



 *úsměv mámy*

VÝROČNÍ ZPRÁVA

2024

Obsah

Úvodní slovo	2
Základní poslání Úsměvu mámy	3
Lidé kolem Úsměvu mámy	3
Spolupráce v roce 2024	5
Utužujeme vztahy uvnitř Úsměvu	8
Činnost v roce 2024	8
Osvěta	8
Konference Duše mámy II	8
Sociální sítě a webové stránky	10
Úsměv mámy na akcích	11
Křehká mateřská psychika v médiích	12
Osvětová kampaň „Proč mi to nikdo neřekl?“	15
Nový videospot	16
Vzděláváme se	16
Přímá podpora žen	17
Práce regionálních koordinátorek	17
Centrum Praha	17
Projekt Úsměv mámy patří celé rodině II – podpora od MPSV	18
Projekt Úsměv mámy pro rodinu – podpora od MHMP	18
Podpora od Nadace ČEZ	18
Výstupy činnosti pražského centra	19
Financování spolku	19
Finanční zpráva, zpráva o hospodaření	21
Rozvaha	21
Výkaz zisku a ztráty	23
Kontaktní a identifikační data	24

Úvodní slovo

Je to asi poprvé, co se mohu za rokem 2024 ohlédnout, protože prolítl v hektickém tempu, které zatím nechce ubrat na síle. Rok 2024 se nesl ve jménu nových dechů a nových směrů. Do našich životů se vrátila konference Duše mámy, rozjeli jsme nový projekt *Mother mind friendly*, přestěhovali naše pražské centrum do nových prostorů na Praze 3. Olomoucký kraj získal díky naší nezastavitelné kolegyni Renče Banášové centrum klinické psychologie, které se specializuje na mateřskou psychiku. Podařilo se nám udělat první krok ke stabilizaci naší regionální sítě podpory, pátým rokem udržet chod pražského centra, aby bylo snadno dostupné pro ženy v těžkých chvílích. A základní podpůrná péče zůstala i nadále pro ženy bezplatná, protože na cestě zpátky k sobě by neměly stát žádné překážky navíc. Už tak je to těžké. Jsme důležitou součástí nové inscenace opery Jenůfa, která tentokrát upozorňuje na to, jak náročné mateřství může být.

Díky štědrému dárci se nám povedlo rozjet projekt, který dává dohromady veškeré znalosti, které jsme za dobu našeho působení nasbírali. Už teď postupně pouštíme do světa první drobné ovoce a zjišťujeme, že toho víme hodně. Postupně vytváříme novou sérii školení a budou i nové informační materiály. A možná i něco víc.

A skoro bych zapomněla – oslavili jsme 10 let fungování! Svižně, v poklusu, ale s krásným dortem, který nechaly úžasné ženy z Úsměvy vyrobít.

Když to tady sepisuju, vidím, že přestože ještě není náš centrální tým v plné síle, máme toho za sebou (i před sebou) mnoho. A protože pracujeme v obklopení skvělých lidí, které žene kupředu touha vytěžit z vlastních těžkých chvíl maximum pro ostatní v podobné situaci, je to po většinu času hlavně radost.



Veronika Kubrichtová
Zakladatelka a předsedkyně Výboru

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

Rok 2024 byl pro Úsměv mámy rokem pomalého návratu k fungování týmu vedení po baby boomu minulého roku. Zároveň i tento rok se naše řady rozrůstaly ve všech týmech po České republice, včetně Prahy. Každý rok se k nám přidává mnoho žen, které si samy prošly poporodními těžkostmi, aby svou zkušenost předaly dál a pomohly tak novopečeným maminkám k vidině lepších zítřků. A jak jejich děti rostou, vrací se mnoho z nich do svých původních zaměstnání a poporodní těžkosti a Úsměv mámy zůstávají jen etapou v jejich životech. Za překonání poporodních těžkostí jsme samozřejmě rády, zároveň bychom si mnohé z nich rády udržely i nadále. A tak se snažíme, jako každý rok, najít finance na naše fungování, abychom alespoň malou část z nich mohly zaplatit.

Mnoho žen s námi ať tak či onak drží kontakt i nadále, ať již v osobní rovině nebo přes sledování našich sociálních sítí, šíření osvěty či přes zapojení se do malých projektů jako jsou např. charitativní trhy. Je mezi námi mnoho žen, které s námi jsou již roky, za což jsme nesmírně rády.

Vedení Úsměvu mámy zůstává v roce 2024 nadále ve stejném složení:

- Předsedkyně Výboru spolku je Veronika Kubrichtová. Veronika neúnavně pokračuje právě ve shánění peněz na fungování spolku, řídí strategické aktivity a bojuje za zviditelnění organizace a našeho tématu.
- Místopředsedkyně Výboru spolku je Lucie Kočová. Ta se již mnoho let stará o chod pražského centra. V roce 2024 se k ní přidává intenzivně i Adéla Sedláková, která jí s chodem centra pomáhá. Přidávají se i další kolegyně, které stojí v první linii při kontaktu s klienty centra. Patří mezi ně senior peer konzultantky Chrisa Šebová, Kamila Jankešová a Veronika Židlická a mnoho dalších peer konzultantek, které pomáhají s následnou péčí formou peer podpory.
- Další místopředsedkyně Výboru spolku je Veronika Hanušová. Ta se v roce 2024 vrací s batoletem po boku k řízení regionálních aktivit a podílí se na fundraisingu spolku a finančním plánování.
- Další členka Výboru je Veronika Šišmová. Veronika, také s batoletem po boku, dál pomáhá a společně s Adélou Sedlákovou určuje grafickou identitu celého Úsměvu mámy. Vytváří ilustrace, spravuje sociální sítě a podílí se na chodu organizace.
- Poslední členkou je Výboru je Renata Banášová. Renata dál neúnavně pokračuje v navazování spolupráce v Jihomoravském kraji, zorganizuje, a nakonec se i jako herečka účastní opery Jenůfa v Moravském divadle Olomouc, kde je téma poporodních těžkostí hlavním motivem hry. Renata také rozjíždí svou vlastní praxi Centrum duševní

