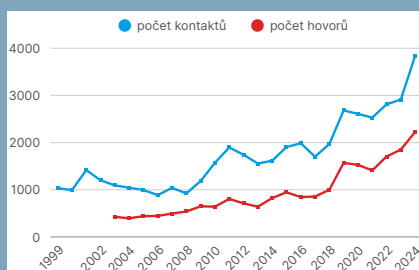
Jsme tým profesionálů vyškolených v telefonické krizové intervenci a psychoterapeutických technikách.

vývoj počtu kontaktů a hovorů na Lince důvěry (1999–2024)

počet kontaktů = počet všech zájemců o službu
počet hovorů = intervencí

**nárůst počtu
kontaktů mezi
roky 2023 a 2024**

49 %



linka důvěry



Mgr. Veronika Waneková
vedoucí Linky důvěry

- Krizová pomoc je tady, když kohokoliv z nás překvapí nečekaná životní událost.
- Krizová pomoc nenabízí řešení, ale poskytuje prostor a čas hledat k němu cestu.
- Krizová pomoc je pro každého, bezplatná, bez závazků a bez předsudků.
- Krizová pomoc přichází od vzdělaných a zkušených krizových interventů.

V těžkých situacích **nemusíte být sami!**

V roce 2024 na Lince důvěry **rostl počet kontaktů a hovorů**. Projevila se rostoucí potřeba psychické podpory, zejména u mladých lidí, kteří čím dál více volají kvůli **úzkosti**. Vedle toho jsme často pomáhali **lidem nespokojeným nebo nejistým ve vztazích, rodičům hledajícím rady ohledně výchovy**, ale také lidem s **psychiatrickým onemocněním**, kteří se snaží zvládnout každodenní výzvy života.

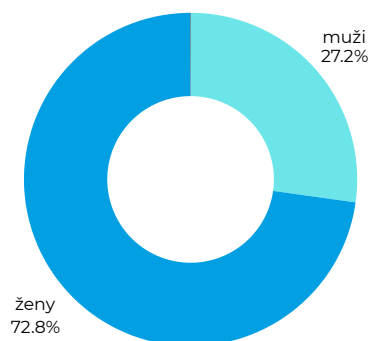
Každý hovor představuje jedinečný příběh a tak k němu přistupujeme. Linka nabízí pro každého anonymní, bezpečný prostor, kde může člověk sdílet své obavy beze strachu z odsouzení.

To vše by nebylo možné bez našich odborných pracovníků. Každý z nás musí mít vyšší nebo vysokoškolské vzdělání, prošli jsme nejen základním kurzem krizové intervence, ale své znalosti každoročně rozšiřujeme cíleně zaměřenými školeními. V rámci pravidelných supervizí posilujeme týmový přístup k problémům klientů.

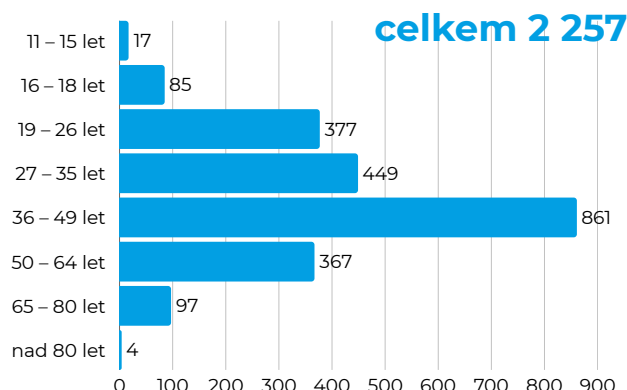
Naším největším **cílem je stále a znovu hledat porozumění každému klientovi v jeho náročné situaci a pomoci mu najít kotvu**. Děkujeme všem, kteří podporují naši činnost a umožňují tak lidem v těžkých chvílích nebýt na vše sami.

