



Výroční zpráva 2024

Freya
Institut sexuality a vztahů



Jsme Freya

– Institut sexuality a vztahů

Ve Freye si přejeme, aby všichni lidé – bez ohledu na věk, znevýhodnění, sexuální orientaci či genderovou identitu – mohli žít naplno, milovat, cítit blízkost a být sami sebou. Usilujeme o vytváření **prostředí přívětivého sexualitě a vztahům**, a to zejména v sociálních službách a školských zařízeních.

Spolupracujeme již od roku 2004 a naše úsilí o změnu situace v České republice nás v roce 2016 vedlo k založení organizace Freya.

Komu pomáháme?

- ➡ Lidem se znevýhodněním (mentálním, tělesným, kombinovaným a lidem s poruchou autistického spektra - PAS)
- ➡ Seniorům a seniorkám
- ➡ Pomáhajícím profesím
- ➡ Pečujícím osobám
- ➡ Dětem z dětských domovů



Proč?

- ➡ Usilujeme o větší podporu a porozumění důležitosti vztahů a prožívání sexuality cílových skupin a prevenci sexualizovaného násilí u odborné i laické veřejnosti.
- ➡ Chceme snižovat stigma a předsudky spojené se sexualitou.
- ➡ Iniciujeme systémové změny v této oblasti. **Chceme, aby práce se sexualitou a vztahy byla nedílnou součástí péče a služeb.**

Freya – Institut sexuality a vztahů

Freya, z. s.

www.freya.live

FB: [@freya.vzdelavani](https://www.facebook.com/@freya.vzdelavani)

IG: [freya_vzdelavani](https://www.instagram.com/freya_vzdelavani)



Naše aktivity v roce 2024

Sexualita je naší součástí celý život.

Sexualita není jen o sexu a intimitě, ale také o důstojnosti, vztazích a individuálních potřebách, které jsou často přehlíženy.

Chceme, aby práce se sexualitou a vztahy byla nedílnou součástí péče a služeb.



Vzděláváme



Nabízíme poradenství



Vyvíjíme edukační pomůcky



Usilujeme o systémové změny



Šíříme osvětu



Rozvíjíme sexuální asistenci



Znáte bohyni Freya?

Je to bohyně severské mytologie a překládá se jako „milovaná“. Odkazuje na naši vizi, v níž i lidé se znevýhodněním, lidé žijící v pobytových zařízeních mohou naplňovat blízké, láskyplné vztahy a vlastní sexualitu a prožívat je s radostí a respektem.



Freya rok 2024 v obrazech



Usilujeme
o systémové
změny.



Vyvíjíme
edukační
pomůcky.



Máte postřeh?



Rozvíjíme
sexuální
asistenci



Vzděláváme



Nabízíme
poradenství



**Den otevřených dveří Freya
pro odbornou i širokou
veřejnost**

9. 10. 2024, 9 - 17 hod, Bolzanova 1, Praha 1

Sledujte www.freya.live/aktuality



Šíříme
osvětu

**Pink
EXPO**

Vzděláváme

Ve zkratce

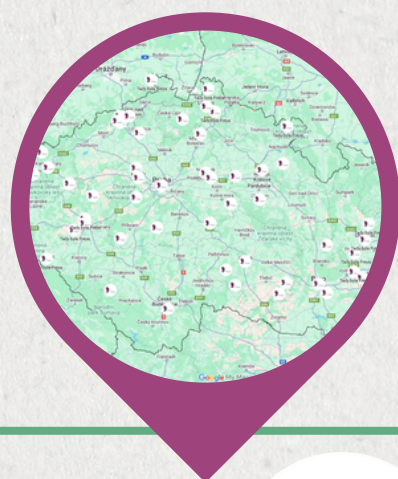
Věříme, že cíleným vzděláváním a metodickou podporou v tématu sexuality a vztahů osob v přímé péči po management organizací můžeme zvýšit kvalitu života lidí žijících v sociálních službách či ve školských zařízeních. Kurzy jsou akreditované MPSV a jsou v souladu s Doporučeným postupem MPSV č. 5/2024 pro práci se sexualitou v sociálních službách.

Nabízíme:

- ➡ **metodickou podporu** pro sociální a školské služby, která zahrnuje odborné vedení a pomoc při systematickém nastavování práce s tématy sexuality, vztahů, intimity a postupů při náročném chování klientů*klíentek,
- ➡ **kurzy** zaměřené na **praktické situace v oblasti sexuality a vztahů** (v organizacích pro osoby v přímé péči), jak systémově s tématem sexuality a vztahů pracovat v zařízení (**zavedení metodiky do praxe** - zejména pro management zařízení),
- ➡ **kurzy v Praze** či dojíždíme do sociálních a školských a zařízení po celé ČR (kurzy na míru),
- ➡ **výcviky** pro práci se sexualitou: Konzultant*ka pro oblast sexuality a vztahů u lidí v seniorském věku a Konzultant*ka pro oblast sexuality a vztahů u lidí s mentálním znevýhodněním a PAS,
- ➡ **podpůrné (rodičovské) skupiny** v oblasti sexuality a vztahů pro rodiče či blízké osoby,
- ➡ **vzdělávání pro dětské domovy** - dětem nabízíme ucelenou sexuální výchovu a pro personál pořádáme akreditované vzdělávací kurzy,
- ➡ **webináře** - pro odbornou i laickou veřejnost na různá témata z oblasti sexuality a vztahů u našich cílových skupin.