rovnováhy C-DuR v Olomouci a to se stává partnerským pracovištěm spolku Úsměv mámy.

- Poslední členkou vedení je Adéla Sedláková, která sice není zapsána v rejstříku, ale je jeho plnohodnotným členem, a kromě všech výše zmíněných aktivit také skvělým projektovým manažerem.

Pro činnost Úsměvu mámy jsou nepostradatelné i naše regionální týmy, které poskytují ženám s psychickými potížemi přímou podporu po téměř celé České republice.

V roce 2024 v jejich čelech stály:

- V Libereckém kraji již druhým rokem akční a vždy veselá Kateřina Vytlačilová.
- V Plzeňském kraji naše stálice Kristýna Petráková.
- V Královéhradeckém kraji již druhým rokem klidná Adriana Bažantová.
- V kraji Vysočina Jana Slámová.
- Středočeský kraj a Praha patří pod pražské centrum, které vede Lucie Kočová.
- V Jihomoravském kraji se novou hlavní koordinátorkou stává naše dlouholetá kolegyně psycholožka Sylvie Zemanová.
- V Olomouckém kraji pak nově do vedení nastupuje mladá krev Kateřina Hrbatová.
- Ve Zlínském kraji pokračuje nadále akční a nápaditá Lucie Rusková.
- V Moravskoslezském kraji je hlavní koordinátorkou dalších z našich dlouholetých kolegyň Monika Kubánková.
- České Budějovice a Tábor, kde dlouhou dobu fungovaly dvě buňky Úsměvu mámy, se v roce 2024 sloučily pod jednu a vzniká tak Úsměv mámy Jihočeský kraj, který vede Jana Kovaříková.

Z regionální sítě, která pomáhá rozvíjet celou organizaci a posouvá neúnavně naše téma dál, je nezbytné zmínit další kolegyně.

Barbora Mikyska společně s Kateřinou Stanovskou řídí v roce 2024 nově vzniklý projekt „Mother mind friendly“, který v porodnicích Agel na Moravě podporuje ženy, které v těchto porodnicích porodily a vyskytly se u nich poporodní obtíže.

S rozvíjením spolupráce s dalšími organizacemi a odborníky pomáhá Kateřina Vytlačilová a Adéla Bydžovská. Obě se také zapojují do péče o naše regionální týmy.

Marta Kouba Štiglitz a Veronika Peroutková jsou styčnými důstojníky pro organizaci externích školení. Samotná školení pak jsou pod taktovkou Gabriely Cabrnachové, Sofie Slavíkové, Kamily Jankesové, Sylvie Zemanové či Kláry Pavelkové.

O nábor nových lidí do Úsměvu mámy se nadále skvěle stará Lenka Zelinger, o jejich proškolení pak stejně tak dobře Veronika Židlická.

V osvětě u praktických lékařů pokračuje Jana Krzyžánková.

S konferencí Duše mámy nám vydatně pomohla Petra Chlopčíková.

S celým chodem organizace pak nezištně pomáhalo mnoho dalších žen i mužů. Všichni si zaslouží velké poděkování, protože bez nich by to nešlo.

Spolupráce v roce 2024

Rok 2024 je rokem nových spoluprací i nových směrů.

Program Mother mind friendly

Díky spolupráci se skupinou AGEL vytváříme nový model péče o duševní zdraví žen v porodnicích a postupně do něj zapojujeme první porodnice. Založený je na mnoha pilířích, z nich jeden z nejdůležitějších tvoří úzká spolupráce s lidmi, kteří v porodnicích pečují o ženy. Hlavní tvůrkyní a odbornou garantkou nového modelu je naše kolegyně Renata Banášová. Důležitými ženami tohoto projektu pak byly v roce 2024 Barbora Mikyska a Kateřina Stanovská.



Vlastní dortíky jako forma podpory

Krásnou podporu pro nás nachystala provozovatelka Lelí's Cupcakes Lenka, která má vlastní zkušenosti s psychickým trápením. Úsměv mámy tak získal poprvé ve své historii vlastní dortík. Lenka se pak následně stala hostem našeho pravidelného vysílání Mateřská psychika v troskách – příběhy naživo.





Úsměv mámy v divadelním představení

V únoru 2024 startuje spolupráce, která přinese pro nás nebývalý způsob osvěty. **Moravské divadlo Olomouc** přizvalo Úsměv mámy ke spolupráci k novému nastudování opery Její pastorkyňa. Režisérka Veronika Kos Loulová se rozhodla propojit prožitky žen z dob Janáčka s těmi současnými, i tenkrát byly ženy pod tlakem společnosti, o některých věcech se nemluvilo, a to často dohánělo ženy do krajních situací a stavů. Stejně jako dnes, kdy se poporodní deprese nenosí a společnost tlačí ženy často do kouta. Po prvních setkáních s režisérkou bylo jasné, že toto zpracování bude opravdu jedinečné. Zazní v něm totiž příběhy reálných žen, které se staly plnohodnotnými vystupujícími. Pět statečných žen se zkušeností se tak vrhlo na svou divadelní kariéru.