Veronika Waneková

poměr uživatelů Linky důvěry – ženy, muži, páry

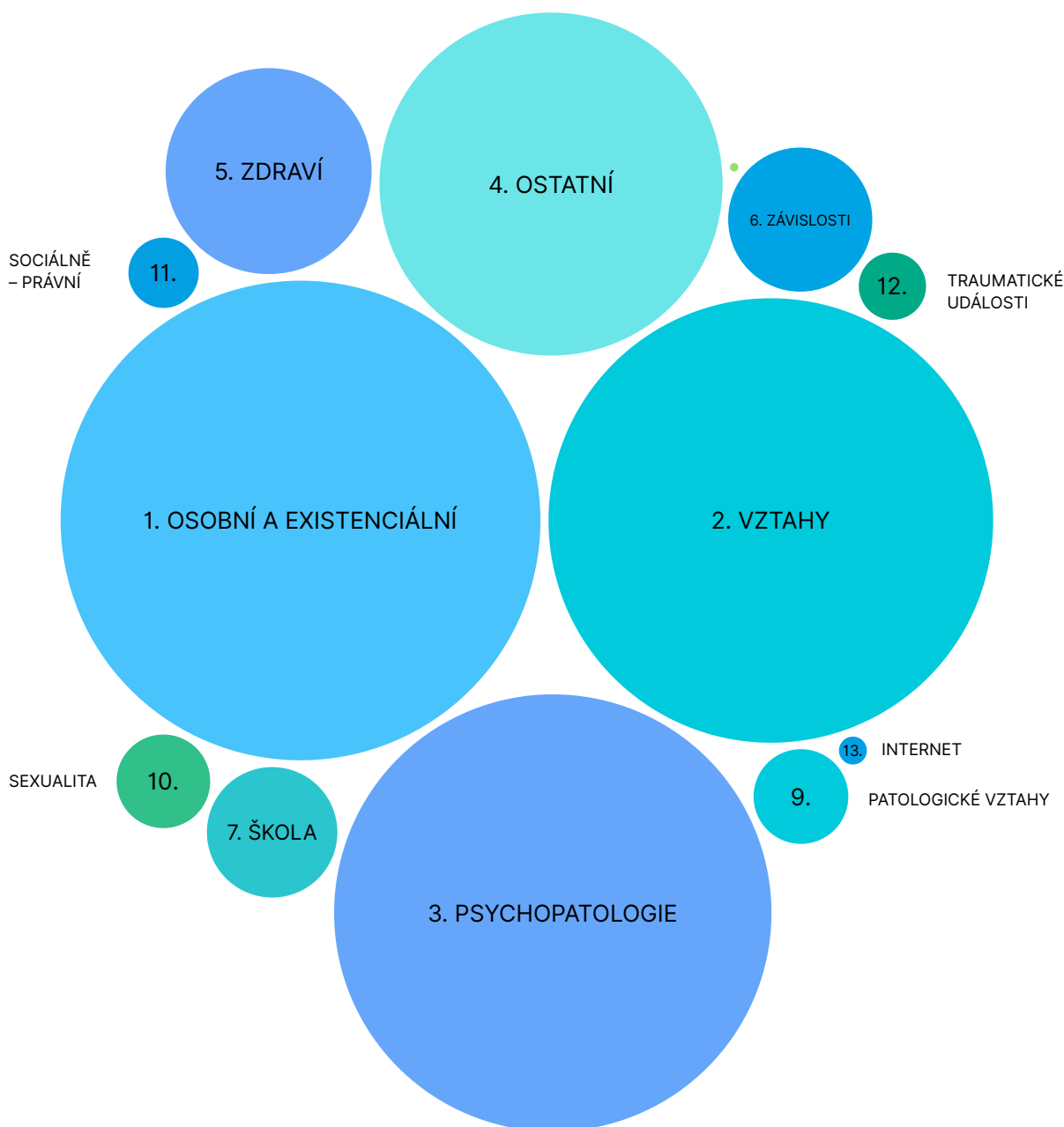


počet uživatelů Linky důvěry – podle věku



linka důvěry

témata hovorů a písemných intervencí na Lince důvěry v roce 2024



odborný tým Linky důvěry v roce 2024

konzultanti LD: 4 na HPP, 18 na DPP/DPČ

sociální pracovníci, psychologové, psychoterapeuti, pedagogové, sociální pedagogové, sociologové

3 838 kontaktů



lidé v krizi nemají čas čekat

7. poradna pro lidi v tísní

krizová pomoc (dále Poradna)

V roce 2024 jsme
poskytli pomoc
378 uživatelům,
z toho **158** dospělým
a párům, **220** dětem
a rodinám.

Proběhlo celkem
1 130 konzultací
(**2 260** intervencí)
z toho
444 konzultací (**888**
intervencí)
pro dospělé a páry,
686 konzultací
(**1 372** intervencí) pro
děti a rodiny.

Zpracovali jsme
22 odborných zpráv.

Poradna pro lidi v tísní v Kutné Hoře byla
založena v roce 1999. Služba krizové
pomoci v Poradně pro lidi v tísní je
od roku 2007 vedena jako registrovaná
sociální služba podle § 55 zákona
č. 108/2006 Sb.,
pod číslem registrace 5296525.

**ambulantní,
anonymní,
bezplatná
služba**

**k dispozici
po-pá 8.00–16.00
pro objednané
po-pá 8.00–18.00
(mimo svátky)**

Pomáháme lidem v těžkých životních situacích
zorientovat se, najít oporu a znovu načerpat sílu pro
řešení svých problémů.

Těm, kdo procházejí dlouhodobou krizí po těžkých
psychických traumatech, pomáháme překonat
a zpracovat extrémní zážitek.

