

**SLOVENSKÉ  
DULY**

**VÝROČNÁ SPRÁVA 2017**



### OBSAH

1. ZÁKLADNÉ ÚDAJE O ORGANIZÁCIÍ .....	3
2. CHARAKTERISTIKA ORGANIZÁCIE .....	4
3. CIELE ZDRUŽENIA – VÍZIA .....	4
4. ČINNOSŤ OBČIANSKEHO ZDRUŽENIA .....	5
5. ČINNOSŤ ZDRUŽENIA V ROKU 2017 .....	6
SLOVENSKO .....	6
ZÁPADNÉ SLOVENSKO .....	7
STREDNÉ SLOVENSKO .....	8
VÝCHODNÉ SLOVENSKO .....	8
6. PROJEKT V RÁMCI PROGRAMU DOBRÉ SRDCE – NADÁCIA TATRA BANKY, A.S.....	13
7. PROJEKT PRE SOCIÁLNE ZNEVÝHODNENÉ ŽENY .....	15
8. VALNÉ ZHROMAŽDENIE .....	15
9. SPOLUPRÁCA SO ZDRAVOTNÍKMI A ORGANIZÁCIAMI .....	16
10. VZDELÁVANIE .....	16
11. SUPERVÍZIE .....	17
12. ŠTATISTIKA PRÁCE DÚL .....	17
13. FINANČNÁ SPRÁVA .....	19
14. 2% DANE .....	19
15. ZÁVER .....	19
16. KONTAKTNÉ ÚDAJE .....	19



### 1. ZÁKLADNÉ ÚDAJE O ORGANIZÁCIÍ:

Názov organizácie:	Slovenské duly, o. z.
Adresa:	Záhradná 75 / 5, 05911 Hozelec, okr. Poprad
Právna forma:	Občianske združenie
Predmet činnosti:	Vzdelávať, združovať a podporovať špeciálne vyškolené ženy / duly ( v profesii dula), aby mohli byť oporou ženám počas tehotenstva, pôrodu a šestonedelia
IČO:	360 76 376
Dátum registrácie:	26. 11. 2004
Číslo účtu:	2623727213/1100
Banka:	Tatra banka, a.s.
Štatutárny orgán:	Predsedníčka OZ SD Mgr. Ľuba Lapšanská Tajomníčka OZ SD Ing. Andrea Kožíková



### 2. CHARAKTERISTIKA ORGANIZÁCIE

Občianske združenie Slovenské duly je nezisková organizácia, založená v roku 2004. Hlavnou činnosťou združenia je vzdelávať, združovať a podporovať špeciálne vyškolené ženy / duly (v profesii dula), aby mohli byť oporou ženám počas tehotenstva, pôrodu a šestonedelia.

OZ SD je členom medzinárodných organizácií ENCA (European Network of Childbirth Associations) a European Doulas. Združenie spolupracuje s ďalšími organizáciami, ktorých náplňou sú témy reprodukčného zdravia a témy zdravej rodiny na Slovensku i v zahraničí.

Aktívne aj pasívne sa zúčastňujeme konferencií, festivalov, kongresov, workshopov, ktoré podporujú pozitívne zmeny v systéme starostlivosti o matku a dieťa na Slovensku.

### 3. CIELE ZDRUŽENIA – VÍZIA

Členky združenia OZ Slovenské duly prešli alebo aktuálne prechádzajú špeciálnym výcvikom, ktorý je v súlade s najnovšími výsledkami výskumov v oblasti starostlivosti o matku a dieťa. Takto vyškolené duly poskytujú špeciálnu starostlivosť tehotným ženám a ich partnerom. Cieľom je podporovať ženy, byť im nablízku odborne aj ľudsky, aby mohli svoje bábätká porodiť čo najjemnejším spôsobom, s pocitom bezpečia a dôvery.

Nosnou činnosťou OZ Slovenské duly je pripraviť ženy (profesionálne duly) na sprevádzanie pri pôrode. Pri pôrode dula dopĺňa starostlivosť zdravotníckeho personálu a tak spolu poskytujú kompletnú starostlivosť žene počas pôrodu a raného šestonedelia.



