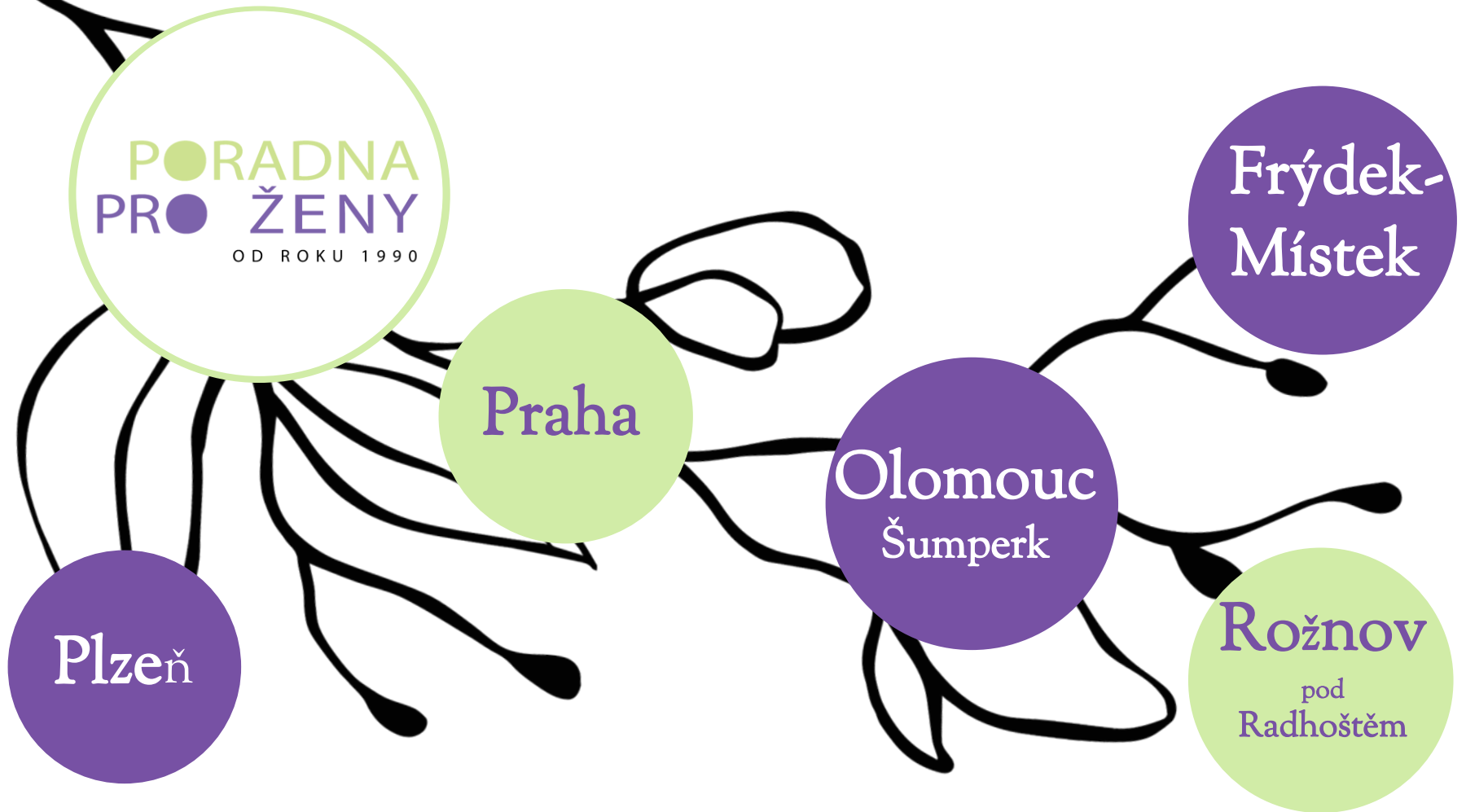


# VÝROČNÍ ZPRÁVA

2025



ONŽ - pomoc a poradenství pro ženy a dívky, z.s.

# O NÁS

Historie Poraden pro ženy a dívky sahá až do roku 1990, kdy bylo založeno občanské sdružení ONŽ s cílem probouzet vědomí úcty k životu, pomáhat ženám, matkám a rodinám v obtížných životních a krizových situacích spojených s těhotenstvím, mateřstvím a partnerskými vztahy a současně naplňovat myšlenku komplexní pomoci a prevence. V současné době provozujeme 5 regionálních poraden v Praze, Plzni, Olomouci (s detašovaným pracovištěm v Šumperku), Rožnově pod Radhoštěm a Frýdku-Místku, které poskytují celou škálu služeb, a taky celostátní telefonickou krizovou linku.

Naše práce je postavena na těchto principech:

- ~ Odborný, individuální a rovný přístup
- ~ Vytvoření prostředí bezpečí a důvěry
- ~ Spolupráce s dalšími odborníky
- ~ Bezplatné poskytování služeb
- ~ Možnost vystupovat anonymně
- ~ Časová a místní dostupnost



„  
NAŠÍM POSLÁNÍM JE POMÁHAT ŽENÁM,  
DÍVKÁM A RODINÁM, KTERÉ SE OCITLY  
V TÍŽIVÉ ŽIVOTNÍ SITUACI.



