

## Na Národnom pochode za život čaká účastníkov pestrý program

20. septembra 2015 sa uskutoční v Bratislave Národný pochod za život. Okrem pochodu centrom hlavného mesta Slovenska s odkazom radosti zo života každého človeka už od počatia, sa môžu účastníci tešiť na koncert Márie Čírovej, desiatky workshopov a diskusií, detský program, filmový pro-life festival a ďalšie lákadlá.



Už počas týždňa pred Národným pochodom za život pripravujú organizátori niekoľko aktivít, ktorými chcú „naladiť“ naše hlavné mesto na tému radosti zo života a pomoci tehotným mamám v núdzi, čo sú nosné témy tohtoročného pochodu.

„Chceli sme, aby bol program pestrý ako je pestrý aj život. Kolegovia z programového tímu sa snažili poskladať taký festivalový typ programu, aby si tu každý našiel niečo zo svojho hudobného či tematického vkusu. Program vyvrcholí spoločným pochodom za to, čo nás spája – túžba za ochranu života každého človeka.“ – povedal Marek Michalčík z organizačného tímu Národného pochodu za život. Sprievodný program vo väčšej intenzite začne

už v piatok 18. 9. 2015 mládežníckym programom s názvom Cliptime. Začne sa tiež šnúra diskusií pripravovaná v partnerstve s Bratislavskými Hanusovými dňami na tému „Právo na život“ a „Pro-life patrí na titulku“. V piatok sa ešte uskutoční premietanie v rámci filmového pro-life festivalu, benefičný koncert „Spev za život“ a hraná krížová cesta.

Sobota 19. 9. 2015 bude najbohatšia na sprievodný program. Bude možné vybrať si z desiatok workshopov a diskusií, pre deti je pripravené bábkové divadlo či kúzelník. Hudobní nadšenci si budú môcť vychutnať nielen gospel či chvály, ale aj večerný koncert za život, na ktorom zaznie aj moderná tanečná hudba. Duchovne sa

budú môcť naladiť účastníci na otváraciej svätej omši, ktorá sa uskutoční v Katedrále svätého Martina o 19:00 za účasti biskupov Slovenska. V literárnej pro-life kaviarni bude možné stretnúť a popočúvať našich slovenských spisovateľov Daniela Pastirčáka, Pavla Rankova a ďalších. Vybrať si bude možné aj divadelné predstavenie či filmovú produkciu.

Nedeľa 20. 9. 2015 začne pro-life bohoslužbami v bratislavských chrámoch. Potom bude pokračovať sprievodný detský program skautským mestčekom. Bezprostredný hudobný program pred pochodom začne o 13:30 na Námestí SNP v Bratislave, kde vystúpia Mária Čírová a Peter Bažík. Následne sa účastníkom prihovoria pozvaní hostia a o 14:30 sa začne samotný Národný pochod za život ulicami centra Bratislavy so začiatkom na Námestí SNP. Pochod a tým aj celý program sa ukončí o 16:30 na Námestí SNP.

Všetky body sprievodného programu budú prebiehať v exteriéroch a interiéroch v centre Bratislavy v pešej dostupnosti do 15 minút. Celý program je možné získať na stránke <http://pochodzazivot.sk/program/>, na ktorej bude aj priebežne dopĺňaný o podrobnosti.

foto: [www.pochodzazivot.sk](http://www.pochodzazivot.sk)

## Miesto, kam sa ženy môžu obrátiť s dôverou

Poradňa Alexis je určená pre ženy, ktoré sú nečakane tehotné a pre ženy po potrate. Diskrétne a zdarma pomáha nájsť pre ne najlepšie riešenie. Rozšíriť povedomie o tom, ako pomôcť mamičkám v núdzi je aj jedným z cieľov septembrového Pochodu za život. Navštívili sme priestory poradne, kde nám už viac povedali ženy, ktoré sú do poradenstva priamo zapojené – **Zuzana Stohlová Kiňová** a **Petra Heretová**.