### 4. ČINNOSŤ OBČIANSKEHO ZDRUŽENIA

- združenie každoročne organizuje kurz pre nové duly;
- združenie nepretržite poskytuje podporu už vyškoleným/praktizujúcim dulám, poskytuje informácie, supervíziu;
- združenie sa pravidelne podieľa na práci medzinárodných networkingových organizáciách združujúcich NO pracujúce v oblasti politiky reprodukčného zdravia (ENCA, European Doulas) a ak to finančné možnosti združenia umožňujú, zúčastňuje sa výročných stretnutí ENCA;
- združenie sa pravidelne zúčastňuje a pripravuje konferencie/diskusie so zameraním na podporu žien a oblasti starostlivosti o matku a dieťa.

V roku 2017 malo občianske združenie 72 aktívnych členiek. Členky združenia dodržiavajú Etický kódex a raz ročne sa stretávajú na valnom zhromaždení. Na valnom zhromaždení sme odsúhlasili, že platnou členkou združenia bude iba taká dula, ktorá zaplatí členský poplatok a pošle vyplnený štatistický dotazník o činnosti 1x ročne.

Od roku 2017 je možné členstvo v OZ Slovenské duly aj ako člen – sympatizant. Doteraz mohli byť členkami o.z. Slovenské duly iba ženy, ktoré absolvovali alebo práve absolvujú naše vzdelávanie. Rozhodli sme sa otvoriť dvere aj mnohým iným, ktorí sa s našimi cieľmi a prácou stotožňujú, ale z rôznych dôvodov nechcú alebo nemôžu pracovať ako dula. Členom sympatizantom sa môžu stať aj muži, rodinní príslušníci dúl, priatelia a všetci tí, ktorí s našou prácou sympatizujú, chcú nás podporiť a pomáhať nám.



### 5. ČINNOSŤ ZDRUŽENIA V ROKU 2017

Duly z nášho občianskeho združenia sa v roku 2017 individuálne alebo skupinovo venovali vyše 2000 ženám s ich partnermi. Toto číslo zahŕňa nielen prípravy na pôrod či prípravu na sprevádzanie pri pôrode, ale aj rôzne prednášky s dulou a diskusie s odborníkmi, ktoré duly organizovali.

Naše aktivity sa dajú rozdeliť podľa oblasti, na medzinárodné, celoslovenské, regionálne alebo miestne.

ENCA Meeting sa konal v roku 2016 v dňoch 17.-19. februára v Cascais (Portugalsko), kde sa členky nášho združenia žiaľ znova z finančných dôvodov nemohli zúčastniť. S ENCA sme komunikovali písomne. Vypracovanie Country reportu a slovenskej štatistiky/ Hana Celušáková/Daniela Sakáčová.

#### SLOVENSKO

**Seminár o prenatálnej psychológii, tehotenstve, prirodzenom pôrode a žena po pôrode pre homeopatov** (celodenná aktivita, okolo 50 poslucháčov). Irena Pena

**XXXI. Česko-Slovenská psychoterapeutická konferencia**, 9. – 12. novembra 2017, Piešťany:

prednáška a workshop na tému „Pôrod ako slepé miesto v psychoterapeutickom a poradenskom vzťahu“ Hana Celušáková, Mária Kopčíková.

#### Televízia/Rozhlas

TV Lux <https://www.tvlux.sk/archiv/play/12018/LuciaKubiny>

Rádio Lumen, apríl 2017 na tému Partner pri pôrode / Lucia Kubíny

RTVS, TV Markíza, vyjadrenia po premiére filmu Medzi nami / Hana Celušáková



### ZÁPADNÉ SLOVENSKO

**Festival Slovácké dni** - Pezinok /stánok /Martina Slezáková

**Diskusia: Voices Projekt Dieťa - diagnóza Rodič**  
– diskusné stretnutie, 11. apríla 2017, Trenčín /Hana Celušáková  
Zvukový záznam: <https://choices.sk/podujatie/projekt-dieta-diagnoza-rodic/>



**Prednáška na tému prirodzený pôrod na konferencii Láskavosti, jemnosti a radosti**/1.4.2017/Moravský Ján/Zuzana Bajkaiová

**Prednáška „Ako pôrod ovplyvňuje rod“** /Yoga House/ Zuzana Bajkaiová

**Predstavenie OZ Slovenské duly a činnosť duly** ako takej v zamestnaneckom programe Tatra banky/ Naši a neznámi/ Andrea Kožíková





### STREDNÉ SLOVENSKO

**Festival 9 dní o tom** /Michaela Pražienková

**Festival Drienok** v dňoch 28. júna -1. júla v areáli v obci Mošovce/ Paulína Truchlá



**Séria vzdelávacích aktivít pre detský domov v Púchove**/ v skupinách pre deti, pre rodičov, pre vycho-vávatel'ky/ rodinná a sexuálna výchova/ Ľubomíra Lapšanská