# NAŠE SLUŽBY

Poskytujeme komplexní odborné služby. Konkrétní náplň naší činnosti se liší podle jednotlivých poraden a reaguje na potřeby klientek v daném regionu.

## ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ

Pomáháme zmapovat obtížnou životní situaci a hledat cesty k řešení problémů. Nabízíme orientaci v oblasti sociálních dávek, bydlení, dluhů, pomoc se sepsáním různých žádostí a dokumentů, doprovod do institucí, zprostředkování kontaktu na další odborníky.

## RODINNÉ PORADENSTVÍ

Pomáháme v oblasti rodinných vztahů, těhotenství či výchovy dětí. Pro zvládnutí náročných životních situací nabízíme krátkodobou terapeutickou podporu, která pomůže překonat krizi. Další možností je dlouhodobé terapeutické provázení.

## TELEFONICKÁ KRIZOVÁ POMOC

Linka je k dispozici každé pondělí, středu a pátek v čase od 8 do 20h: **+420 603 210 999**

## SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY

Podporujeme rodiny s dětmi, které se ocitly v tíživé životní situaci. Pomáháme se zlepšováním rodičovských dovedností. Můžeme si společně prohlédnout hospodaření rodiny (jako prevenci zadlužení). Naše poradny podle svých možností organizují aktivity pro rodiče s dětmi.



*Batohy pro školní děti Frýdek-Místek*

## DOPLŇKOVÉ SLUŽBY

- ~ preventivní přednáškový program pro školy (ZŠ i SŠ)
- ~ vzdělávací aktivity pro dospělé (finanční gramotnost)
- ~ rodičovská podpůrná skupina
- ~ podpora obětem trestných činů
- ~ příprava na porod a těhotenské cvičení
- ~ mateřské centrum
- ~ tvořivé dílny
- ~ materiální výpomoc



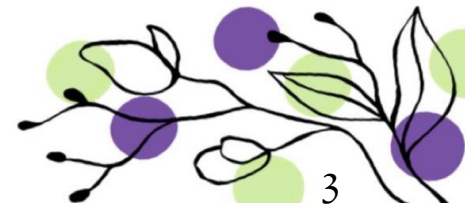
# ROK 2025 V ORGANIZACI

- V roce 2025 jsme v rámci všech našich poraden pokračovali ve všech stabilních službách. Nové díly zaznamenal i náš podcast „Nad vodou“.
- Naše služby jsme během roku opět prezentovali na různých regionálních veletrzích sociálních služeb a dalších akcích, např. na Dnech sociálních služeb a jarmarku neziskovek v Rožnově nebo na Dni rodiny ve Frýdku-Místku; pořádali jsme dny otevřených dveří, na místní úrovni jsme se zapojovali do komunitního plánování.
- 22. – 24.4. se opět po roce uskutečnil celostátní seminář poraden, tentokrát v prostorách Kláštera Kapucínů na pražských Hradčanech. Témata přednášek, které letos zazněly, byla: Psychické potíže v mateřství – organizace Úsměv mámy; Mindfulness a focusing – protistresové metody při práci s klienty – M. Hrušková Frýdek; Týmové supervizní setkání – J. Chaloupková.



*Jarmark neziskových organizací Rožnov*

- 20.5. se v Purkrabství Vyšehrad uskutečnil Benefiční koncert pro mámu, na kterém účinkovali studenti pražského Arcibiskupského gymnázia.



# ROK 2025 V ORGANIZACI



**1443 klientů/ek**



**8035 konzultací**



**530 podpůrných hovorů  
krizové telefonické linky**



# PRAHA - SLUŽBY

## **(PRO)RODINNÉ PROVÁZENÍ**

Pomoc v oblasti rodinných vztahů, těhotenství či výchovu dětí. Dlouhodobá podpora v případě vztahových, výchovných, mezigeneračních a jiných problémů.

## **PODPŮRNÁ SKUPINA PRO RODIČE „JAK SE NEZBLÁZNIT NA MATEŘSKÉ A RODIČOVSKÉ“.**

Třetím rokem běžící podpurná skupina pro rodiče dětí do 4 let, kde se otevírají témata týkající se rodičovské péče a prevence vyhoření, sdílením zkušeností nebo povídáním s odbornými hosty.

## **ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ**

Pomoc v obtížné životní situaci, orientace v oblasti sociálních dávek, bydlení, dluhů, se zaměstnáním, pomoc se sepsáním různých žádostí a dokumentů, doprovod do institucí, zprostředkování kontaktu na další odborníky, podpora při získání nadačních příspěvků pro klienty.



