



Dlouhá cesta – *dospělí, kteří přežili* své děti

Když zemře dítě, ať náhle, nebo po delší nemoci, rodiče se většinou v těchto chvílích cítí velmi osamoceni, nechtějí s nikým komunikovat, myslí si, že jim nemůže rozumět nikdo, kdo tuto tragédii neprožil. Je pro ně velmi úlevné setkat se s lidmi, kterým mohou bez obav sdělit všechny svoje pocity, a zároveň vidět, že lze žít dál běžný život, který už ale samozřejmě nebude nikdy takový, jako byl dříve.

Občanské sdružení Dlouhá cesta bylo založeno v roce 2005 a je dosud jedinou organizací v České republice primárně zaměřenou na pomoc rodinám po úmrtí dítěte. Cílem sdružení je psychologická i praktická podpora rodičů a rodin, kterým zemřelo dítě v jakémkoliv věku a z jakékoliv příčiny. Všechny projekty a akce připravují a realizují lidé, kteří bolestnou zkušenost ztráty dítěte zažili, prošli dlouhým procesem zármutku a dnes žijí dál plnohodnotným životem a pomáhají ostatním.

Sdružení založily dvě maminky, které se seznámily v nemocnici při péči o své děti na onkologickém oddělení – Martina Hráská a Bibiana Wildnerová. V současné době kromě nich ve sdružení dobrovolně působí další

tři maminky – Lucie Burdová, Líba Fályová a Iveta Coufalíková –, které s nadšením a ve svém volném čase připravují a realizují výše uvedené projekty. S administrativní agendou pomáhá Alice Nejmanová.

Odbornou garantkou, která se rovněž dobrovolně účastní téměř všech aktivit, je PhDr. Ilona Špaňhelová. Od počátku sdružení je oporou při přípravě každého nového projektu. Tým doplňují laičtí poradci, kteří zajišťují osobní setkání s rodiči a propagaci sdružení po celé republice. Spolupracují i s dalšími odborníky, jejichž zájem a podpora jsou pro organizaci velmi důležité. Patronkou sdružení je režisérka Olga Sommerová, která se se sdružením seznámila při natáčení filmu *Přežili jsme svoje děti*.

První větší akcí, kterou před lety sdružení pořádalo, bylo svépomocné setkání, kterého se zúčastnilo kolem třiceti rodičů. Začal narůstat zájem i o individuální setkání, proto vznikl projekt *Nejste sami*, ve kterém jsou školeni vybraní zájemci z řad rodičů i dalších příbuzných pro osobní kontakty s dalšími rodiči. Tito dobrovolníci pak jako laičtí poradci doprovázejí rodiče, kteří se ocitnou ve stejné situaci, jako kdysi oni sami. Pomohou jim pochopit, že všechno, co prožívají, je proces, který má své fáze a zákonitosti. Mohou poradit i s dalšími praktickými záležitostmi a problémy, které se v souvislosti s úmrtím dítěte vyskytnou. Jsou připraveni pořádat a vést skupinová setkání a prezentovat činnost sdružení ve svém regionu. V současné době

v projektu působí devatenáct dobrovolníků z celé České republiky. Jejich seznam je uveden na webových stránkách sdružení. Letos na podzim bude zahájen již třetí ročník.

Kromě půldenních svépomocných setkání a individuálních schůzek, které jsou určeny především dospělým, pořádá Dlouhá cesta i rekondiční víkendy pro celé rodiny. Nabízejí více prostoru pro vzájemné sdílení a podporu. Část víkendů je věnována tělesným relaxačním aktivitám a pobytu v přírodě.

Z rodičů, kteří se účastnili setkání, vznikla časem samostatná skupinka maminek a tatínek s názvem Prázdná kolébka, kterým zemřelo miminko před porodem, nebo krátce po porodu. Pořádají samostatná setkání a zároveň vyvíjejí iniciativu za zlepšení přístupu zdravotnického personálu k rodičům v těchto náročných situacích.

Speciálně pro sourozence je určen projekt Barevný anděl. V rámci tohoto projektu se finančně i poradensky podílí členové sdružení na přeměně pokojíčku, ve kterém oba sourozenci žili společně a ve kterém bráška nebo ségra tak moc chybí. Snaží se propojit účast dítěte a rodičů na společné práci a motivovat dítě k aktivitě, která nastartuje novou životní etapu, a zároveň jim pomůže o svých pocitech s rodiči komunikovat.