### VÝCHODNÉ SLOVENSKO:

**Prednáška spolu s filmom Mikropôrod** v UPJŠ v Prešove/Zuzana Bajkaiová

**MC Dietka**, Spišská Nová Ves/beseda u dulách, o pôrodoch/ Ľubomíra Lapšanská

**Sliezsky dom, prednáška pre tehotné**/ Ľubomíra Lapšanská





### STRETNUTIA V RODINNÝCH A MATERSKÝCH CENTRÁCH

- RC v Liptovskom Mikuláši /Zuzana Andrejčáková
- RC Macko v Bratislave Dúbravke /Marta Babincová, Tatiana Kobzová
- MC Jahôdka v Lučenci/ Iveta Dojčiarová
- MC Bambi v Novom Meste nad Váhom/ Michaela Chlebanová
- MC Srdiečko v Čachticiach / Michaela Chlebanová
- RC vo Vrbovom / Michaela Chlebanová
- RC v Senici /Dušana Kišoňová
- MC Budatko v Bratislave Petržalke /Lýdia Koncsolová
- MC Margarétka v Bratislave na Trnávke/ Andrea Kožíková
- MC v Žiline /Zuzana Ondrušeková
- MC v Banskej Bystrici/Michaela Pražienková
- RC Emerka v Prešove/ Zuzana Roháčková

### MÍĽA PRE MAMU 2017

Prešov - beseda s dulou na tému „Prirodzený pôrod“ / Zuzana Roháčková

Zúčastnili sme sa míle pre mamu v Bratislave/ Petra Valášej Baji, Andrea Kožíková





### AKTIVITY PRE DETI A MLÁDEŽ

Sexuálna výchova pre mládež / Irena Dobrovolná, Ľuba Lapšanská

Prednášky Súkromné gymnázium Galanta, 2 prednášky MŠ Kajal a Matúškovo, boli to témy na tému tehotenstva (vzťahy, počatie, neplodnosť, pôrod, dieťa) / Irena Dobrovolná



Projekt UP2ME v Taliansku/ Rodičovstvo a sexualita – vdelávanie – sprevádzanie adolscetov od 9-18 rokov /Radka Labudová

Projekt Cooltajner/ beseda/ kultúrne leto v Považskej Bystrici/ Zuzana Bašková Burinová

Beseda pre študentský gymnázia v Považskej Bystrici / Zuzana Bašková Burinová

FiF UK: “Psychológia tehotenstva, pôrodu a raného materstva”, vyžiadaná prednáška pre študentov psychológie FiF UK / Hana Celušáková, Mária Kopčíková





### ČLÁNKY

- <https://najmama.aktuality.sk/clanok/245492/dula-o-situacii-v-nasich-porodniciach-je-smutne-ze-musime-hovorit-o-pravach-zeny-pri-porode/> / Zuzana Ondrušeková
- Časopis Slovenka <https://www.facebook.com/dulalucia.sk/photos/a.1932383243708181.1073741829.1845438112402695/1943463382600167/?type=3&theater> / Lucia Vančo
- Kde sa má bábätko narodiť? / <http://srdcenasrdci.blogspot.sk/2017/05/zuzana-rohackova-kde-sa-ma-babatko.html> / Zuzana Roháčková
- Časopis Vitalita: Náš pôrod je odpoveďou na mnoho otázok / Zuzana Bajkaiová
- Ak sa zruší poplatok, ženy si zrejme pôrodníka nevyberú. <https://dennikn.sk/984579/ak-sa-zrusi-poplatok-zeny-si-zrejme-porodnika-nevyberu-bez-priplatku-pracovat-viac-nebude/> / Hana Celušáková
- PR články / Ľuba Lapšanská
- [porodne-asistentky/dula-respektuje-rozhodnutia-mamicky-nehodnoti-a-nekomentuje-ich/](https://tehotenstvo.rodinka.sk/rodime/duly-a-porodne-asistentky/dula-respektuje-rozhodnutia-mamicky-nehodnoti-a-nekomentuje-ich/)
- <https://zena.sme.sk/c/20656294/ako-vam-pri-porode-moze-pomoc-dula-a-kedy-sa-pre-nu-rozhodnut.html>
- <https://mamaaja.sk/clanky/tehotenstvo/dula-zena-ktora-vam-pomoze-hladat-vlastnu-cestu>
- <http://www.lucka.sk/viete-kto-je-dula.html>
- <https://zdravie.pravda.sk/zdrava-rodina/clanok/425723-dula-lapsanska-situacia-v-nasich-porodniciach-je-dost-smutna-az-zufala/>
- <https://tehotenstvo.rodinka.sk/kym-rastie-brusko/tehotenska-abeceda0/tehotenska-abeceda-pl-pod/>
- <https://tehotenstvo.rodinka.sk/kym-rastie-brusko/tehotenska-abeceda0/tehotenska-abeceda-poh-popo/>
- 4 články do časopisu Lekáreň:
- Jar – Príprava na materstvo, pôrod, nový život 1.
- Leto - Príprava na materstvo, pôrod, nový život 2.
- Jeseň – šestonedelie nie je len slovo
- Zima – šestonedelie – jesť, spať, dojčiť a oddychovať!



