

# Výroční zpráva

---

# 2018



## Obsah

|                                                               |   |
|---------------------------------------------------------------|---|
| Úvodní slovo .....                                            | 2 |
| Základní poslaní Úsměvu mámy .....                            | 2 |
| Lidé kolem Úsměvu mámy .....                                  | 2 |
| Spolupráce v roce 2018 .....                                  | 2 |
| Činnost v roce 2018 .....                                     | 3 |
| Osvěta .....                                                  | 3 |
| Spolupráce s médii .....                                      | 3 |
| Další komunikační aktivity .....                              | 3 |
| Přímá podpora žen .....                                       | 3 |
| Práce koordinátorek .....                                     | 3 |
| Setkání Zkrocená poporodní deprese .....                      | 3 |
| Projekty .....                                                | 4 |
| K psychologce s Úsměvem (mámy) .....                          | 4 |
| Neúspěšné žádosti .....                                       | 4 |
| Podpora systémové péče o maminky s psychickými obtížemi ..... | 4 |
| Finanční zpráva, zpráva o hospodaření .....                   | 5 |
| Rozvaha .....                                                 | 5 |
| Výkaz zisku a ztráty .....                                    | 6 |
| Poděkování .....                                              | 7 |
| Kontaktní a identifikační data .....                          | 7 |

## Úvodní slovo

Rok 2018 jsme odstartovali přemýšlením, jak vybudovat z ničeho centrum pro maminky, které trápí psychické obtíže v těhotenství nebo po porodu. Došlo nám, že k cíli dojdeme nejlépe po krůčcích, proto jsme se pustili do dílčích aktivit. Rozjeli jsme pravidelné setkávání žen a podařilo se nám zajistit menší finanční obnos na psychologické konzultace pro maminky. Koncem roku se pak začíná Úsměv mámy rychle rozšiřovat, protože se k nám postupně přidávají další a další maminky.

## Základní poslání Úsměvu mámy

Hlavní činností spolku je

- podpora žen, které se potýkají s psychickými poruchami spojenými s raným mateřstvím a jejich blízkých osob,
- podpora žen, které se potýkají s ostatními problémy spojenými s mateřstvím
- osvěta zaměřená na mateřské psychické obtíže
- podpora a osvěta v oblasti vytváření pozitivní vazby mezi matkou a dítětem.

## Lidé kolem Úsměvu mámy

Předsedkyní spolku byla i v roce 2018 Veronika Kubrichtová, která věnovala Úsměvu desítky hodin dobrovolné práce. Stejně aktivně se činností spolku věnovala i Lucie Kočová, která neúnavně připravovala žádosti o finanční podporu budoucího centra pro maminky a ve velkém přispěla k úspěšnému rozjezdu pravidelného setkávání maminek.

Odborný dohled nám poskytla především psycholožka Mgr. Lucie Machová. Nově jsme spolupráci navázali s Mgr. Helenou Hejnicovou, která následně poskytovala konzultace maminkám za přispění programu „ČSOB pomáhá regionům“.

O účetnictví se starala Ing. Irena Tinková.

O své zkušenosti se podělila celá řada maminek. Většina lidí, které jsme oslovili s prosbou o pomoc, reagovala pozitivně a pomoc nám poskytla.

V druhé půlce roku se k Úsměvu mámy přidávají další ženy, které chtějí téma aktivně podpořit. Konkrétně Veronika Šišmová, Eva Doležalová a Veronika Hanušová.

## Spolupráce v roce 2018

I v roce 2018 pokračuje naše spolupráce s mezinárodní organizací Postpartum Support International, která nám dodává mnoho užitečných informací.

Pomohla nám také spolupráce s Fokus Praha, z. ú, kde nám poskytli prostory pro první dvě setkání Zkrocená poporodní deprese. Další spolupráci jsme navázali s RKC Paleček, kam se setkání přesunulo po prázdninách a kde následně probíhalo pravidelně každý měsíc.

## Činnost v roce 2018

### Osvěta

#### Spolupráce s médii

Našeho prvního setkání Zkrocená poporodní deprese se zúčastnila i redaktorka časopisu Maminka, která následně zpracovala článek o psychických obtížích v období po porodu, ale i o setkání samotném. Článek vyšel v červnovém vydání ([odkaz](#)).