Lidem s psychiatrickým, psychosomatickým,
onkologickým a jiným onemocněním poskytujeme
aktuální i podpůrnou krizovou pomoc.

Naše Poradna je jediné zařízení
svého druhu na Kutnohorsku
a Kolínsku a jedno ze tří
ve Středočeském kraji.

Jsme pevnou a respektovanou
součástí systému psychologické
pomoci v tomto regionu
a dlouhodobě poskytujeme lidem
odbornou podporu.

V Poradně poskytujeme krizovou
intervenci tváří v tvář
a emergentní krátkodobou
psychoterapii.

Krizová intervence je určena
k bezprostřednímu zvládnutí
krizového stavu v osobním
kontaktu s krizovým pracovníkem.
Emergentní psychoterapie
kombinuje prvky krizové
intervence a psychoterapie.

Naší snahou není pouze zmírnit
příznaky krize, ale chceme lidem
nabídnout prostor k vnitřnímu
posílení a podpořit je k posunu
v životě.

Jsme členem odborné organizace
Asociace pracovišť krizové
pomoci. Řídíme se etickým
kodexem Poradny pro lidi v tísní.

Jsme tým profesionálů
vyškolených v krizové intervenci
a psychoterapeutických
technikách.

vývoj počtu případů a intervencí v Poradně pro lidi v tísní (1999–2024)

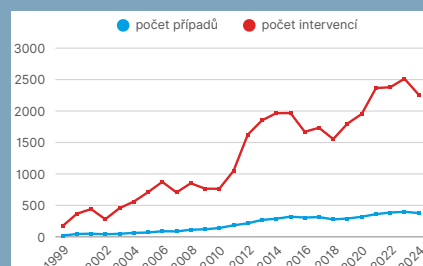
počet případů dětí a rodin, dospělých a párů
počet intervencí (1 intervence = 30 min.)

1999–2024
celkem případů

5 190

1999–2024
celkem intervencí

33 634



poradna pro lidi v tísní



Mgr. Veronika Andrlová
vedoucí Poradny

- Krize způsobená psychickými problémy, stresem, ztrátou blízkého, domácím násilím se může dotknout kohokoliv.
- Jsme první linie podpory pro lidi, kteří se ocitnou v akutní psychické krizi.
- Jsme profesionálové.
- Jsme jedni z mála, bez nás by pomoc nebyla dostupná.
- Pomáháme nejen jednotlivcům, ale celé komunitě.

Potřebujete **okamžitě pomoc** – jsme tu pro vás!

Rok 2024 byl pro Poradnu rokem proměn. S podzimem a novým vedením jsme si postupně nastavili jasné role, hledali způsoby, jak co nejlépe spolupracovat, a **upravili některé metodiky**, aby lépe odpovídaly potřebám našich klientů. Tento proces stále pokračuje a bude naší prioritou i v dalším roce.

Zároveň jsme **vylepšili naše zázemí** – terapeutická místnost získala nový vzhled a kancelář jsme vybavili tak, aby byla pohodlná a praktická pro celý tým. Díky těmto změnám se nám pracuje lépe, efektivněji a s větší jistotou.

Poradnu v loňském roce navštívilo 158 dospělých a párů a 220 dětí a jejich rodin. Nejčastěji se na nás obracely **děti**, které se potýkaly **s úzkostmi, s pocity smutku a nejistoty**. Duševní zdraví je pro ně velké téma – často se snaží vyrovnat s tlakem školy, sociálních sítí nebo s náročnými životními situacemi. Mnohé z nich řešily i **problémy v rodině** jako konflikty mezi rodiči, rozvod nebo domácí násilí, což výrazně ovlivňuje jejich emoční stabilitu. Dalším významným tématem byla **šikana**, ať už ve škole nebo online. Setkáváme se s dětmi, které **se cítí osamělé, mají nízké sebevědomí** a bojí se otevřeně mluvit o tom, co prožívají.

Mezi hlavní témata **dospělých** patří **vztahové problémy**, jako jsou konflikty v partnerství, rozvod nebo ztráta blízké osoby. Často se objevují i **psychické obtíže**, například úzkosti, deprese nebo pocity bezmoci a frustrace. Dalším častým důvodem je **pracovní stres, vyhoření nebo nejistota spojená se zaměstnáním**.