### RODILA SOM S DULOU

Na našej webovej stránke [www.duly.sk](http://www.duly.sk) máme rubriku Rodila som s dulo. Uverejňujeme v nej pôrodné príbehy žien, ktoré rodili s dulo a chcú sa s nami o svoj zážitok podeliť. Je to veľmi cenná informácia pre ženy, ktoré skúsenosť s prácou duly ešte nemajú a zvažujú, či si k svojmu pôrodu dulo zavolať alebo nie. Uverejnené príbehy sú bez konkrétneho mena duly, aby to nebola reklama na konkrétnu dulo, ale skôr spätná väzba pre našu prácu a informácia pre verejnosť, čo práca duly obnáša a v čom spočíva.





### **6. PROJEKT V RÁMCI PROGRAMU DOBRÉ SRDCE – NADÁCIA TATRA BANKY, A.S**

Aj tento rok sa nám podarilo získať grant z Nadácie Tatra banky v rámci programu Dobré srdce.

Rozhodli sme sa zorganizovať diskusie s odborníkmi na témy pôrodu a bondingu. Cieľom diskusií „Na rovínu“ bolo budúcim rodičom poskytnúť informácie o prirodzenom pôrode, o pôrode cisárskym rezom, o jeho najčastejších príčinách a o možnostiach ako rodiť vaginálne (prirodzene) po predchádzajúcom pôrode cisárskym rezom. Následne sme v roku 2018 zrealizovali diskusiu o význame prvých hodín po narodení bábätka, ktorá bola plynulým pokračovaním prvých dvoch diskusií.

Veľmi sa tešíme veľkému záujmu o naše diskusie zo strany verejnosti a nesmierne si vážime ochotu odborníkov prísť a diskutovať o pôrodoch na základe najnovších poznatkov vedy. Moderátorka postupne predstavovala okruhy tém, najprv diskutovala s odborníkmi a na záver každého okruhu vytvorila priestor na otázky z publika.

Všetky diskusie mali v názve „na rovínu“ a headline „Všetko, čo ste chceli vedieť o pôrode a báli/nemohli sa opýtať v poradni“, nakoľko zo skúseností žien vieme, že aj napriek tomu že pôrod je v živote ženy veľmi zlomový bod a s ním sú logicky spojené mnohé otázky, tak nie každý lekár má dostatok času, ochoty a priestoru na všetky otázky zodpovedať. A keďže aj prax je v našich pôrodniciach rozdielna, chceli sme priniesť najnovšie informácie založené na EBM (Evidence based medicine).

Naše diskusie vždy moderovala Barbora Mareková, moderátorka televízie Markíza.



### NAROVINU O PÔRODE

2. november 2017 v čase od 17:30 do 20:00

- MUDr. Peter Kaščák, PhD., primár gynekologicko – pôrodníckej kliniky v Trenčíne
- Mgr. Hana Celušáková, Klinická psychologička, psychoterapeutka a certifikovaná dula



### NAROVINU O PÔRODE CISÁRSKYM REZOM

20. november 2017 v čase od 17:30 do 20:00

- Doc. MUDr. Jozef Záhumenský, PhD., prednosta II. gynekologicko – pôrodníckej kliniky LF UK a UNB v Ružinove
- Mgr. Hana Celušáková, klinická psychologička, psychoterapeutka a certifikovaná dula





### 7. PROJEKT PRE SOCIÁLNE ZNEVÝHODNENÉ ŽENY

Spolupráca v Sieti Zachráňme Kukulíka - podpora žien a detí v ohrození – Lucia Kubiny

Sieť zachráňme Kukulíka je spoločenstvo jedincov a organizácií, ktorí sa snažia vytvoriť podporné prostredie pre tehotné ženy, ktoré sa nachádzajú v núdzi alebo sú ohrozené rôznymi negatívnymi vplyvmi. Cieľom tohto prepojenia je zachytiť v záchranej sieti deti, ktoré sú ohrozené rizikom opustenia či odobratia. V priebehu roku 2017 sme sa stretávali so ženami, ktorým sme poskytovali emocionálnu a psychickú podporu, aby sme ich posilnili v materských kompetenciách.