**Obracajú sa na vás ženy v citlivých a špecifických situáciách. Aký prístup si takéto situácie vyžadujú od vás?**

Zuzana: „Na začiatku ponúkame ženám vypočutie. Nemusia sa báť zdôveriť sa, čo ich trápi. Možno sa to boja povedať rodičom, kamarátom, alebo niekomu blízkemu, pretože očakávajú, že budú odsúdené. Niektoré ženy využívajú práve anonymitu, keď nám píšú. Sme tu na to, aby sme ich vypočuli a spoločne hľadali riešenie, hovorili s nimi o tom, aké majú možnosti. Záleží na tom, o akú ženu ide – či je to študentka, či je ne/plnoletá, či je to matka s dvoma deťmi a podobne.“

Petra: „Tieto situácie si od nás vyžadujú odbornosť a často aj veľa trpezlivosti s dievčatami – zvlášť vtedy, keď

si uvedomíme, že nerozmyšľali skôr, ako sa do tej situácie dostali. Keď už sú tehotné, vtedy je ťažké zvažovať, či sa budú vedieť postarať o dieťa alebo že s otcom dieťaťa nechcú byť v kontakte. To by mali mať ideálne vyriešené pred tehotenstvom.“

**Kolko žien sa na vás obracia o pomoc? Ozývajú sa vám aj muži? V akých situáciách najčastejšie?**

Zuzana: „Priemerne je to asi 13 žien za mesiac. Ale ozývajú sa nám aj muži – napríklad keď si žena nechce nechať dieťa a on ho chce zachrániť. Muži sa s nami radia, aké majú práva, ako môžu vyplývať na ženu, aby dieťaťko aspoň vynosila a dala ho otcovi či na adopciu. Tento rok sa nám ozvalo zatiaľ jedenásť

mužov a celkovo sme riešili už viac než 95 prípadov.“

Petra: „Najčastejšie nás oslovujú ženy, ktoré už sú rozhodnuté, že si chcú dieťa nechať, ale majú pocit, že nemajú inú možnosť, ako ísť na interrupciu. Hľadajú ďalšie riešenia, ale nevedia, aké majú možnosti. Sú to buď tinedžerky, najčastejšie vo veku 16 – 17 rokov, alebo vydaté ženy, ktoré už majú dve-tri deti a zrazu príde neplánovane ďalšie a ony si myslia, že ho neuživí a premýšľajú nad adopciou. Potom sú to rozvedené ženy, o ktorých sa v dedine nevie, že majú priateľa a zrazu sú tehotné. Boja sa reči a majú pocit, že inak ako interrupciu sa to nedá riešiť. Ozývajú sa aj ženy po potrate – častejšie po spontán-

nom potrate, keď sa nevedia vyrovať s tým, že prišli o bábätko. Majú pocit, že im ich okolie nerozumie a zo všetkých strán počujú, že veď budú mať ďalšie dieťaťko, tak prečo teraz robia stresy. Ale ozývajú sa aj ženy po umelom potrate, ktoré sa so svojím rozhodnutím spätne trápia. Niekedy sa ozvú aj tínedžeri so vzťahovými problémami. Napríklad chlapec už tlačí dievča do intímneho života a ona sa chce s nami poradiť, či mu má dôverovať, že neotehotnie. To využívame na prevenciu, či dievča nezávži, že by si intímny život nechala do manželstva alebo aspoň do trvalejšieho a zrelšieho vzťahu.“

Zuzana: „Ešte sú tu špecifické prípady – zdravotné problémy zistené

*Žene najviac pomôžu ani nie tak informácie, ale keď ju niekto vypočuje a podporí. Vidí, že keď to toľké zvládli, tak aj ona to zvládne.*



počas tehotenstva buď u matky alebo dieťaťa, kedy lekári často odporúčajú potrat. Alebo ide o problémy mimo zamerania poradne. Ozývajú sa týrané ženy alebo ženy, ktoré majú problémy s ubytovaním, ženy s partnerskými alebo sexuálnymi problémami. Máme sieť odborníkov a iných organizácií, na ktoré ich vieme odporučiť.“