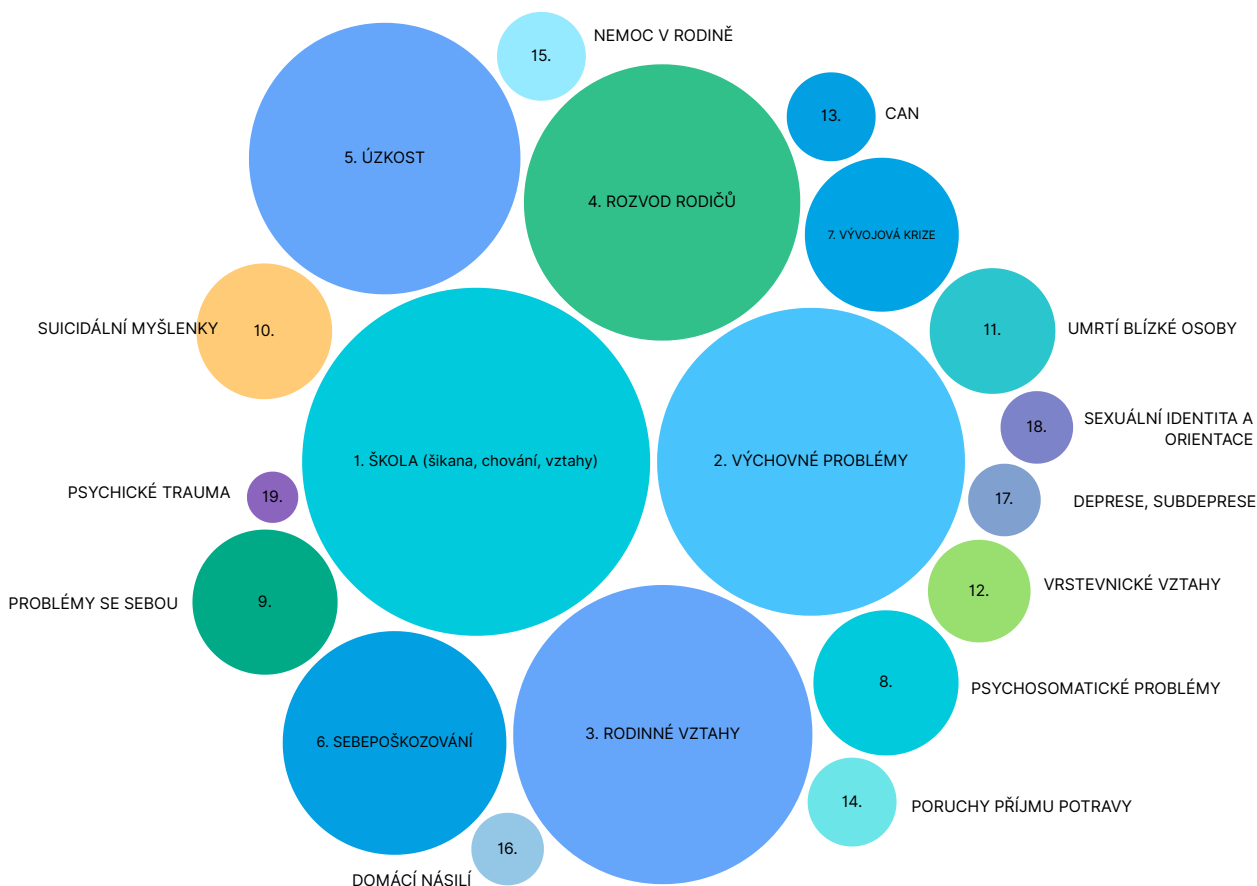
V roce 2025 chceme ještě více rozvíjet týmovou spolupráci a zvyšovat efektivitu při řešení případů. Zavádíme častější intervize a případové supervize, které nám pomáhají lépe reflektovat práci s klienty. Aby podpora dětských klientů byla cílenější a účinnější, snažíme se rozšířit spolupráci s dalšími organizacemi v regionu, jako jsou Středisko výchovné péče, Centrum psychosociálního poradenství nebo Týmy duševního zdraví, a s odborníky například školními psychology. Do konce roku bychom rádi modernizovali místnost pro práci s dětmi, aby poskytovala co nejpříjemnější a nejpodnětnější prostředí. Cílem je také dokončit revizi metodik, které nám pomohou zefektivnit naše postupy.

Veronika Andrlová

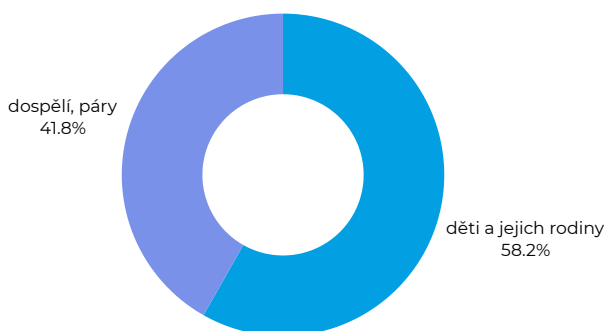
odborný tým Poradny pro lidi v tísní v roce 2024
krizoví intervenenti Poradny: 4 na HPP, 6 na DPP/DPČ
sociální pracovníci, psychologové, psychoterapeuti, pedagogové