### Poradna Praha

Voršilská 139/5, Praha 1, 110 00

Tel: 603 213 826, 731 632 743, 732 770 767

Email: [paha@poradnaprozeny.eu](mailto:paha@poradnaprozeny.eu)

Ing. Zuzana Fischerová – vedoucí poradny,  
poradkyně

Tereza Koronthály – soc. pracovnice, terapeutka  
a poradkyně

Jitka Krausová - terapeutka a poradkyně

Mgr. Tereza Klímová - lektorka podpurné  
skupiny



# PRAHA - ROK 2025

- Kromě našich tradičních služeb – prarodinného programu a odborného sociálního poradenství jsme se v roce 2025 také znovu zapojili do vánoční akce „Krabice od bot“, díky níž jsme mohli obdarovat naše klientky, a to ve spolupráci se Sokolem Říčany. Absolvovali jsme také školení v tématech postabortivní trauma, Vina a pocity viny, jak s nimi pracovat, Když klientovi zemře někdo blízký nebo Práce s tematikou suicidia a zúčastnili se konference Stáří spojuje.
- V rámci prarodinného poradenství jsme poskytovali naši službu především ženám v produktivním věku. Témata, která ženy v rámci konzultací řešily nejčastěji, byly partnerské a mezigenerační vztahy, rodičovství či krizové intervence, téma pracovního zařazení a celkově psychické spokojenosti a osobního rozvoje. V roce 2025 také přibýlo žen, které se potýkají s domácím násilím. Většina klientek vnímá jako velkou výhodu, že u nás poskytujeme dlouhodobou psychickou pomoc a podporu.
- Nadále běžela naše podpůrná skupina pro rodiče s názvem „Jak se nezbláznit na mateřské a rodičovské“, pod vedením lektorek Terezy Koronthály a Terezy Klímové. Během 28 setkání jsme se s rodiči věnovali spoustě témat, například sebeúctě rodičů, psychohygieně a prevenci vyhoření, přijetí fyzických změn po porodu, sourozeneckým vztahům a dalším. Proběhla i 2 tematická setkání na témata dětského spánku a péče o partnerské vztahy při zátěži u péče o malé děti.



Rodičovská skupina



**95 klientů / 20 OSP, 75  
rodinné poradenství**



**715 konzultací / 660 rodinné  
poradenství, 55 OSP**



**14 rodin zapojených  
ve 28 rodičovských setkáních**



# OLOMOUC - SLUŽBY

## ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ

Pomoc v obtížné životní situaci, orientace v oblasti sociálních dávek, bydlení, pomoc při hledání zaměstnání, pomoc se sepsáním různých žádostí a dokumentů, doprovod do institucí, zprostředkování kontaktu na další odborníky, podpora při získávání nadačních příspěvků pro klienty.

## (PRO)RODINNÉ PROVÁZENÍ

Dlouhodobá podpora v případě vztahových, výchovných, mezigeneračních a jiných problémů a hledání cest ke stabilnějšímu a bezpečnějšímu rodinnému prostředí.

## MATERIÁLNÍ VÝPOMOC

Poskytování nebo zapůjčování především dětského a kojeneckého vybavení (oblečení, kočárky, postýlky...).

## PŘEDNÁŠKY

Přednášky pro základní a střední školy, ale i dospělé, kde společně otevíráme témata partnerských vztahů, lásky, sexuality, plodnosti, zodpovědného rodičovství, zdravého životního stylu, prevence rizikového chování či šikany. Účastníky vedeme k odpovědnému přístupu k sobě samým i k druhým a k budování zdravých a respektujících vztahů.

## DETAŠOVANÉ PRACOVISŤE

Díky obětavosti naší kolegyně Ing. Mgr. Marie Jílkové, můžeme dlouhodobě pomáhat v našem detašovaném pracovišti, poradně v Šumperku na ul. Komenského 9.



### Poradna Olomouc

Wurmova 577/7, 779 00 Olomouc

Tel: 603 460 621, 731 749 783

Email [olomouc@poradnaprozeny.eu](mailto:olomouc@poradnaprozeny.eu)

Mgr. Drahomíra Venkrbcová - vedoucí poradny, poradkyně

Mgr. Jana Stejskalová - lektorka a poradkyně

Mgr. Sabina Plisková - dobrovolnice, právní pomoc

Mgr. Barbora Ševčíková – dobrovolnice, psychologická pomoc

### Detašované pracoviště Šumperk

Komenského 9, Šumperk

Tel: 603 213 845

Ing. Mgr. Marie Jílková - dobrovolnice



# OLOMOUC - ROK 2025

- V rámci Magistrátu města Olomouc jsme nadále zapojeni do Komunitního plánování, kde jsme členy pracovních skupin „Občané v přechodné krizi“ a „Děti, mládež, rodina“. Během roku jsme absolvovali další vzdělávání a zúčastnili se několika konferencí.



*Přednášky na školách*



**192 klientů Olomouc**  
**34 klientů Šumperk**



**1113 konzultací Olomouc**  
**255 konzultací Šumperk**



**44 vyučovacích hodin**  
**přednášek pro 758 žáků a**  
**studentů**



**251 x předána materiální**  
**pomoc**



**9 stážistů - 424 hodin**



# PLZEŇ - SLUŽBY

## **ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ**

Pomoc v náročných životních situacích, především nevyhovující bydlení, hledání zaměstnání, sepisování dokumentů, provázení soudním řízením, dluhy a exekuce, zprostředkování kontaktů na odborníky a návazné služby.