**Každý z nás môže zažiť, že naša kamarátka alebo kolegyňa bude zvažovať, čo robiť v prípade neželaného tehotenstva. Čo by ste jej poradili vy?**

Petra: „V prvom rade aby nerobila skratové riešenia. Nech si nechá dostatok času, aby si to všetko premyslela, aby zvažila všetky možnosti. Interrupcia sa považuje za prvú a najrýchlejšie riešenie, ale zároveň ho môže najviac ľutovať. Keď ho urobí, už ho nemôže zobrať späť. Nech si nechá čas na to, aby o všetkom popremýšľala, aby zvažila všetky okolnosti. Bolo by dobré, aby sa porozprávala s otcom dieťaťa, aké má ďalej plány s ňou, či je ochotný sa o ňu aj s dieťaťom postarať. Tiež aby sa porozprávala s rodičmi, zvlášť ak nie je samostatná. Možno má na začiatku pocit, že je na všetko sama, ale väčšinou to nie je pravda. Často nám



Fotografiu bábätko poslala do poradne mamička, ktorá sa rozhodla nechať si dieťa.

dievčatá píšu so strachom, čo na tehotenstvo povedia rodičia – a takmer vždy je reakcia lepšia, než očakávali.“

Zuzana: „Je dôležité, aby mala oporu aj od človeka, ktorý sa s ňou rozpráva. Jedna mamička po potrate mi hovorila, že si aj chcela dieťaťko nechať a keď kráčala do potratovej miestnosti, veľmi si želala, aby ju niekto zastavil a iba jej povedal: Neboj sa, nejako to zvládneš. Nikto taký sa nenašiel, čiže išla na interrupciu. Preto hovoríme, aby sa ženy nebáli pýtať si pomoc. Ak ju nenájdu v okolí, tak môžu osloviť nás a môže sa pre ne nájsť niekoľko riešení.“

Petra: „Naša skúsenosť z poradenstva je, že žene najviac pomôžu ani nie tak informácie, ktoré jej dáme, ale keď ju niekto vypočuje a podporí. Vidí, že keď to toľké zvládli, tak aj ona to zvládne. Na to dostávame najviac pozitívnej spätnej väzby – ďakujem, že ste v tom boli so mnou a že ste ma podržali. Niekedy je to možno otázka pár týždňov a ona si v hlave utriedi veci a zistí, že to s bábätkom zvládne.“

**Spomínate si na príbehy, ktoré vám utkveli v pamäti?**

Zuzana: „Jedna mamička bola rozhodnutá, že si chce nechať dieťa. Jej

Bilbord pred nemocnicou na Kramároch je priamo oproti vchodu, kam mamičky chodia na potraty. Informuje o linkách pomoci v poradni Alexis.

otec ju tlačil do potratu s tým, že musí doštudovať a že inak si zničí život. No jej priateľ a jeho rodina boli na jej strane. V spolupráci s naším právnikom sa podarilo vybaviť jej individuálny študijný plán. Na pôrod odchádzala s ukončeným semestrom a po narodení sa stalo dieťaťko miláčikom aj starých rodičov, ktorí navrhovali potrat a nakoniec svoje konanie ľutovali.“