poradna pro lidi v tísní

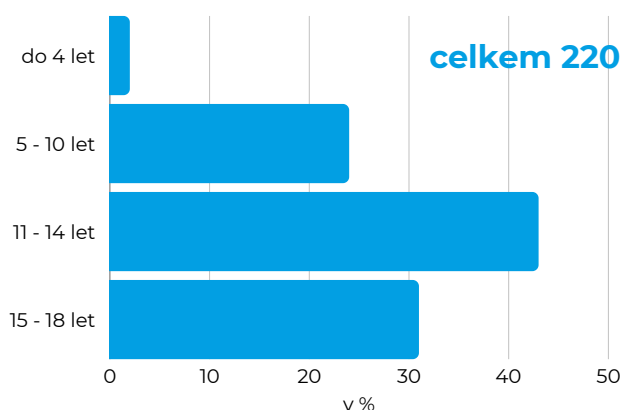
děti a jejich rodiny – témata řešená v Poradně v roce 2024



poměr klientů Poradny – dospělí, děti



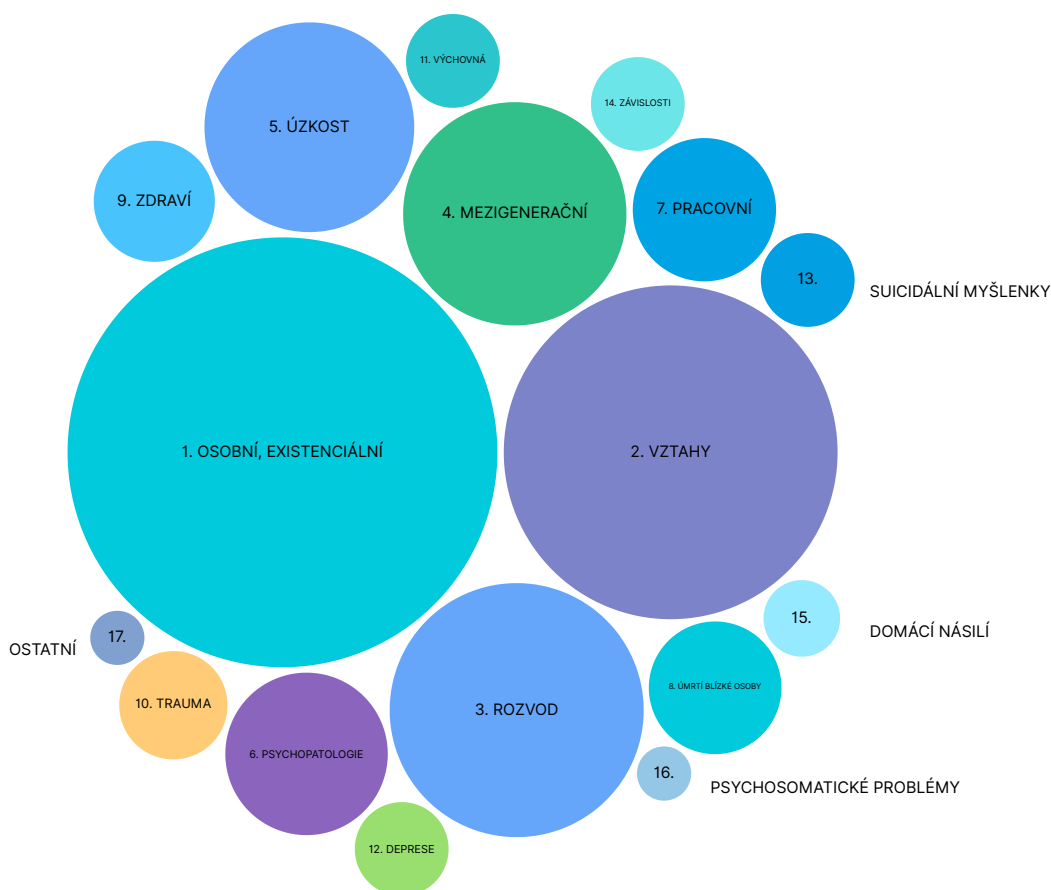
počet klientů Poradny – děti podle věku



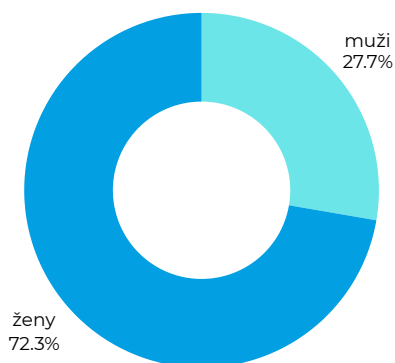
1 372 intervencí

poradna pro lidi v tísní

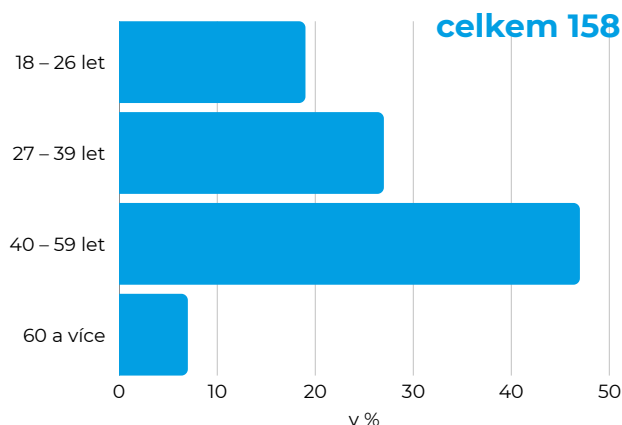
dospělí a páry – témata řešená v Poradně v roce 2024



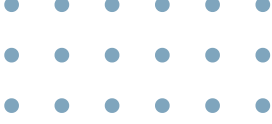
poměr klientů Poradny – ženy, muži



počet klientů Poradny – dospělí podle věku



888 intervencí



8. slovníček pojmů

krize

Krize je životní situace, která přesahuje obvyklý repertoár vyrovnávacích strategií. Krize má subjektivní charakter. Pro každého znamená něco jiného. Je definována jedincem. Krize se často dotýká celého rodinného systému. Krize znamená nebezpečí i příležitost. Je důležitým činitelem změny a zrání pro každého jedince. Krizový stav trvá několik hodin až dnů. Po této době se zpravidla objeví následek krize, ať pozitivní či negativní. Krizi urychlují vnější či vnitřní činitelé. Rodiny či jedinci jsou v krizové situaci často velmi přístupní změně. Nezládnutý krizový stav vede k syndromu psychického ohrožení.