Ke smyslu sdružení Dlouhá cesta a k jeho činnosti nám více řekla jeho předsedkyně Martina Hráská:

„Velmi důležité pro všechny rodiče je uchování vzpomínek na děti. Na našich webových stránkách nabízíme prostor pro jejich sdílení. Rodiče nám k uveřejnění mohou zaslat svou vzpomínku ve formě textu a fotografie. Mnoho dětí mělo řadu koníčků a mnohé z nich byly velmi nadané. Snažíme se rodiny inspirovat k pořádání vzpomínkových akcí – výstav, memoriálů, koncertů. V letošním roce jsme se napří-

klad podíleli na uspořádání vzpomínkového výstupu, výstavy výtvarných prací a fotografií a dvou memoriálů. Na prosinec připravujeme vánoční koncert. Kromě láskyplných vzpomínek uveřejňujeme na webových stránkách i konkrétní příběhy, které nám rodiče zasílají. I když jsou velmi smutné a bolestné, jejich sdílení touto formou může ostatním rodičům pomoci si uvědomit, že nejsou se svou bolestí sami.“



Martina Hráská

Dlouhá cesta není sdružením určeným samo pro sebe. Stále více se otevírá pro nejširší veřejnost, jak vyplývá ze slov Matiny Hráské:

„Rostoucí zájem odborné veřejnosti nás těší. V letošním roce jsme se účastnili několika besed a konferencí s cílem přiblížit potřeby

pozůstalého rodiče v oblasti komunikace a psychické podpory. Koncem roku jsme byli přizváni do pracovní skupiny pro návrh kvalifikačního a hodnotícího standardu dílčí kvalifikace Poradce pro pozůstalé, které připravuje Ministerstvo pro místní rozvoj. Vytvoření tohoto standardu vnímáme jako velký krok dopředu v naší společnosti v oblasti péče o pozůstalé včetně pozůstalých rodičů. Zároveň jsme se podíleli na vytvoření informační brožurky s praktickými radami pro pozůstalé. Vnímáme i zvyšující se zájem ze strany laické veřejnosti o zlepšení, ujasnění a zkonkretizování komunikace s pozůstalými rodiči. V letošním roce bychom rádi připravili a zahájili aktivity zaměřené na toto téma. Budeme se snažit o otevírání cest k lepšímu porozumění mezi sebou navzájem v těchto náročných životních chvílích.“

Provoz sdružení a realizace akcí a projektů je financována zejména z darovaných finančních prostředků od firemních a individuálních dárců a z členských příspěvků. Členství je nejčastější formou podpory – členem se může stát jakákoliv fyzická a právnická osoba, která splňuje podmínky uvedené ve stanovách a zaplatí členský příspěvek. Ve sdružení by velmi uvítali větší



Vzpomínky zůstávají

zájem o členství z řad právnických osob – organizací, kteří mají nějakým způsobem blízko k tématu i činnosti, například pohřebních služeb atd.

Na projekt Barevný anděl má sdružení povolenou celostátní veřejnou sbírku, na kterou lze přispět zasláním finanční částky na účet, zakoupením knížky nebo příspěvkem do kasiček, které jsou umístěny ve Zlínském kraji.

Č. účtu pro finanční podporu:

2032560001/5500

Č. účtu pro veřejnou sbírku:

2032560028/5500

Zpracoval: - hl-

Foto: Archiv sdružení Dlouhá cesta

Nejblíží akce sdružení Dlouhá cesta:

V neděli 19. září se uskuteční setkání rodičů. Jedná se o prožitkové setkání bez konkrétního tématu. Každý kdo přijde, bude mít prostor pro sdílení svých pocitů a prožitků nebo může jen naslouchat ostatním. Akce bude pořádána v Praze. **V úterý 21. září** proběhnou vstupní testy pro zájemce o účast ve třetím ročníku projektu Nejste sami. **V neděli 7. listopadu** se uskuteční sportovní benefiční akce Neděle pro Vaše srdce, jejíž výtěžek bude věnován na uspořádání rekondičního víkendů. Na **prosinec** připravujeme další setkání a Vánoční vzpomínkový koncert. Kromě toho se v průběhu **podzimu** uskuteční i setkání na jiných místech České republiky a zároveň připravujeme další setkání rodičů z Prázdné kolébky. Rádi bychom též všechny pozvali na výstavu fotografií a výtvarných prací Láskyplné vzpomínky, která probíhá do konce roku v Praze – Nových Butovicích. **Informace o všech akcích najdete na www.dlouhacesta.cz.**