## **POMOC OBĚTEM TRESTNÝCH ČINŮ**

komplexní podpora pro oběti trestných činů prostřednictvím sociální pracovníce, právničky a psychoterapeutky.

## **(PRO)RODINNÉ PROVÁZENÍ**

Podpora při řešení složitých rodinných vztahů, pomoc při nových situacích jako jsou těhotenství, osamělost u seniorek a samoživitelek, náročných období při výchově a vzdělávání dětí.

## **PODPORA RODIČOVSKÝCH KOMPETENCÍ**

Jednorázové aktivity zaměřené na spolupráci rodiče s dítětem.

## **RODINNÝ KLUB**

Pro rodiče s dětmi školového věku – pro děti, které nemohou chodit do MŠ, zaměřený na individuální podporu dítěte jeho matkou.

## **MATERIÁLNÍ A POTRAVINOVÁ VÝPOMOC**

Poskytování potravinové a materiální pomoci ve spolupráce s Potravinovou bankou Plzeň. (čerstvé i trvanlivé potraviny, drogerie, školní potřeby.



### Poradna Plzeň

Husovo náměstí 584/2, Plzeň 3 - Jižní

Předměstí, 301 00

Tel: 731 064 036, 731 749 774

Email [plzen@poradnaprozeny.eu](mailto:plzen@poradnaprozeny.eu)

Mgr. Jaroslava Řehořová – vedoucí poradny,  
sociální pracovníce (do 30.4.2025)

Bc. Lada Forstová, DiS. - vedoucí poradny,  
sociální pracovníce, sociální poradenství

Bc. Alena Petrželková, DiS – sociální  
pracovnice, poradkyně (do 30.4.2025)

Bc. Šárka Porvichová, DiS. – poradkyně

Bc. Klára Chaloupková - psychoterapeutka

Monika Czeriová – konzultantka, výdej  
materiální a potravinové pomoci



# PLZEŇ - ROK 2025

- V roce 2025 se částečně obměnilo personální obsazení poradny. To přineslo změny ve fungování poradny a vzhledem k novým zkušenostem nového týmu, také změny v přístupu ke klientkám. Došlo také k úpravám prostor pro setkávání. Fungování poradny bylo ovlivněno i tříměsíční rekonstrukcí komunikace přímo před budovou, což ale přineslo bezpečný a hezčí přístup i parkování.
- Pracovnice poradny se společně s dobrovolnicemi zapojily do celorepublikové Sbírký potravin pořádané Potravinovou bankou Plzeň.
- Do projektu Oběti trestných činů se v roce 2025 zapojilo 18 klientů, 17 žen a 1 muž, kteří měli aktuální či celoživotní zkušenost s násilím. Celkově proběhlo 106 hodin psychoterapeutické podpory, 3 hodiny právního poradenství a 27 hodin sociální práce.
- V průběhu roku proběhlo několik pravidelných i jednorázových aktivit pro rodiče s dětmi: výroba dekorací z přírodnin, výroba vánočních přání, výroba dekoračních polštářků či zdobení perníčků. Aktivity, byly zaměřené na spolupráci dětí a rodičů, ale vznikla u nich i příjemná atmosféra či vánoční nálada, s prostorem pro povídání o obdarovávání a radosti i vyprávění rodičů o dětství.



**170 unikátních klientů/  
75 OSP, 95 rodinné  
poradenství**



**1311 intervencí/ 817  
OSP, 494 rodinné  
poradenství**



**18 klientů v programu  
pro oběti trestných činů**



**terapie: 106 hod oběti  
trestných činů; 68 hod  
rodinné poradenství**



**potravinová pomoc pro  
43 rodin a jednotlivců**



**8 sezení svépomocných  
skupin (16 h) pro 8  
klientek/ 6 workshopů  
pro 16 klientek**



# PLZEŇ - ROK 2025

- Založili jsme novou facebookovou skupinu „Poradna pro ženy a dívky Plzeň“, kde jsou aktuální informace o fungování poradny, ale i příspěvky k zamyšlení.
- V okolí poradny můžete také nově najít malované kamínky pro štěstí se zkratkou ONŽ = odvaha a naděje ženám.
- Poradna byla proškolená v komunikaci s neslyšícími prostřednictvím aplikace Tichá linka.



*Aktivity s dětmi a rodiči/  
Povzbudivé kamínky*



# FRÝDEK-MÍSTEK - SLUŽBY

## **ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ**

Pomoc v obtížné životní situaci, orientace v oblasti sociálních dávek, bydlení, dluhů, se zaměstnáním, pomoc se sepsáním různých žádostí a dokumentů, doprovod do institucí, zprostředkování kontaktu na další odborníky, podpora při získání nadačních příspěvků pro klienty.