Petra: „S jednou ženou som si vymenila niekoľko mailov. Na začiatku sa viac-menej pýtala na to, ako si má vybaviť interrupciu a spolu sme polemizovali nad všetkými možnosťami. Potom sa neozývala a keď som jej po čase s malou dušičkou písala, ako sa rozhodla, tak odpísala, že predsa len sa rozhodla nechať si bábätko. Zvažuje aj adopciu, ale je možné, že ostane s dieťaťom. Poteší aj spätná väzba od žien, ktoré sú po potrate. Niekedy odpíšu, že doteraz ich nikto nechápal a že som prvý človek, ktorý rozumel tomu, čo sa v nich odohráva. Väčšinou nás oslovujú ženy, ktoré sú od začiatku rozhodnuté, že chcú bábätko a vnímajú to tak, že sme im informáciami veľmi pomohli, ako majú ďalej postupovať.“

Zuzana: Spomenula by som, že mnohé ženy po spontánnom potrate

napríklad nevedia o možnosti vyžiadania pozostatkov dieťaťa od zdravotníckeho personálu a pochovania. Pritom takýto proces rozlúčenia môže byť pre rodičov veľmi dôležitý.

**20. septembra sa uskutoční Národný pochod za život a jedným z jeho cieľov je, aby všetci ľudia vedeli, ako pomôcť mamičkám v núdzi. Chystáte v tejto súvislosti niečo špeciálne?**

Zuzana: „Spolupracujeme pri tvorbe brožúry o konkrétnej pomoci. Budú tam uvedené organizácie, ktoré pomáhajú v prípade neželaného tehotenstva a možnosti, ktoré žena má. V rámci konkrétnej pomoci chystáme workshopy deň pred pochodom – 19. septembra. Budeme hovoriť o Poradni Alexis a o projekte Zachráňme životy, takže ak niekoho zaujíma téma konkrétnej pomoci, môže prísť.“

Andrej Kmeťo

**Kontakty:**

[www.alexisporadna.sk](http://www.alexisporadna.sk)

mail: [poradna@alexisporadna.sk](mailto:poradna@alexisporadna.sk) alebo cez formulára na webe.

Telefonicke na číslach 0911 350 200 alebo 0917 350 200.

## PORADŇA ALEXIS

Venuje sa poskytovaniu poradenstva, ale tiež informovaniu formou prednášok na školách. Prednášky sú zamerané na partnerské vzťahy a objasňujú, čo sa môže stať, keď žena neplánovane otehotnie, aké riziká prináša interrupcia a aké následky môže mať. Petra k tomu dodáva: „Uvedomujeme si, že prevencia je dôležitá. Jednoduché riešenie z neplánovaného tehotenstva nikdy neexistuje. Akékoľvek riešenie je náročné a bolo by oveľa jednoduchšie, keby žena rozmýšľala dopredu ešte pred tým, než je tehotná. Preto je dôležité vplývať na mladých, keď ešte nie sú veľmi zamotaní do vzťahov.“

Zuzana najskôr pracovala s ľuďmi bez domova a utečencami. Ku konkrétnej pomoci nečakane tehotným mamičkám sa dostala náhodou, keď ju prijali na koordinovanie týchto aktivít do Fóra života. V roku 2014 sa Poradňa Alexis osamostatnila a odvtedy ju vedie a zároveň poskytuje aj sociálne poradenstvo. Pomoc nečakane tehotným mamičkám ju drží viac ako štyri roky.

Petra sa do pomoci zapájala ešte ako dobrovoľníčka počas štúdia psychológie. Pôvodne mala len na pár týždňov zaskočiť na mailovom poradenstve. Zostala tam nakoniec dva roky a potom sa začala naplno venovať poradenstvu ako psychológ.

## AKO MÔŽETE POMÔCŤ VY?

Informácie o poradni môžete šíriť medzi rovesníkmi a známymi. Keď sami neviete reagovať na neželané tehotenstvo kamarátky alebo kolegyne, môžete jej dať kontakt na Alexis. Ak je medzi vami právnik alebo gynekológ ochotný spolupracovať, veľmi to pomôže. Napríklad ak sa ozve mamička z Trebišova, ktorá hľadá prolife gynekológa, bude možné ju na neho nakontaktovať.