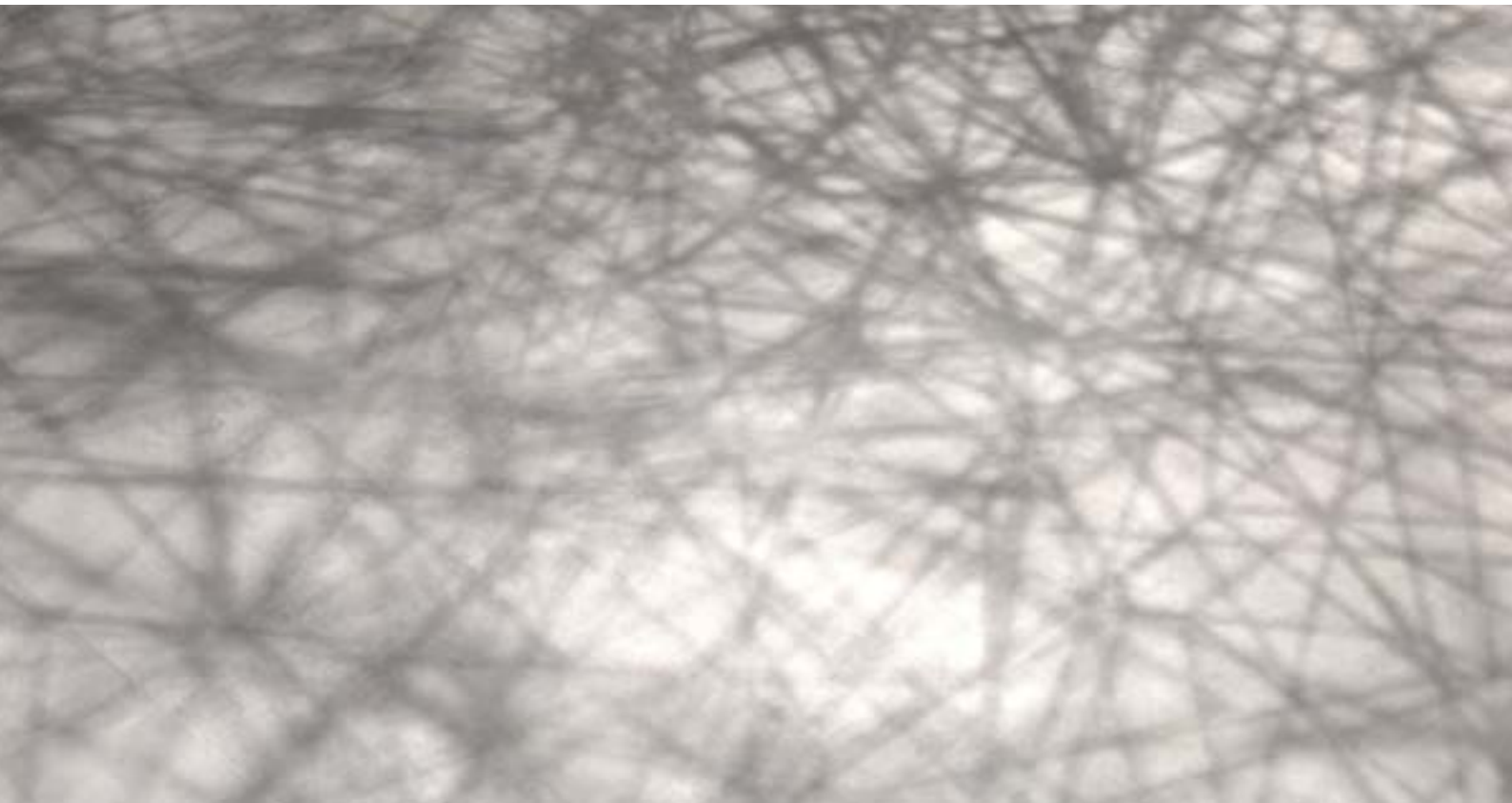
krizová intervence

Krizová intervence trvá po dobu klientova krizového stavu. V případě ambulantního kontaktu jde zhruba o jedno až tři setkání, mezi nimiž je obvykle několikadenní přestávka. Frekvence setkání se domlouvá podle naléhavosti stavu klienta. Krizová intervence končí ve chvíli, kdy se klient cítí být schopen svoji situaci konstruktivně řešit – získal užitečné nástroje a díky rozšíření sféry možností jsou pro něj dostupnější jeho přirozené zdroje podpory.

emergentní psychoterapie

Emergentní psychoterapie propojuje prvky krizové intervence s prvky psychoterapie. Není zaměřena jen na odstranění symptomu. Navzdory časovému omezení (cca 6 sezení) poskytuje možnost, aby se klient rekonstituoval na vyšší úroveň než předkrizovou. Jejím cílem je práce s jakýmkoli akutním problémem. Emergentní psychoterapie je považována za metodu první volby. Jen když neuspěje, nebo se objeví důvod požadovat extenzivnější změny, mělo by se přikročit k dlouhodobější psychoterapii.

zdroj: Vodáčková, D. a kol., Krizová intervence (Portál, 2002)





úzkost, deprese, panika, ztráta smyslu – nejsou vidět, ale ničí život

**jsme tu, abychom vám
pomohli včas**

9. financování

VÝNOSY celkem	4 149 556,48Kč
NÁKLADY celkem	4 116 115,76Kč

Finanční a majetkové položky k 31. 12. 2024	
Dlouhodobý majetek k 31. 12. 2024	861 059,21Kč
Krátkodobé závazky k 31. 12. 2024	456 758,00Kč

Přehled hospodaření k účetní závěrce za rok 2024	