## **(PRO)RODINNÉ PROVÁZENÍ**

Pomoc v oblasti rodinných vztahů, těhotenství či výchovy dětí. Dlouhodobá podpora v případě vztahových, výchovných, mezigeneračních a jiných problémů, krizová intervence.

## **MATERIÁLNÍ VÝPOMOC**

Poskytování nebo zapůjčování především dětského a kojeneckého vybavení (oblečení, kočárky, postýlky...).

## **PREVENTIVNÍ PROGRAM PRO ŠKOLY**

Přednášky a besedy pro žáky a studenty základních a středních škol, výchovných zařízení. Tematicky jsou zaměřené na partnerské a rodinné vztahy, sexualitu, prevenci domácího násilí a sexuálního zneužívání, na informace o těhotenství a porodu (na vše, co souvisí s dospíváním, a se vstupem do partnerských vztahů). Témata jsou přizpůsobená věku dětí.



Poradna Frýdek-Místek

Malý Koloredov 8II, Místek,  
Frýdek-Místek 1, 738 01

Tel: 731 078 299, 731 626 993,

604 227 547, 731 492 840

Email: [frydek@poradnaprozeny.eu](mailto:frydek@poradnaprozeny.eu)

Bc. Ivana Grussmannová - vedoucí  
poradny

Bc. Michaela Hrušková - sociální  
pracovnice

Mgr. Eva Pavlíčková - sociální pracovnice

Bc. Markéta Hepnarová - sociální  
pracovnice

Bc. Anna Homolová - preventistka



# FRÝDEK-MÍSTEK - ROK 2025

- I v roce 2025 byla poradna aktivně zapojena v obou skupinách komunitního plánování sociálních služeb, které pracují při Magistrátu města Frýdek-Místek (tzv. SOC a ROD).
- Uskutečnila se řada pracovních setkání s jinými organizacemi přímo v poradně ve Frýdku-Místku. Vážíme si například smysluplné spolupráce s dobrovolnickým centrem ADRA ve F-M, které se tentokrát spojilo se společností Amazon a dohromady štědře obdarovali naše klientky balíčky s drobnými dárky pro maminky i pro děti, nebo batohy do školy.
- Účastnili jsme se i propagačních akcí např. Dne rodiny, který pořádal frýdecko-místecký magistrát v místeckém parku, nebo propagační akce ve Faunaparku.
- V poradně nás navštívil pan starosta obce Palkovice Radim Bača, a také pan náměstek primátora Marcel Sikora. Oba měli možnost seznámit s naší činností a nahlédnout do zázemí našich služeb.



**348 klientů (219 OSP/129 rodinné poradenství)**



**1242 konzultací/  
2053 intervencí**



**136 přednášek (265 hodin)  
na ZŠ a SŠ, 2320 posluchačů**



# FRÝDEK-MÍSTEK - ROK 2025

## Den rodin

Nezůstávejte se svým trápením samy!



PORADNA  
NY

Krizová linka Po, St, Pá 8-20h  
603 210 999

- odborné sociální poradenství
- podpora a provázání v krizi
- materiální výpomoc
- přednáškový program pro školy



Návštěva starosty Palkovic p. Bači

## Přednášky na ZŠ



Podpora rodin ve spolupráci s ADRA a Amazon



# ROŽNOV POD RADHOŠTĚM - SLUŽBY

## ODBORNÉ SOCIÁLNÍ PORADENSTVÍ

Pomoc v obtížné životní situaci, orientace v oblasti sociálních dávek, bydlení, dluhů, se zaměstnáním, pomoc se sepsáním různých žádostí a dokumentů, doprovod do institucí, zprostředkování kontaktu na další odborníky, podpora při získávání nadačních příspěvků pro klienty.

## (PRO)RODINNÉ PROVÁZENÍ

Pomoc v oblasti rodinných vztahů, těhotenství či výchovy dětí. Dlouhodobá podpora v případě vztahových, výchovných, mezigeneračních a jiných problémů.

## SOCIÁLNĚ AKTIVIZAČNÍ SLUŽBY PRO RODINY S DĚTMI

Poskytování podpory a pomoci rodinám s nezaopatřenými dětmi do 18, resp. do 26 let v jejich úsilí zlepšit svou nepříznivou situaci, a tím vytvořit bezpečné prostředí pro zdravý vývoj dětí a přispět tak k zachování rodinné stability. Nenahrazujeme rodiče, ale pomáháme jim a doprovázíme je, aby svoji roli mohli zvládnout sami. Služba probíhá především v přirozeném prostředí rodiny a je určena pro obyvatele Rožnova pod Radhoštěm a okolních obcí.

## VZDĚLÁVACÍ AKTIVITY PRO RODIČE

Besedy na téma rodičovství, výchovy dětí, partnerských vztahů, hranic, komunikace, sebehodnoty jsou pořádány v mateřském centru, během táborů a komunitních setkávání.