Představení mělo premiéru 15. listopadu a následně bylo i součástí festivalu Janáčkovy Brno 2024. Představení vyvolalo svým neotřelým přístupem řadu emotivních ohlasů, a to jak v pozitivním, tak negativním slova smyslu. S ohledem na jeho osvětovou složku je to tím nejlepším možným výstupem.



Jenůfa? Opravdu? Úpravy Janáčkovy opery provokují i v Brně

JENŮFA PRO SILNÉ POVAHY

**Revoluční Jenůfa:
Feministický pohled
na Janáčka**

It would be an exaggeration to speak of a scandal, but the fact is that after the performance of *Jenůfa*, some audience members expressed their displeasure by booing (while others were braving, though the majority gave a polite applause to show their approval, appreciation, reservation, or perplexity).

Partnerství se specializovaným pracovištěm klinické psychologie

V roce 2024 vzniklo v Olomouckém kraji specializované pracoviště klinické psychologie C-Dur, které se zaměřuje na ženy v raném mateřství.

Příběh se začal psát v dubnu 2019. Přesně 30. 4., v předvečer kampaně ke Světovému dni duševního zdraví matek nám prostřednictvím formuláře u nás na webu napsala Renata Banášová, že má chuť rozjet aktivity Úsměvu mámy i v Olomouckém kraji. Slovo dalo slovo a v tom okamžiku začal růst systém podpory pro mámy, které trápí psychika, i zde.

Renča patří mezi lidi, pod jejichž rukama kvete vše, čeho se dotknou, proto olomoucká buňka záhy rozjela i ostravskou buňku.

Renča:

- Rozjela spolupráci s porodnicí ve Fakultní nemocnici Olomouc.

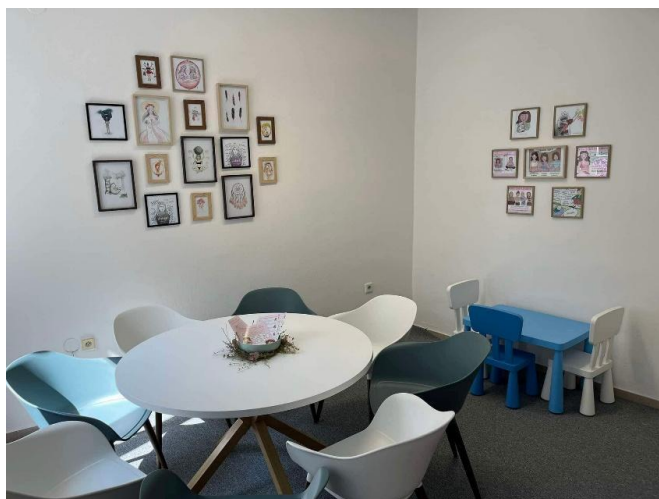


- Udělala nábor mezi studentkami psychologie, které se zapojily do činnosti Úsměvu mámy. A dnes mnohé z nich poskytují psychologickou podporu právě ženám po porodu. Do té doby nebývalé.
- Udělala nábor mezi studentkami porodní asistence a zapojila je do přímé podpory žen. A opět. Mnohé z nich dnes poskytují oporu ženám v porodnicích.

A takhle můžeme pokračovat do nekonečna. Renči nadšení a energie nás natolik uchvátily, že se stala součástí vedení Úsměvu mámy a zároveň důležitým člověkem v našich životech.

Kromě nezkrotné energie Renča oplývá i vysokou odborností. Je to klinická psycholožka s mnoha vydřenými diplomy. Má za sebou dva psychoterapeutické výcviky i roky praxe. A už 5 let se intenzivně věnuje právě ženám v období těhotenství a po porodu. Přesto patří mezi odborníky, kteří se nepřestávají ptát. Snaží se porozumět a nespokojí se jen s obecnými teoretickými rámci, které ne vždy dávají v kontextu konkrétních příběhů smysl.

Renata Banášová, klinická psycholožka se specializací na psychické potíže v raném mateřství završila v roce 2024 svůj zápas s administrativními démony a otevřela soukromé zdravotnické zařízení „Centrum duševní rovnováhy“, zkráceně „C-dur“. Protože mollové tóny jsou krásné na poslech, ale život je sladší v durových tóninách.



Úsměv mámy se stává oficiálním partnerem nového odborného pracoviště a společně budeme brousit a ladit péči, dokud do ní nedáme vše, co právě můžeme.

Úsměv mámy má od této chvíle v Olomouci fyzické zázemí. Vzniká tak v pořadí druhé centrum Úsměvu mámy. To znamená peer podporu v krásném prostředí i mnoho podpůrných skupin.

Další spolupráce

I v roce 2024 jsme pokračovali ve spolupráci se společností Hero Czech & Slovakia, a to formou osvětových přednášek pro odborníky, kteří pečují o ženy v těhotenství a po porodu.