V roce 2018 se Úsměv mámy poprvé ocitá také na televizních obrazovkách, konkrétně v reportáži v Událostech. Ta byla odvysílána 7. května ([odkaz](#)).

#### Další komunikační aktivity

Informace pravidelně zveřejňujeme na webu a na Facebooku.

### Přímá podpora žen

I v roce 2018 jsme pokračovali v přímé podpoře žen.

#### Práce koordinátorek

V roce 2018 byly aktivní dobrovolné koordinátorky pro Prahu, Středočeský kraj a Brno. Jejich činnost spočívala ve sdílení svého osobního příběhu, povzbuzení a nasměrování na odbornou péči.

#### Setkání Zkrocená poporodní deprese

V dubnu 2018 odstartovalo v Praze pravidelné setkání žen, které v průběhu těhotenství a po porodu trápí psychické potíže. Celkem se uskutečnilo 7 setkání, kde se vystříдалo 22 žen, z nichž přesně polovina setkání navštívila více než jednou. Na setkání přišli i dva muži a neznámý počet miminek i starších dětí.



Obrázek 1 Pozvánka na první setkání

## Projekty

### K psycholožce s Úsměvem (mámy)

Díky podpoře z „ČSOB pomáhá regionům“ se nám podařilo získat finanční prostředky na přímou psychologickou podporu maminek pro oblast Prahy.

Psychologické konzultace poskytovala Mgr. Helena Hejnicová, která projekt hodnotí následovně:

*„Myšlenka této formy pomoci vzešla od Úsměvu mámy z.s. a bylo pro mě potěšením s touto organizací spolupracovat. Cílem projektu bylo zajistit psychologické poradenství maminkám, které z různých důvodů na mateřství zareagovaly psychickou disbalancí nebo přímo poruchou ve smyslu úzkostné nebo depresivní symptomatiky. Důležitou roli pro řadu z nich sehrála finanční podpora projektu v situaci, kdy si nevydělávají, ale také anonymita (nevnikli záznam v systému zdravotních pojišťoven).*

*Prioritou bylo zajistit klientkám profesionální přístup. U každé z nich bylo potřeba zhodnotit zdravotní rizika psychického stavu. Při intervencích jsem čerpala ze své letité praxe v psychiatrické nemocnici, v krizovém centru a v soukromé praxi.*

*Jako smysluplné se ukázalo poskytnout základní poradenství o tom, co se s nimi děje a jaké jsou možnosti řešení. Poskytnuté intervence se odvíjely od témat, se kterými dotyčná klientka přišla. Zpravidla jsem zprvu poskytovala krizovou intervenci s cílem uklidnit, zpřítomnit a získat vhled do situace. Pokud bylo možné témata ošetřit v rámci 5 sezení, např. úpravou péče o miminko v rodině, zajištěním odpočinku pro matku, nebo přístupem ke spaní, krmení aj., stav klientek se upravoval rychle. Někdy bylo nutné propojit klientku s psychiatrickou ambulancí, případně nakontaktovat na další zdravotně sociální služby. V případě prožitého traumatu (např. traumatický porod) nebo témat vymykajících se krátkodobé poradenské péči a směřujících k dlouhodobé terapii (zneužívání, destruktivní rodinné vztahy), jsem zajišťovala předání klientky do dlouhodobé péče. Některé klientky jsem zároveň posílala do svépomocné skupiny organizované přímo Úsměvem mámy, která je velkou podporou a umožňuje inspirovat se u maminek, které už těžkými chvílemi úspěšně prošly.*

*Projekt se ukazuje jako prospěšný a žádaný a pokračovat v něm má jistě do budoucna své opodstatnění.“*

**Rozpočet projektu:** 30.000 CZK

### Neúspěšné žádosti

Neúspěšně jsme žádali o podporu Lesy ČR.