Poradna Rožnov pod Radhoštěm

Zemědělská 500,

Rožnov pod Radhoštěm 1, 756 61

Tel: 604 601 714

Email: [roznov@poradnaroznov.eu](mailto:roznov@poradnaroznov.eu)

Mgr. Lenka Oravcová - vedoucí poradny, krizová linka, mediace

Mgr. Dana Hurtová - sociální pracovnice, lektorka přednášek

Mgr. Lenka Tauberová - terénní sociální pracovnice, lektorka přednášek

Alena Slováková, Dis. - sociální pracovnice, problematika závislosti

Mgr. Jana Zajícová - sociální pracovnice, psychoterapeutka

Bc. Kateřina Balánová - sociální pracovnice, lektorka přednášek

Pavla Kadaňková - pracovnice MC

Domeček

Mgr. Kamila Rýparová – krizová linka



# ROŽNOV POD RADHOŠTĚM - SLUŽBY

## MATEŘSKÉ CENTRUM DOMEČEK

Centrum pro všechny maminky, tatínky, babičky a dědečky, kteří se doma starají o malé batole či předškoláka a chtěli by se potkávat s ostatními, kteří jsou v podobné situaci. Domeček nabízí možnost 2x týdně se sejt, popovídat si, předat zkušenost, cvičit a tvořit s dětmi. Pravidelně zde probíhají besedy pro rodiče.

## PŘEDNÁŠKOVÁ ČINNOST

Přednášky pro žáky a studenty z oblasti výchovy k zodpovědnému partnerství a zdravému životnímu stylu. Přednášky jsou kromě video prezentací a filmů doplněny modely, obrazovým materiálem a dalšími pomůckami. Jednotlivá témata jsou vybírána a přizpůsobena věku posluchačů. Naši nabídku mohou využít základní a střední školy, střední odborné školy a učiliště, organizace i veřejnost.

## MATERIÁLNÍ A POTRAVINOVÁ VÝPOMOC

Pravidelný výdej potravinové a hygienické pomoci, spolupráce s potravinovou bankou.



*Program na školách*



*Jarmark neziskových organizací*



# ROŽNOV POD RADHOŠTĚM - ROK 2025

- I v roce 2025 jsme v rámci registrovaných sociálních služeb poskytovali odbornou pomoc zaměřenou především na cílovou skupinu rodiny s dětmi. Tuto práci zabezpečoval stabilní tým 7 zaměstnanců poradny a 3 externích pracovníků. Ve spolupráci s ADROU se podařilo proškolit a přizvat k doučování dětí i zapojit do činnosti v Mateřském centru celkově 8 dobrovolníků, kterým za jejich nasazení děkujeme.
- Naši práci jsme veřejnosti prezentovali v rámci několika akcí. 1. 9. proběhl v naší poradně den otevřených dveří, 2. 9. setkání a sdílení poskytovatelů sociálních služeb v regionu s přizvanými hosty z řad veřejnosti a 3. 9. Jarmark neziskových organizací.
- Velmi podnětná pro tým byla účast na dvou konferencích, které byly pořádány ve Zlíně, a to 3. dubna na téma „A vy jste kdo?“. Tato konference byla zaměřena na sociální práci s rodinou a zahrnovala včasnou identifikaci ohroženého dítěte, příklady dobré praxe a refletovala důležitost mezioborové spolupráce a prevenci. 8. dubna nám přinesla podněty konference na aktuálně nosné téma „Duševní zdraví v rodinách ve Zlínském kraji“.



**548 klientů poradenských služeb**  
(z toho 46 rodin v SAS/ 299 klientů v OSP/ 76 klientů v prarodinném poradenství/ 41 maminek a dětí v mateřském centru / 86 klientů tvořivých dílen)  
**3399 konzultací/intervencí**



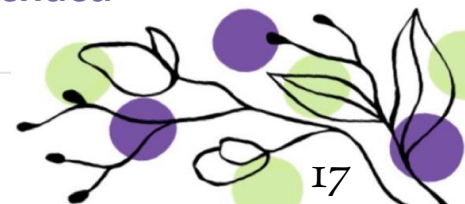
**86 setkání mateřského centra**



**50 hodin v rámci 19 tvořivých dílen**



**53 preventivních přednášek/  
2339 posluchačů**



# ROŽNOV POD RADHOŠTĚM - ROK 2025

- 26. 4. a 8. 11. jsme se společně s dobrovolníky a přáteli poradny již pátým rokem zapojili do celorepublikové sbírky potravin, kterou pořádá Potravinová banka. Potraviny a hygienické potřeby z těchto sbírek jsme pak mohli v poradně přerozdělit potřebným rodinám v regionu.
- I v tomto roce jsme byli zapojeni do největší české sbírky vánočních dárků pro děti „Krabice od bot“, kdy jsme měli možnost distribuovat dárky do rodin, se kterými spolupracujeme a odměnou nám i dárcům byly rozzářené oči dětí i vděčnost rodičů.
- Jako každý rok jsme úzce spolupracovali s organizacemi v regionu, také s OSPODy či soudy; proběhlo i společné vzdělávání na Úřadu práce v souvislosti se zaváděním superdávky. V rámci města Rožnov jsme se pravidelně účastnili setkávání odborníků v rámci sociální komise, komise pro komunitní plánování a hodnotící komise.