Utužujeme vztahy uvnitř Úsměvu



Focení v novém pražském centru

Činnost v roce 2024

Osvěta

Konference Duše mámy

Po 4 letech se vracíme ke své vlastní konferenci Duše mámy a rovnou slavíme i 10 let Úsměvu mámy. Oslavy to nejsou pompézní, protože konference nám dává zabrat, nakonec se i přes drobné nesnáze vydařila. Velkou posilou pro nás byla kolegyně Petra Chlopčíková, která se s úsměvem na rtech starala snad o vše.



Oficiální část se konala v Senátu Parlamentu ČR pod záštitou paní senátorky Miluše Horské. O její konání právě s Senátem se zasloužil náš spřátelený kolega v boji za lepší prostředí pro lidi s duševními obtížemi Zbyněk Roboch. Moderování se ujala Kristina Kloubková, která se sdílením svého vlastního příběhu postarala o velmi uvolněnou a otevřenou atmosféru. V publika nás podpořila Iva Frühlingová.



Uvolněná baby friendly část se konala o kousek dál v Malostranské besedě. Díky podpoře společnosti ROSSMANN se nám podařilo vytvořit prostředí, ve kterém mateřství není žádnou překážkou. Na konferenci se kojilo, poslouchalo s dětmi v náručí i odpočívalo s dětmi uprostřed balónků po boku. Proběhla i módní přehlídka značky YaxiTaxi.

Duše mámy
PROČ JE TAK KŘEHKÁ?

MALOSTRANSKÁ BESEDA
PŘEDNÁŠKOVÁ ČÁST

 Tereza Tara režisérka	 Mgr. et. Mgr. Gabriela Cabrnachová psychoterapeutka
 Mgr. Renata Banášová klinická psycholožka ředitelka C-DUR	 MUDr. Kristýna Lešková gynekoložka
 Mgr. Katarína Pabištová psycholožka a psychoterapeutka	 Mgr. Slavomír Farkaš rodinný a párový terapeut
 MUDr. Antonín Kolek psychiatri	 MUDr. Jiří Vejmelka odborník na mikrobiom
 Alžběta Samková, DIS. porodní asistentka	

úsměv mámy

www.dusemamy.cz

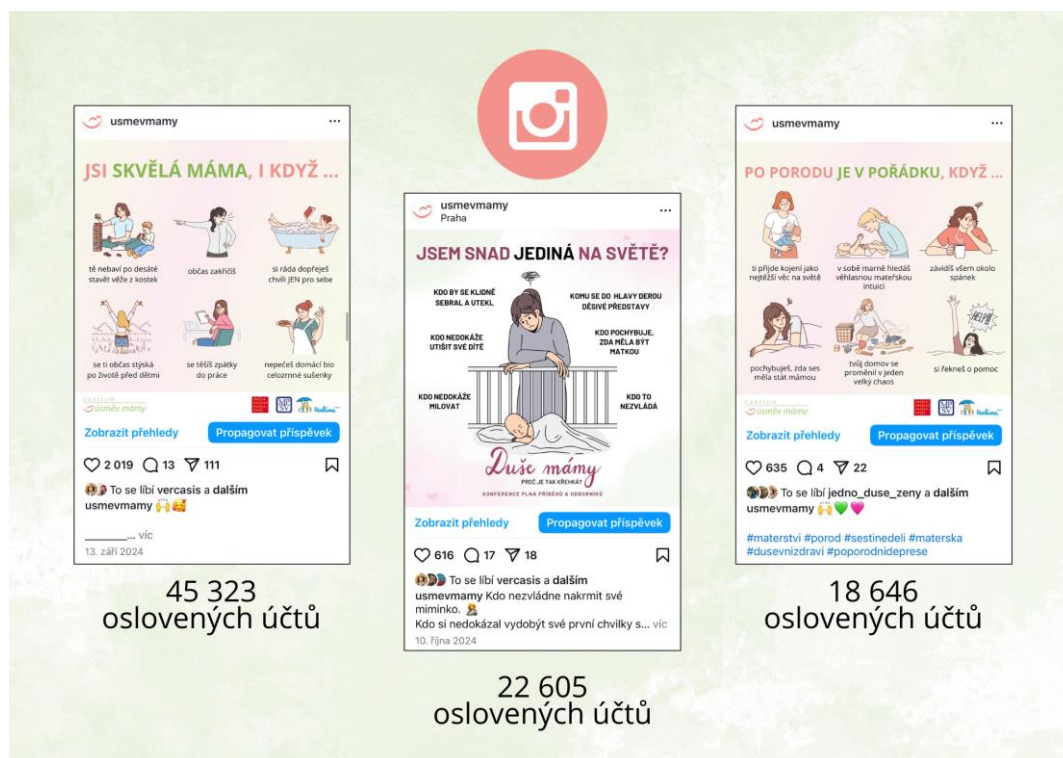
Více informací o konferenci je k dispozici na webových stránkách www.dusemamy.cz.

Sociální sítě a webové stránky

I v roce 2024 jsme věnovali velkou pozornost tvorbě obsahu na sociálních sítích (Instagram & Facebook), abychom posilovali naši komunitu a šířili osvětu o duševním zdraví matek. Naše úsilí v tomto roce vedlo k významnému růstu – překročili jsme hranici 15 000 sledujících na Instagramu, přičemž naše aktivita a dosah i nadále rostou.

