

## LINKA POMOCI

nabízí diskrétní poradenství všem ženám bez rozdílu věku a stavu či sociálního statutu, které se ocitly v tíživé životní situaci spojené zejména s těhotenstvím, porodem a péčí o právě narozené dítě.

## TELEFONICKÉ PORADENSTVÍ

bezplatně na lince pomoci 800 108 000

## INTERNETOVÉ PORADENSTVÍ

na adrese linkapomoci.cz

## OSOBNÍ KONZULTACE

po dohodě bezplatně v centru Prahy

## PSYCHOLOGICKÉ PORADENSTVÍ

pro ženy trpící postabortivním syndromem

## RESPEKTUJEME VAŠE SOUKROMÍ I ANONYMITU

Je mi třicet dva let, jsem vdaná, mám malého syna a dnes jsem se dozvěděla, že jsem opět těhotná. I když jsem druhé dítě chtěla, přišlo nečekaně. Plánovala jsem si zvýšit kvalifikaci a dostudovat, až můj syn půjde do školky a do školy. Největším problémem je ale přístup manžela.

Také nevíte jak dál? Pokusíme se spolu s Vámi najít to nejlepší možné řešení.

Linka pomoci  
poradna (nejen) pro ženy v tísní

volejte: 800 108 000  
pište: poradna@linkapomoci.cz  
web: linkapomoci.cz

Linka pomoci s celorepublikovou působností je projektem Hnutí Pro život ČR. Poradna poskytuje konkrétní pomoc ženám i jejich rodinám v období očekávání narození dítěte.

### CHCETE S NÁMI SPOLUPRACOVAT?

Zavolejte nám na 800 108 000 nebo napište na poradna@linkapomoci.cz.

### CHCETE NÁS PODPOŘIT?

Můžete zaslat dar na číslo účtu 2900089089/2010, variabilní symbol 7777. Dary lze uplatnit pro snížení základu daně.

**linka pomoci**  
**diskrétně a bezplatně**  
**800 108 000**

**Čekáte nečekaně dítě?**  
**Potřebujete pomoc po potratu?**

**linkapomoci.cz**



# linka pomoci

Pomůžeme Vám zejména:

- když čekáte nečekaně dítě
- vyrovnat se se stavem po umělém nebo spontánním potratu

Také umíme:

- najít seriózního odborníka z oblasti, kterou potřebujete
- analyzovat konkrétní výsledky prenatalních vyšetření
- poradit v případě obav z narození nemocného dítěte
- nalézt možnosti k dosažení početí dítěte přirozenou cestou (např. po neúspěšném IVF)
- porozumět mechanismům ovlivňujícím plodnost
- pomoci při partnerských krizích
- zorientovat se v sociální problematice
- najít azylové ubytování

## Jsem dojatá a zamilovaná až po uši

V únoru jsem vám psala naprosto vyčerpaná z třetího těhotenství. Po pěti letech jsem nastoupila opět do práce. Byla jsem spokojená, že se opět realizuji a získávám novou míru svobody. Vůbec jsem si neuměla představit, že bych měla další dítě. Více léta s břichem, porodu a probdělých nocích mě děsila... A pak všechno, co příchod nového miminka obnáší. Hrůza! Vaše stránky jsem navštěvovala několik týdnů denně. Četla jsem si příběhy žen, které prožily potrat, snažila jsem se získat co nejvíc představ o této skutečnosti a pochopila jsem, že nejsem v takové situaci, abych riskovala možné psychické stavy, že jsem ve fungujícím manželství, a obětovat zážrak na oltář pohodlnosti je absurdní. Uvědomila jsem si, že k potratu mě žene představa úlevy, ale došlo mi, že ta úleva vůbec nemusí přijít a naopak to může být všechno jenom horší! A tak jsem „zůstala těhotná“, ani toužebný samovolný potrat se nedostavil. Opravdu absurdní, když si uvědomím, kolik žen touží po dítěti a kolik jich navíc spontánně potratí. Dlouho jsem ještě pobývala v takovém bezemočním stavu. Nedokázala jsem se naprogramovat na radost z miminka. První ultrazvuky jsem vnímala jako pozorovatel štěstí někoho jiného.

Všechny standardní těhotenské testy vyšly dobře a moje břicho pomalu rostlo a pomalu zrála i radost. S prvními pohyby jsem začínala být najednou víc naladěná na dítě, vzala

jsem si v práci na čtrnáct dní neschopenku – potřebovala jsem vypnout. A najednou mi došlo, jak to bude fajn. Ty větší dvě děti budou ve školce a já si znovu užiju mateřství s jedním dítětkem. Musím říct, že ze svých těhotenství jsem toto třetí prožila naprosto nejlíp a bezproblémově (předchozí byly rizikové). Žila jsem vzhledem k situaci dost aktivně. Když mi řekli, že je to holčička, byla jsem šťastná! Nakonec jsem prožila i překrásný, bezproblémový a rychlý porod.

Teď jsem doma a v postýlce tiše vzdychá nejkrásnější novorozeně. Já jsem dojatá, zamilovaná až po uši a neuvěřitelně si to užívám. Holčička mě doslova nabíjí. I v noci, když se budí na kojení, jsem ve své podstatě ráda, protože se na ni zkrátka nemůžu vynadávat. Celá situace můj běh života zpomalila, jsem klidnější, mám víc času na všechny svoje děti a ty jsou nadšené z našeho miminka. Práce počká, pořád jsem si všechno plánovala. Také naše starší děti jsou plánované a najednou tohle a je to to nejlepší, co mě v životě mohlo potkat.

Manželovi nyní taky připadá absurdní, proč jsme vlastně uvažovali o potratu. To, co jsme prožívali na začátku roku, nám nyní připadá nepochopitelné. A tak vám chci moc poděkovat, protože i příběhy na vašich stránkách mi pomohly se rozhodnout. A já vím, že správně. Děkuji.

Helena