# KRIZOVÁ LINKA

## Krizová telefonická linka

Tel: 603 210 999

Ing. Iveta Wollerová - vedoucí linky

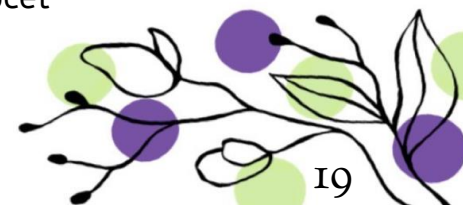


- Linka je v provozu každé pondělí, středu a pátek v čase 8:00 – 20:00 na telefonním čísle **+420 603 210 999**.
- Během roku 2025 poskytla linka podporu 530 klientkám a klientům formou krizové intervence, zprostředkováním terapeutické podpory v některé z regionálních poraden pro ženy nebo předáním kontaktů na spolupracující odborníky. Na lince pracovalo 7 konzultantek.
- Nejčastější témata hovorů linky:
  - ~ partnerské problémy, období rozvodu či rozchodu. Častými volajícími jsou matky samoživitelky, které kromě vztahů řeší výchovu dětí a finanční situaci,
  - ~ mezigenerační problematika – péče o blízké, sendvičová generace, osamělost seniorek,
  - ~ nechtěné těhotenství nebo naopak ztráta dítěte (potrat),
  - ~ seberealizace v souvislosti s péčí o malé děti,
  - ~ domácí násilí,
  - ~ situační krize (sdělení závažné diagnózy, nehody, náhlá úmrtí),
  - ~ opakované hovory klientek s psychiatrickou diagnózou.



*Na linku volá plačící žena. Konzultantka dává prostor pro ventilaci emocí. Žena sděluje, že ve třetím měsíci těhotenství přišla o miminko. Čekala své první dítě. Říká, že je jí čtyřicet let, naříká, že další dítě už mít nebude. Mluví o svých předchozích partnerských vztazích – muže, se kterým chtěla mít dítě, potkala v 35 letech. Několik let se snažili o otěhotnění – když se konečně podařilo, skončilo potratem. Během krizové intervence proběhla práce s tělem, ukotvení, identifikace zdrojů podpory, práce s tématem ztráty. Byla nabídnuta terapeutická podpora v pražské poradně. Klientka se postupně částečně zklidnila, kontakt do poradny uvítala.*

- Na přelomu listopadu a prosince proběhla za podpory NADACE ČEZ čtyřtýdenní propagační kampaň v pražském metru. Bylo umístěno 50 vizuálů v 25 vozech metra. V souvislosti s touto kampaní došlo ke zdvojnásobení počtu hovorů na lince. Zvýšil se jak počet prvokontaktů tak počet opakovaných volajících.



# PODCAST NAD VODOU

Během roku 2025 přibyly další epizody podcastu NAD VODOU, jehož smyslem je přinášet rozhovory s lidmi z pomáhajících organizací, které se zabývají zejména (ale nejen) ženskou problematikou; oslovovat inspirativní osobnosti z oborů psychologie, psychiatrie či medicíny a propojovat organizace, které mají k ženské problematice blízko a dávat tak přehled o možnostech pomoci.

V roce 2025 vznikly epizody:

- ~ **Otevíráme pole smrti, zůstáváme na straně života** – rozhovor se zakladatelkou Poradny Vigvam, Mgr. Sylvií Stretti. Hledáme v něm odpovědi na otázky ohledně strachu ze smrti, jak mluvit o smrti s dětmi, jak může vypadat dobrá komunikace s člověkem, který se blíží k závěru života, jak se posunulo vnímání smrti ve společnosti, jak to máme s rituály v souvislosti se smrtí. V rozhovoru zaznívá, jak konkrétně může pomoci Poradna Vigvam.
- ~ **Generace sněhových vloček** tématem rozhovoru s psychiatrickou MUDr. Alenou Večeřovou Procházkovou je generace mladých lidí, kteří se narodili v období od 2. poloviny 90. let přibližně do roku 2010. Prohlížíme si otázky: proč se projevuje akutní nedostatek kapacit v psychiatrické a psychoterapeutické péči, proč dospívající a mladí dospělí působí křehce a málo odolně a v čem je naopak jejich síla, jak je to s vlivem sociálních sítí, jak mohou rodiče pomoci svým dětem a také sami sobě.



**Toxické matky** s psycholožkou, Mgr. Alexandrou Lammelovou si prohlédneme téma toxického vztahu mezi matkou a dcerou. Pod tímto názvem se skrývá hlavně emocionální manipulace, neustálá kritika a snižování hodnoty, kontrola a dominance, pasivní agresivita, nedostatek podpory a empatie, vytváření pocitů viny. Díváme se na to, co mají "toxické matky" zpravidla za sebou, jak vnímají sebe a jak je obtížné, ale zpravidla nezbytné vymezit své hranice ve vztahu k blízkému člověku.