### 8. VALNÉ ZHROMAŽDENIE

V dňoch 4. – 5. 11. 2017 sa konalo pravidelné valné zhromaždenie nášho občianskeho združenia. Okrem toho že sme celý víkend pilne plánovali, pracovali, navrhovali, pripravovali... , stihli sme sa takto krásne odfoťiť a okrem toho sme udelili certifikát niekoľkým dulám, ktoré tento rok splnili podmienky získania certifikátu a v rámci valného zhromaždenia úspešne ukončili štúdium duly.





### 9. SPOLUPRÁCA SO ZDRAVOTNÍKMI A ORGANIZÁCIAMI

Rokovania s nemocnicou Trenčím o spolupráci OZ Slovenské duly a zdravotníckym personálom/ Ľuba Lapšanská, Martina Kuchárová, Andrea Kožíková

Pojednávanie ministerstva školstva pri príprave podmienok čerpania grantov/ Martina Kuchárová

Stretnutie s primárom MUDr. Balco Ondrejom v Rimavskej Sobote o možnosti sprevádzania mamičiek pri pôrode, Oslovenie riaditeľa lučenskej nemocnice MUDr. Júliusa Hoffera /Iveta Dojčiarová

Spolupráca s pôrodnicou v Kežmarku/ stretnutie s riaditeľom nemocnice/ Ľuba Lapšanská

### 10. VZDELÁVANIE

Seminár homeopatia pre duly, celodenný seminár, 10 dul (Irena Pena)

Holistická péče o tehotnú ženu, pôrodná asistentka Anna Kohoutová (2 kurzy Žilina – máj, BA – december)

Homeopatia a aromaterapia s Ingeborg Stadelmann (Martina Kuchárová, Brno)

Aromaterapia pre duly s Jankou Hašplovou





### 11. SUPERVÍZIE

V dňoch 3.-4.6.2017 sa v Poprade konali supervízie OZ Slovenské duly pod vedením skúsených klinických psychologičiek Mgr. Kláry Borůvkovej a Mgr. Lucie Kašovej, na ktorých sa zúčastnilo 8 dúl. Dva dni sa duly pod vedením psychologičiek venovali kazuistikám zo svojej praxe, preberali ťaživé prípady, s ktorými sa vo svojej praxi stretli, a konflikty so zdravotníkmi. Vymieňali si navzájom svoje skúsenosti s riešením niektorých situácií, ktoré v nich zanechali nepríjemné pocity, obavy, alebo silné emócie. Supervízie sú pre psychickú pohodu aktívnych dúl a prevenciu vyhorenia veľmi potrebné a povinné minimálne raz za tri roky.

### 12. ŠTATISTIKA PRÁCE DÚL

Naše občianske združenie každoročne monitoruje záujem o služby duly. Najmä teda o sprevádzanie pri pôrode. Záujem neustále rastie. V roku 2017 sme svojimi aktivitami opäť oslovili veľké množstvo žien. Nie je možné to presne vyčíslieť, pretože často organizujeme verejné prednášky/diskusie.

Sme vďačné za každý priestor a za činnosť všetkých dúl na regionálnej či celoslovenskej úrovni.

Aj tento rok vzrástol počet žien, ktoré oslovili dulu so žiadosťou o poskytnutie jej služieb, ako aj počet žien sprevádzaných dulou pri pôrode.

Pozitívny vývoj možno vidieť aj zo štatistických údajov. Prehľad svojich aktivít odovzdali všetky aktívne členky združenia.