Druhy obsahu, který jsme sdíleli:

- Autentické příběhy
- Osvětová kampaň
- Edukační příspěvky
- Vizuálně přitažlivé grafiky, demonstrující, že „nejšťastnější“ období může být zároveň psychicky náročné
- Krátká videa a animované vizuály (Reels), které zachycovaly každodenní realitu matek – od humoru až po vážné momenty. Tento formát dosahoval vysokého počtu zhlédnutí a přispíval i k růstu komunity
- Informace o našich on-line i off-line aktivitách



Úsměv mámy na akcích

Také v roce 2024 jsme byli vidět na nejružnějších místech po celé České republice. Účastnili jsme se festivalů, trhů a místních akcí, kde jsme měli svůj stánek, i odborných setkání, kde jsme vedli přednášky a workshopy. Stihli jsme uspořádat historicky první dobročinný Bazárek s Úsměvem, který se konal v pražském centru.

Každá z těchto příležitostí nám umožnila potkat se s lidmi tváří v tvář, šířit osvětu o duševním zdraví matek a představit, co děláme.

Žádný z těchto drobných střípků by nebyl možný bez nekonečné energie našich akčních žen. Jsou to právě lidé, kdo tvoří organizaci, a my máme velké štěstí v tom, že jich mnoho skvělých máme.

ÚSMĚV MÁMY NA AKCÍCH V ROCE 2024



Zlín film festival



Vánoční trhy
v Olomouci



Karlínský den
pro duševní zdraví



Den dobročinnosti
ve Zlíně

Křehká mateřská psychika v médiích

Opět se nám dařilo šířit téma mateřské psychiky i v médiích, a to na mnoha frontách

Ukázka výstupů:

- <https://www.flowee.cz/civilizace/13407-psychicke-potize-po-porodu-nepodcenujte-je-v-poradku-ziskat-nazor-vice-odborniku>
- https://www.youtube.com/watch?v=8MkbbNUhCeg&ab_channel=eMimino
- https://www.youtube.com/watch?v=9sLh7AEt9Mo&ab_channel=Bleskpro%C5%BEeny
- https://www.metro.cz/praha/ne-kazda-matka-ktera-sdili-uspechy-prizna-co-vse-ji-staly-rika-zakladatelka-organizace-usmev-mamy.A241014_170842_metro-praha_mjafi
- <https://www.novinky.cz/clanek/domaci-jako-viktorka-u-splavu-dusevni-potize-cerstvych-matek-mohou-byt-velmi-zavazne-precitlivost-to-neni-40493693>
- <https://positiv.cz/business/zdravotnictvi/porodnice-nemocnice-agel-novy-jicin-spolecne-s-organizaci-usmev-mamy-posiluji-peci-o-dusevni-zdravi-zen-v-tehotenstvi-a-ranem-materstvi/>

Napište nám

Máte pro nás zajímavý tip? Ozvěte se nám!

metro

PRÁHA

Menu

Praha
Kraje a okresy
Společnost
Hlídač
Linka M
Rybářský magazín
Metrolive
Dnešní Metro
Magazín
Moje Metro

Ne každá matka, která sdílí úspěchy, přizná, co vše ji stály, říká zakladatelka organizace Úsměv mámy

Filip Jaroševský

15. října 2024 4:08

Zakladatelka a předsedkyně organizace Úsměv mámy Veronika Kubrichtová se již pětinou řádku let věnuje podpoře žen s psychickými potížemi během těhotenství a po porodu. Sama si prošla těžkým obdobím poporodních úzkostí, což ji přivedlo k myšlence vytvořit organizaci, která by nabízela odbornou i emocionální pomoc dalším ženám prožívajícím podobné situace. Její osobní zkušenost s poporodní depresí ji ukázala, jak těžké je najít v těchto chvílích pomoc. Až psychiatrická péče ji pomohla nalézt znovu rovnováhu, což ji inspirovalo k tomu, aby podporovala ženy, které procházejí podobně náročnými obdobími.



Fotogalerie

2

Vaše fotky z Prahy




15.6.2025 19:23

15.6.2025 19:23




15.6.2025 18:30

15.6.2025 13:13




15.6.2025 13:12

15.6.2025 13:12

Další fotky

Televize a podcasty

Reportáž z pražského centra pro Praha TV. Ke shlédnutí na: https://prahatv.eu/zprava/cesta-z-deprese-spolek-usmev-mamy-na-zizkove-nabizi-pomoc-zenam/?fbclid=IwY2xjawLIImHNleHRuA2FlbQIxmQABHjfkp9-hDAQo412-XrYv_2VV8uXssmlHAeyj6pFlhGGAhJg8141_S5naGN1v_aem_RHUVH3_ydOx--_Q-wWjCoA



Veronika Kubrichtová v podcastu Maminka.

Ke shlédnutí zde: [Poporodní depresi zažila hned dvakrát. Nemohla jsem vůbec spát ani jíst vzpomíná Veronika](#)

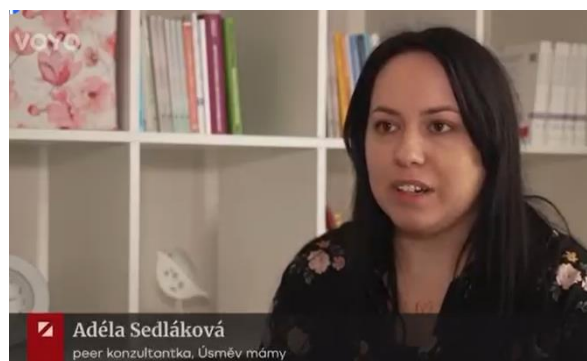


Lucie Kočová v podcastu eMimino.