Hospodářský výsledek před zdaněním	33 441,00Kč
Hospodářský výsledek z finančních operací	0,00Kč
Provozní hospodářský výsledek za rok 2024	33 441,00Kč
Výdaje neovlivňující základ daně	4 116 115,73Kč
Příjmy nezahrnované do základu daně	4 149 556,48Kč
Základ daně	0,00Kč



VÝNOSY celkem	4 149 556,48Kč	NÁKLADY celkem	4 116 115,76Kč
Středočeský kraj	2 967 400,00Kč	Materiálové náklady	208 188,89Kč
Středočeský kraj Humanitární fond	400 000,00Kč	kancelářské potřeby	18 242,20Kč
Město Kutná Hora	300 000,00Kč	drobný hmotný majetek do 40 000 Kč	139 056,89Kč
Město Čáslav	70 000,00Kč	odborná literatura	3 371,00Kč
Město Kolín	105 000,00Kč	ostatní spotřeba materiálu	47 518,80Kč
Obec Vrdy	10 000,00Kč	Spotřeba energie	83 732,00Kč
Nadace ČEZ	199 996,00Kč	Opravy a udržování	0,00Kč
Úřad práce – Program NOE	60 000,00Kč	Cestovné	5 983,00Kč
Úroky z BÚ	7 877,48Kč	Služby	467 227,32Kč
Členské příspěvky	16 700,00Kč	telefon, internet, poštovné	46 370,49Kč
Fakturace vlastní činnosti	3 600,00Kč	nájemné	128 520,00Kč
Dary	8 983,00Kč	účetní a právnické služby	174 315,00Kč
		školení, vzdělávání, supervize	84 286,28Kč
		propagace	7 013,00Kč
		ostatní služby	26 722,55Kč
		Osobní náklady	3 328 554,00Kč
		hrubé mzdy HPP	1 605 408,00Kč
		hrubé mzdy DPČ	523 665,00Kč
		hrubé mzdy DPP	492 503,00Kč
		odvody sociálního a zdravotního pojištění	706 978,00Kč
		Ostatní náklady	22 430,55Kč
		daně a poplatky	1 620,00Kč
		jiné provozní náklady	20 810,55Kč