**Mezigenerační trauma** pohled na mezigenerační trauma očima PhDr. Daniely Vodáčkové – klinické psycholožky, psychoterapeutky, supervizorky, lektorky výcvikových programů, zaměřených na krizovou intervenci, paliativu a práci s traumatem. Prohlížíme si, jak vzniká trauma, které jde napříč generacemi, jak zasahuje trauma rodičů do životů jejich dětí, jak je to s odpuštěním, proč válečné trauma zasahuje tři generace, co funguje při práci s mezigeneračním traumatem, jak lze posilovat psychickou odolnost.



# HOSPODAŘENÍ V ROCE 2025

VÝNOSY ONŽ	KČ
PROVOZNÍ DOTACE (stát, kraje, města)	10 219 468
PŘÍSPĚVKY A DARY	2 143 410
OSTATNÍ	238 444
<b>VÝNOSY CELKEM</b>	<b>12 601 322</b>

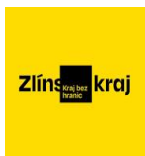
NÁKLADY ONŽ	KČ
PROVOZNÍ NÁKLADY	2 277 890
OSOBNÍ NÁKLADY	10 309 080
<b>NÁKLADY CELKEM</b>	<b>12 586 970</b>

POBOČKY	VÝNOSY (KČ)	NÁKLADY (KČ)
<b>Praha</b>	2 592 280	2 577 928
<b>Olomouc</b>	1 012 721	1 012 721
<b>Plzeň</b>	1 773 090	1 773 090
<b>Rožnov pod Radhoštěm</b>	4 568 180	4 568 180
<b>Frýdek- Místek</b>	2 655 051	2 655 051

# PODPOŘILI NÁS

DĚKUJEME VÁM VŠEM, KTEŘÍ JSTE V ROCE 2025 PODPOŘILI NAŠI ČINNOST  
DĚKUJEME ZA VAŠE DARY, POMOC I PŘÍZEŇ.

MPSV za podporu projektů RODINA a krizové telefonické linky s celostátní působností, Zlínskému kraji, Moravskoslezskému kraji, Olomouckému kraji, Plzeňskému kraji, Magistrátu Hlavního města Prahy, Arcibiskupství pražskému a olomouckému, Biskupství ostravsko-opavskému a plzeňskému, Nadaci ČEZ, Rotary klubu Prag-Bohemia z.s. Městům, obcím a dalším dárčům: Rožnov pod Radhoštěm, Sdružení Mikroregion Rožnovsko, Frýdek-Místek, Olomouc, Plzeň, Plzeň UMO 3, OÚ Dolní Studénky, OÚ Libina, OÚ Sviadnov, obci Palkovice, TCL DigiTrade s.r.o., Exa Print – Design s.r.o., Elektro Kvapil, CS Cabot s.r.o., Myonic s.r.o., Vakuum servis s.r.o., Robe lighting s.r.o., Arcidiecézní Charita Olomouc, Římská unie řádu sv. Voršily, Sbor církve bratrské v Praze 1, Apoštolská církev ve Frýdku-Místku, Charita Šumperk a mnoha dalším jednotlivým dárčům a podporovatelům.



ARCIBISKUPSTVÍ  
PRAŽSKÉ



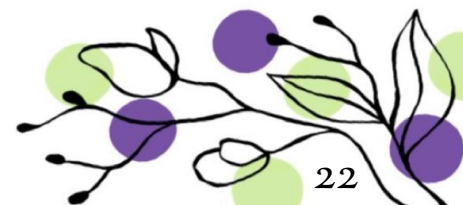
ARCIBISKUPSTVÍ  
OLOMOUCKÉ



BISKUPSTVÍ  
OSTRAVSKO-OPAVSKÉ



Biskupství plzeňské



# KONTAKT

**ONŽ – pomoc a poradenství pro ženy a dívky, z. s.**

Sídlo: Voršilská 139/5, 110 00 Praha 1

Telefon: 224 930 661, 603 213 826

E-mail: [paha@poradnaprozeny.eu](mailto:paha@poradnaprozeny.eu)

Web: [www.poradnaprozeny.eu](http://www.poradnaprozeny.eu)

IČO: 00537675

Registrace: u Městského soudu v Praze, spis. značka L 573

**Bankovní spojení: č.ú.: 57280007/2700, UniCredit Bank**

**Výkonná ředitelka:** Ing. Hana Šindlerová (do 31.8.2026), Mgr. Erika Hořínková, MBA

**Předseda:** Ing. Josef Jelínek (do 22.4.2025), Mgr. Lenka Oravcová

**Místopředsedové:** PhDr. Jaroslav Šturma, Mgr. Drahomíra Venkrbcová,  
Ing. Zuzana Fischerová,

**Členové:** Bc. Michaela Hrušková, Ing. Iveta Wollerová, Mgr. Martina Bezoušková, DiS.



**givt**

Krizová linka: **+420 603 210 999** PO, ST, PÁ 8-20 hod