## Podpora systémové péče o maminky s psychickými obtížemi

Předsedkyně spolku se v roce 2018 stala členkou pracovní skupiny Pacientské rady pro duševní zdraví při Ministerstvu zdravotnictví. Zároveň se setkala s některými zástupci reformy psychiatrické péče.



## Výkaz zisku a ztráty

### VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY

k 31.12.2018

(v celých tis. Kč)

Zpracováno v souladu  
s vyhláškou č.  
504/2002 Sb. ve znění  
pozdějších předpisů

Úsměv mámy, z.s.

IČO

03452603

V Olšinkách 2247

Brandýs nad Labem - Stará Boleslav

25001

| Číslo<br>řádku | Název položky                                                     | číslo<br>řádku | činnost<br>hlavní | činnost<br>hospodářská | celkem    |
|----------------|-------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------|------------------------|-----------|
|                |                                                                   |                | 1                 | 2                      | 3         |
| A.             | <b>Náklady</b>                                                    | 1              | <b>4</b>          | <b>0</b>               | <b>4</b>  |
| A.I.           | Spotřebované nákupy celkem                                        | 2              | 0                 | 0                      | 0         |
| A.II.          | Služby celkem                                                     | 3              | 4                 | 0                      | 4         |
| A.III.         | Osobní náklady celkem                                             | 4              | 0                 | 0                      | 0         |
| A.IV.          | Daně a poplatky celkem                                            | 5              | 0                 | 0                      | 0         |
| A.V.           | Ostatní náklady celkem                                            | 6              | 0                 | 0                      | 0         |
| A.VI.          | Odpisy, prodaný majetek, tvorba rezerv a opravných položek celkem | 7              | 0                 | 0                      | 0         |
| A.VII.         | Poskytnuté příspěvky celkem                                       | 8              | 0                 | 0                      | 0         |
| A.VIII.        | Daň z příjmů celkem ( ř. 42 )                                     | 9              | 0                 | 0                      | 0         |
|                | <b>NÁKLADY CELKEM</b>                                             | 10             | <b>4</b>          | <b>0</b>               | <b>4</b>  |
| B.             | <b>Výnosy</b>                                                     | 11             | <b>30</b>         | <b>0</b>               | <b>30</b> |
| B.I.           | Provozní dotace                                                   | 12             | 0                 | 0                      | 0         |
| B.II.          | Přijaté příspěvky                                                 | 13             | 30                | 0                      | 30        |
| B.III.         | Tržby za vlastní výkony a zboží                                   | 14             | 0                 | 0                      | 0         |
| B.IV.          | Ostatní výnosy celkem                                             | 15             | 0                 | 0                      | 0         |
| B.V.           | Tržby z prodeje majetku                                           | 16             | 0                 | 0                      | 0         |
|                | <b>VÝNOSY CELKEM</b>                                              | 17             | <b>30</b>         | <b>0</b>               | <b>30</b> |
| C.             | <b>Výsledek hospodaření před zdaněním</b>                         | 18             | <b>26</b>         | <b>0</b>               | <b>26</b> |
| D.             | <b>Výsledek hospodaření po zdanění</b>                            | 19             | <b>26</b>         | <b>0</b>               | <b>26</b> |

Dne: **02.03.2019** Podpis vedoucího účetní  
jednotky:

Odpovídá za údaje:  
Sestavil  
:

Veronika  
Kubrichtová  
Irena Tinková

## Poděkování

Velké poděkování si zaslouží všichni výše zmínění lidé, kteří svou dobrovolnou prací umožňují fungování Úsměvu mámy. Díky nim se dostávají k maminkám, které to potřebují, důležité informace i psychická podpora ve velmi náročném období.

## Kontaktní a identifikační data

**Název organizace:** Úsměv mámy, z.s.

**Sídlo organizace:** V Olšinkách 2247, 250 01 Brandýs nad Labem

**Předseda spolku:** Ing. Veronika Kubrichtová

**Telefon:** 777 607 877

**E-mail:** [veronika@usmevmamy.cz](mailto:veronika@usmevmamy.cz)

**IČO:** 03452603

**Číslo účtu:** 2000779324/2010

**Webové stránky:** [www.usmevmamy.cz](http://www.usmevmamy.cz)