děkujeme za vaši podporu v roce 2024



obec Vrdy



NADACE ČEZ



Podpořeno městem Čáslav



Úřad práce ČR



techsoup



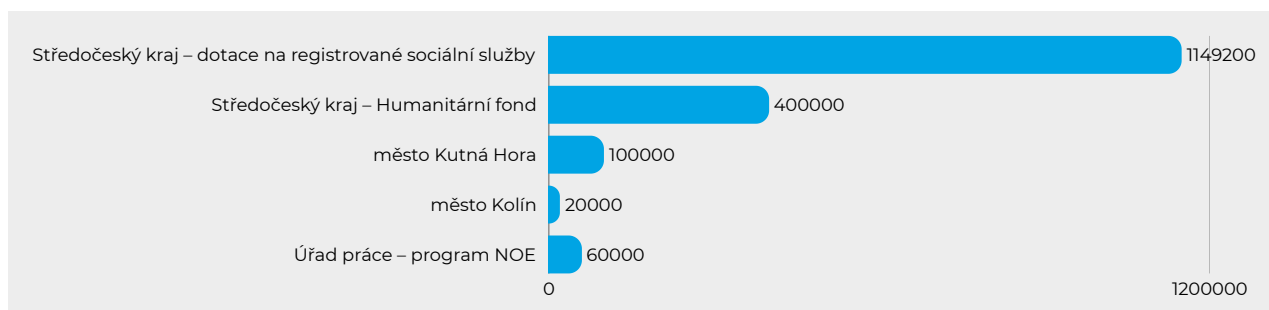
DARUJME.CZ

NADACE VIA

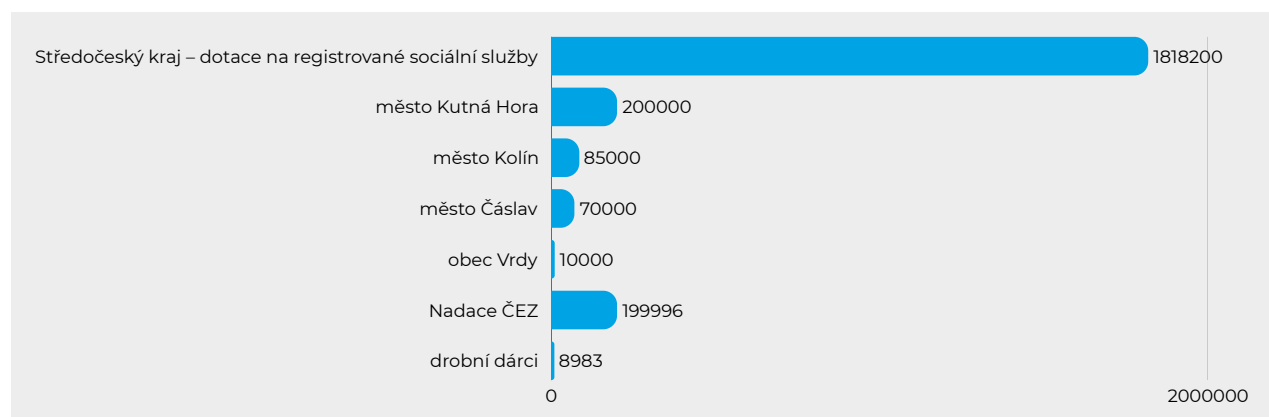
financování

Centrum krizové intervence je vícezdrojově financováno. Zdroji financování jsou členské příspěvky členů spolku, dary od drobných dárců, dotace od veřejných institucí, nadační příspěvky a příjmy z vlastní činnosti.

telefonická krizová pomoc – Linka důvěry – výše dotací, darů v roce 2024 (v Kč)



krizová pomoc – Poradna pro lidi v tísní – výše dotací, nadačních příspěvků, darů v roce 2024 (v Kč)



podpořte nás

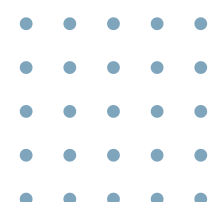
přispějte přes náš účet u ČSOB Kutná Hora

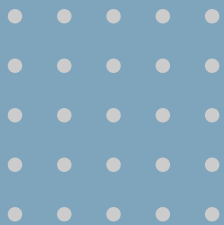


nakupte přes Givt.cz



děkujeme





kontakt



LINKA DŮVĚRY
327 511 511, 602 574 470
po–pá 8.00–22.00



PORADNA PRO LIDI V TÍSNI
737 506 102
po–pá 8.00–16.00



info@linkaduverykh.cz



linkaduverykh.cz



Česká 235/36, 284 01 Kutná Hora



povídej