Ke shlédnutí zde: [Lucie Kočová: Poporodní deprese? Říkat si, že máte všechno, nepomáhá.](#)



Úsměv mámy a jeho ženy se objevil také ve Střepinách na TV NOVA.



Osvětová kampaň „Proč mi to nikdo neřekl?“

Na začátku května 2024 jsme spustili osvětovou kampaň „Proč mi to nikdo neřekl?“, která byla především zaměřena na obnažení reálných výzev mateřství a demystifikaci společenských očekávání. Kampaň se odehrávala na Instagramu a Facebooku Úsměvu mámy a měla tyto hlavní rysy:

Sdíleli jsme autentická vyznání matek, které odhalily, že pocit zahlcení, potřeba úniku nebo nutnost obrátit se o pomoc jsou přirozené a ne tabu. Text otevřeně vyzdvihl, že „je v pořádku, když vám ujedou nervy... a děláte si chvíli jen pro sebe“

Příspěvky byly provázeny čitelnými grafikami a citacemi klíčových vět, které zaujaly právě svou upřímností a bezprostředností. Obsah vyvolal silnou odezvu – ženy reagovaly dojetím i otevřeností, mnohé sdílely své zkušenosti a posílily tak vzájemnou podporu komunity.



Nový videospot

Ve spolupráci s filmovou fakultou Zlínské univerzity vznikl videospot, který využíváme na sociálních sítích, webu a v našich prezentacích na akcích. Za bezplatnou spolupráci na spotu děkujeme skvelým herečkám z Moravského divadla Olomouc, úžasné Kristině Kloubkové a našim statečným kolegyním.

https://www.youtube.com/watch?v=K1UEWNEWQIY&ab_channel=%C3%9Aasm%C4%9Bvm%C3%A1my_official



Vzděláváme se

V roce 2024 se nadále věnujeme rozšiřování znalostí týmu, nejčastěji formou online školení. Jsou to interní vzdělávací akce vedené odborníkem na dané téma, které se setkávají s oblibou a velkým zájmem o účast napříč celým týmem Úsměvu mámy.

VZDĚLÁVÁNÍ TÝMU - 2024

- | | |
|------------|--|
| ● ÚNOR | První psychologická pomoc |
| ● BŘEZEN | Diagnóza deprese |
| ● DUBEN | Co a proč testovat v mateřství |
| ● KVĚTEN | Mateřský vztek |
| ● ŘÍJEN | Otázky a odpovědi v peerování |
| ● PROSINEC | Jak nekvalitní strava ovlivňuje psychiku |

Abychom udržely kvalitu služeb a také pečovaly o tým přímé podpory, pořádáme intervize – celorepublikové a regionální. Setkáváme se pravidelně každý měsíc. Tým pražského centra má navíc supervize pod vedením Jiřího Macha viz níže.

Přímá podpora žen

Mezi naše hlavní aktivity vždy patřila a patřit bude přímá podpora žen, které se v těhotenství nebo v mateřství potýkají s psychickými obtížemi. Soustavně tak udržujeme, rozšiřujeme a kultivujeme celorepublikovou podpůrnou síť. V roce 2024 byla dostupná ve 12 ze 14 českých krajů.

Práce regionálních koordinátorek

Za regionální péčí Úsměvu mámy stojí více než 100 žen, většina z nich pracujících na dobrovolné bázi, zato všechny neúnavně a s neutuchající touhou pomoci novopečeným rodičům.

V některých krajích stojí celá péče na jedné nebo dvou konzultantkách, některé buňky jich čítají i více než deset. **Za rok 2024 tyto skvělé týmy podpořily celkem 432 osob.**

Centrum Praha

2024 – rok přesunů

V roce 2024 se našemu centru naskytla skvělá příležitost posunout se blíž centru Prahy. Velké díky za to patří paní místostarostce Prahy 3 Nikol Kroužek, která nadšeně buduje svou vizi Prahy 3 jako čtvrti vstřícné k rodinám a jejich potřebám. Na jaře probíhá první schůzka a v létě už se stěhujeme do zrenovovaných prostor Prahy 3 na Blahoslavově ulici. S koncem prázdnin naše nové centrum otvíráme a už na podzim víme, že to byla dobrá volba – osobní akce a skupinky se plní a klientky chválí dobrou dostupnost.

V roce 2024 se na nové místo přesouvají také osobní supervize – scházíme se na nové adrese v Holešovicích a jelikož se v supervizi pod citlivým vedením Jiřího Macha objevují často prvky arteterapie, jméno ulice Umělecká nám přijde příhodné.

A do třetice ještě jeden přesun – spouštíme nový objednávací systém přes platformu Medevio, který se nám brzy osvědčí a nabídne lepší komunikaci s klientkami a flexibilnější plánování konzultací v pražském centru.

V průběhu roku pořádáme nebo se účastníme různých akcí, kde prezentujeme poslání Úsměvu mámy – proběhl Bazárek s Úsměvem, jsme na velikonočních trzích ČEZ nebo třeba Karlínských dnech duševního zdraví. Že máme v Úsměvu šikovné ženy potvrzuje i to, že mnoho z nich nenabízí jen svou účast, ale i vlastní rukodělné výrobky, které jdou na odbyt.