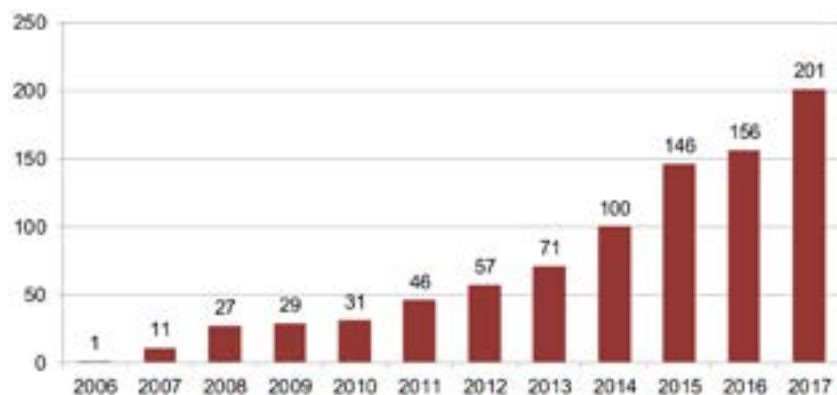
Vo výročnej správe pravidelne zverejňujeme výsledky tejto štatistiky. Hlavné zistenia za rok 2017:

- počet pôrodov sprevádzaných dulou v porovnaní s predchádzajúcimi rokmi v roku 2017 opäť vzrástol;
- podiel pôrodov sprevádzaných dulou, ktoré končia cisárskym rezom je dlhodobo na veľmi nízkej úrovni;

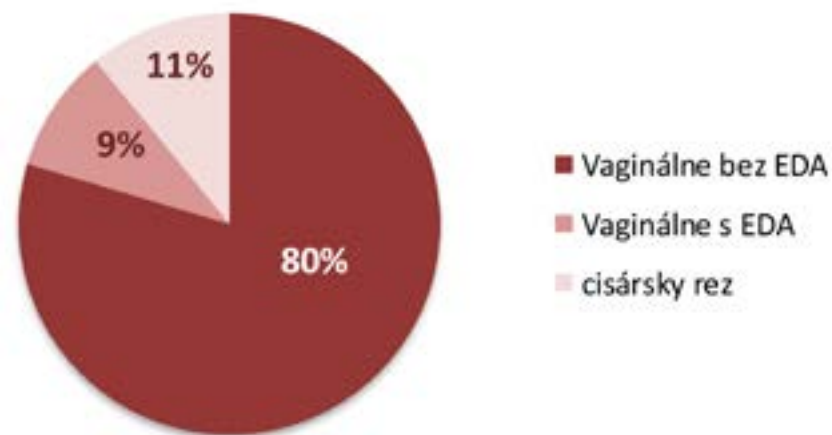


- ženy, ktoré sú pri pôrode sprevádzané dulou uprednostňujú pôrod bez epidurálnej analgézie (EDA);
- Služby duly vyhľadávajú prvorodičky ako aj viac rodičky.

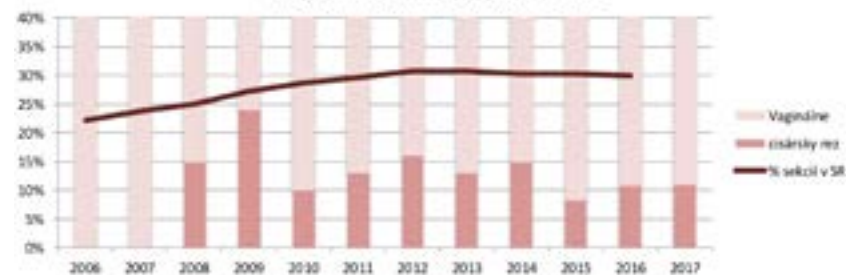
Počet pôrodov sprevádzaných dulou



Ukončenie pôrodu sprevádzaného dulou\_2017



Vývoj % cisárskych rezov pri sprievode dulou





### 13. FINANČNÁ SPRÁVA

Príloha tejto výročnej správy.

### 14. 2% DANE

V roku 2017 sme získali z 2% z daní cca 1 280 EUR, tieto boli použité na zabezpečenie chodu združenia.

### 15. ZÁVER

Všetky finančné prostriedky boli v roku 2017 vynaložené na splnenie cieľa, pre ktorý bolo občianske združenie zriadené a zaregistrované.

### 16. KONTAKTNÉ ÚDAJE:

Názov združenia: Slovenské duly, o. z.

Adresa: Záhradná 75 / 5, 05911 Hozelec, okr. Poprad

Kontaktná osoba: Ľuba Lapšanská

Tel: 0903 213 593

Email: [dulaluba@gmail.com](mailto:dulaluba@gmail.com)

web: [www.duly.sk](http://www.duly.sk)