I nadále poskytujeme většinu našich služeb klientkám zdarma – vstupní konzultace, peer konzultace, besedy, podpůrné skupiny i většinu dalších skupinových aktivit.

Řady našich peer konzultantek a stážistek rozšiřují další čtyři skvělé ženy připravené předat svou zkušenost, případně i profesní znalosti z oblasti terapie či sociálního poradenství.

V roce 2024 jsme podali pomocnou ruku více než 400 klientkám. Na financování pražského centra se podílely hlavně dotace z MPSV Rodina a Magistrátu hl. m. Prahy, dále individuální dárci a podpora přes Darujme.cz.

Projekt Úsměv mámy patří celé rodině II – podpora od MPSV

V roce 2024 přispěla velkou měrou přispěla k činnosti našeho pražského centra také podpora od MPSV. Díky ní jsme stabilizovali chod centra, vytvořili základ stálého týmu a poskytujeme soustavnou podporu. Péči se snažíme tvořit na míru každé klientce a bojíme veškeré bariéry, které mohou stát mezi rozhodnutím vyhledat péči a skutečnou pomocí.

Celkový příspěvek: 789.402,5 Kč



2024 – Projekt Úsměv mámy pro rodinu – podpora od Magistrátu hlavního města Prahy

Díky podpoře Magistrátu hlavního města Prahy jsme obdrželi 346 000 Kč na zajištění provozu centra. Konkrétně je přes tento projekt financována junior peer podpora, terapeutické poradenství a práce projektového manažera.

Celkový příspěvek: 346.000 Kč



2023 – 2024 – Projekt Konzultace pro těhotné a maminky ohrožené rozvojem psychických obtíží – podpora od nadace ČEZ

Od Nadace ČEZ organizace obdržela příspěvek ve výši 96.000,- na psychologické konzultace a peer konzultace provedené nad rámec konzultací pokrytých v rámci dotace MPSV Úsměv mámy patří celé rodině a Magistrátu hl. města Prahy. Z příspěvku bylo pokryto celkem 240 hodin peer podpory a 215 psychologických konzultací. Příspěvek byl čerpán v roce 2023 a 2024.

Celkový příspěvek: 96.000 Kč





Výstupy činnosti pražského centra

Počet podpory v hodinách podle činností:

Typ podpory	Počet hodin	Počet jednotek
Telefonická podpora peer konzultantky	367	450
Vstupní pohovor s vedoucí centra	196	255
Podpůrná skupina	228	148
Schůzka s peer konzultantkou	76	39
Vzdělávací akce	17	11
Skupinové aktivity	29	18
Psychologická konzultace	619	586

Dáváme dohromady znalosti

Díky podpoře Lukáše Bílka jsme v roce 2024 odstartovali projekt na systematizaci našich znalostí o problematice mateřské psychiky. Za dobu působení jsme načerpali mnoho zkušeností a znalostí, které je potřeba dát dohromady a začít na nich stavět.



Další financování spolku

V roce 2024 fungoval spolek Úsměv mámy díky podpoře individuálních, firemních a nadačních dárců, stejně jako díky podpoře od MPSV a Magistrátu Praha.

Prostřednictvím platformy Darujme.cz podpořili dárci Úsměv mámy částkou 401,705 Kč.

Účel daru	Celková částka
Činnost Úsměvu mámy	283 283,00 Kč
Činnost centra Úsměv mámy Praha	106 160,00 Kč
Úsměv mámy Moravskoslezský kraj	300,00 Kč
Úsměv mámy Zlínský kraj	2 000,00 Kč
Úsměv mámy Královéhradecký kraj	301,00 Kč

Konference Duše mámy v Senátu	6 001,00 Kč
Úsměv mámy Olomoucký kraj	3 660,00 Kč
Celkem	401 705,00 Kč

Dále nás podpořili:

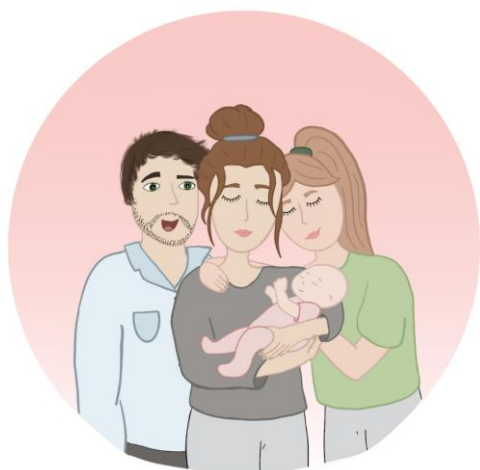
- Lukáš Bílek
- Nadace Pomoc na cestě vzhůru
- Hero Czech & Slovakia
- ExxonMobil Czech Republic
- Černá na bílé
- A další drobní dárci

Financování pražského centra

Zdroj financí	Částka
Nadace ČEZ	55 500,00 Kč
Magistrát	346 000,00 Kč
MPSV	789 402,50 Kč
Nadace Pomoc na cestě vzhůru	360 000,00 Kč
Dary	272 250,36 Kč
Celkem	1 823 152,86 Kč

Poděkování

Moc děkujeme všem lidem, kteří se tento rok podíleli na aktivitách Úsměvu mámy – a že jich bylo! Kromě úsměvaček samotných také děkujeme jejich partnerům, rodinám a všem podporujícím duším v jejich okolí. Díky nim totiž mohou svítit na cestu ženám a rodinám, kterým cesta potemněla.



Finanční zpráva, zpráva o hospodaření

Rozvaha

Zpracování a vyhlášení
č. 504/2002 Sb. ve znění
pоздълých předpisů

ROZVAHA

ve zjednodušeném rozsahu

ke dni 31.12.2024

(v celých tisících Kč)

IC

3452603

Usměv mámy, z.s. zapsaný spolek

V ošinkách 2247

Brandýs nad Labem-Stará Boleslav

25001

Označení	AKTIVA	Číslo řádku	Běžné účetní období			Minulé úč. období
			Brutto	Korekce	Netto	Netto
a	b	c	1	2	3	4
	AKTIVA CELKEM (ř. 02 + 03 + 07 + 12) = ř. 13	001	2482	0	2482	1017
A.	Pohledávky za upsaný základní kapitál	002			0	
B.	Dlouhodobý majetek (ř. 04 až 06)	003	0	0	0	0
B. I.	Dlouhodobý nehmotný majetek	004			0	
B. II.	Dlouhodobý hmotný majetek	005			0	
B. III.	Dlouhodobý finanční majetek	006			0	
C.	Oběžná aktiva (ř. 08 až 11)	007	2482	0	2482	1017
C. I.	Zásoby	008			0	
C. II.	Dlouhodobé pohledávky	009			0	
C. III.	Krátkodobé pohledávky	010	-11		-11	46
C. IV.	Krátkodobý finanční majetek	011	2493		2493	971
D. I.	Časové rozlišení	012			0	

Označení a	PASIVA b	Číslo řádku c	Stav v běžném účet. období 5	Stav v minulém účet. období 6
	PASIVA CELKEM (ř. 14 + 20 + 25)	013	2482	1017
A.	Vlastní kapitál (ř. 15 až 19)	014	2149	883
A. I.	Základní kapitál	015	2149	883
A. II.	Kapitálové fondy	016		
A. III.	Rezervní fondy, nedělitelný fond a ostatní fondy ze zisku	017		
A. IV.	Výsledek hospodaření minulých let	018		
A. V.	Výsledek hospodaření běžného účetního období (+/-) (ř. 01 - 15 - 16 - 17 - 18 - 20 - 25) = ř. 40 výkazu zisku a ztráty	019		
B.	Cizí zdroje (ř. 21 až 24)	020	333	134
B. I.	Rezervy	021		
B. II.	Dlouhodobé závazky	022		
B. III.	Krátkodobé závazky	023	333	134
B. IV.	Bankovní úvěry a výpomoci	024		
C. I.	Časové rozlišení	025		

Pozn.:

Výkaz zisku a ztráty

Výkaz zisku a ztráty
podle Přílohy č. 2
vyhlášky č. 504/2002 Sb.

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY
ve zkráceném rozsahu

ke dni 31.12.2024
(v celých tisících Kč)

Název, sídlo a právní forma účetní
jednotky
Úsměv mámy, z.s. zapsaný sps
V olšinkách 2247
Brandýs nad Labem-Stará Bole
250 01

Účetní jednotka doručí:
1 x příslušnému finančnímu orgánu

IČO
03452603

Označení	TEXT	Číslo řádku	Činnosti		
			Hlavní	Hospodářská	Celkem
			5	6	7
A.	Náklady	1			
A. I.	Spotřebované nákupy a nakupované služby	2	1 227		1 227
A. II.	Změny stavu zásob vlastní činnosti a aktivace	3			
A. III.	Osobní náklady	4	2 112		2 112
A. IV.	Daně a poplatky	5	1		1
A. V.	Ostatní náklady	6	7		7
A. VI.	Odpisy, prodaný majetek, tvorba a použití rezerv a opravných položek	7			
A. VII.	Poskytnuté příspěvky	8			
A. VIII.	Daň z příjmů	9			
	Náklady celkem	Součet A.I. až A.VIII. 10	3 347		3 347
B.	Výnosy	11			
B. I.	Provozní dotace	12	1 137		1 137
B. II.	Přijaté příspěvky	13	1 628		1 628
B. III.	Tržby za vlastní výkony a za zboží	14	564	11	575
B. IV.	Ostatní výnosy	15	18		18
B. V.	Tržby z prodeje majetku	16			
	Výnosy celkem	Součet B.I. až B.V. 17	3 347	11	3 358
C.	Výsledek hospodaření před zdaněním	f. 17 - (f. 10 - f.9) 18		11	11
D.	Výsledek hospodaření po zdanění	f. 18 - f. 9 19		11	11

Sestaveno dne: 06.04.2025		Podpisový záznam statutárního orgánu účetní jednotky nebo podpisový vzor fyzické osoby, která je účetní jednotkou	
		Ing. Veronika Hanušová Digitalně podepsal Ing. Veronika Hanušová Číslo 2025.04.27 15:56:01 +02'00'	
Právní forma účetní jednotky zapsaný spolek	Předmět podnikání podpora žen s psychickými poruchami	Pozn.:	

Kontaktní a identifikační data

Název organizace: Úsměv mámy, z.s.

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

Výbor spolku: Veronika Kubrichtová, Veronika Hanušová, Lucie Kočová, Veronika Šišmová, Renata Banášová

Telefon: 777 607 877

E-mail: veronika@usmevmamy.cz

IČO: 03452603

Číslo účtu: 2000779324/2010

Webové stránky: www.usmevmamy.cz