V roce 2024:

- ➡ jsme připravili **nové kurzy**: Sexualita lidí s demencí a kurz Bez Rozpaků. O sexualitě a vztazích s dospívajícími,
- ➡ získali jsme také akreditaci pro **nový výcvik** Konzultant*ka sexuality a vztahů u lidí v seniorském věku.



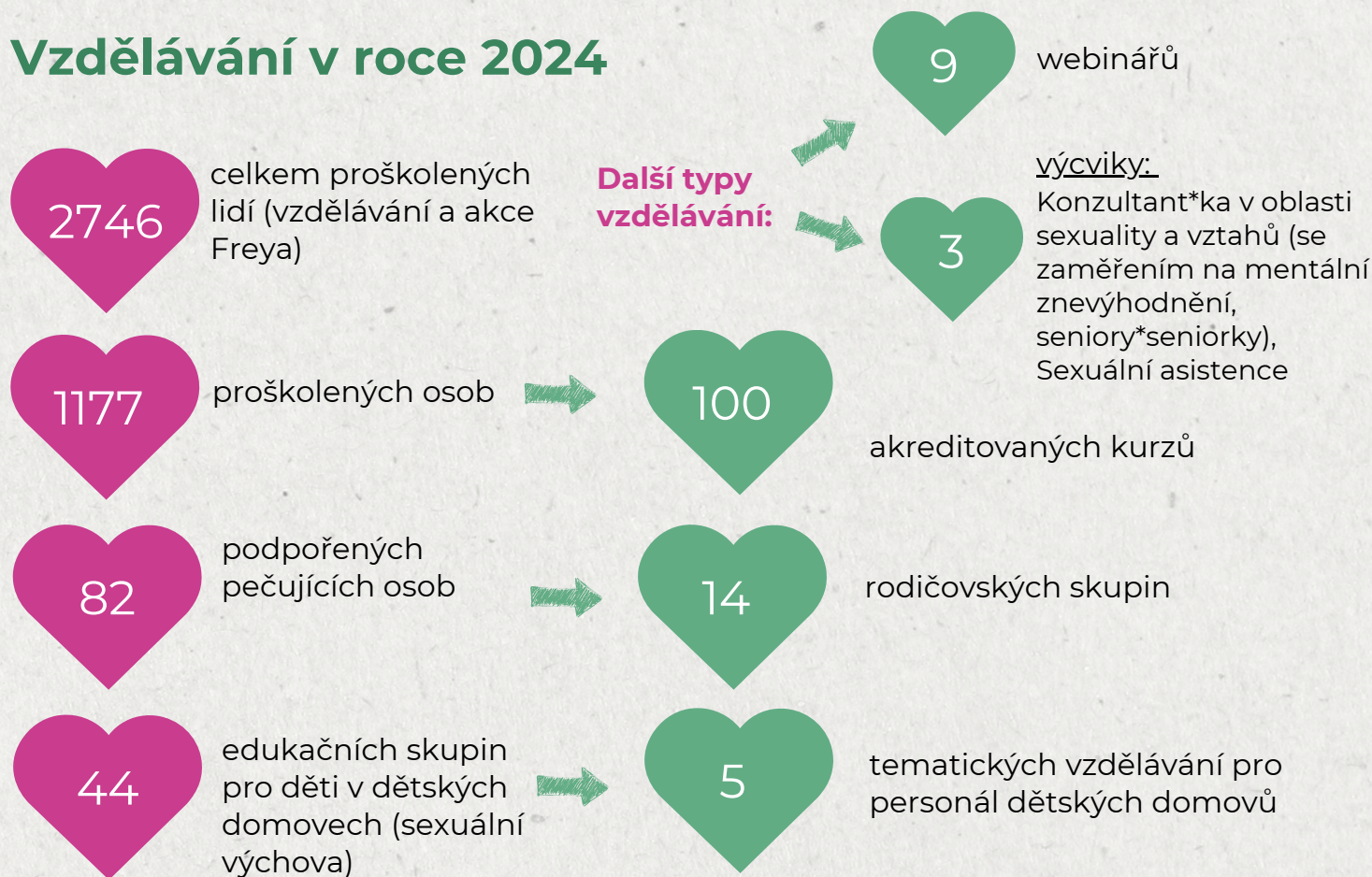
Chcete vzdělávání na míru?

Ozvěte se nám na: vzdelavani@freya.live.
Sledujte aktuálně otevřené kurzy a webináře.
Nabídku vzdělávání najdete [ZDE](#).



Vzděláváme

Vzdělávání v roce 2024



Ohlasy na naše kurzy

„Děkujeme Freye za školení sexuality lidí v seniorském věku a osob se zdravotním postižením, které proběhlo v naší organizaci. Účastníkům přineslo poznání, jak je téma široké a týká se celkové identity člověka. Během školení pracovníci ocenili práci ve skupinkách, včetně sdílení vlastních zkušeností z praxe z jednotlivých středisek.“

„Obrovská spokojenost také s paní školitelkou, která byla opravdu úžasná, velmi vzdělaná, kompetentní a empatická.“

„Školení bylo úžasné, obě lektorky bezkonkurenčně nejlepší za poslední dobu, co jsme tu měli.“



Chcete vzdělávání na míru?

Ozvěte se nám na: vzdelavani@freya.live.
Sledujte aktuálně otevřené kurzy a webináře.
Nabídku vzdělávání najdete [ZDE](#).

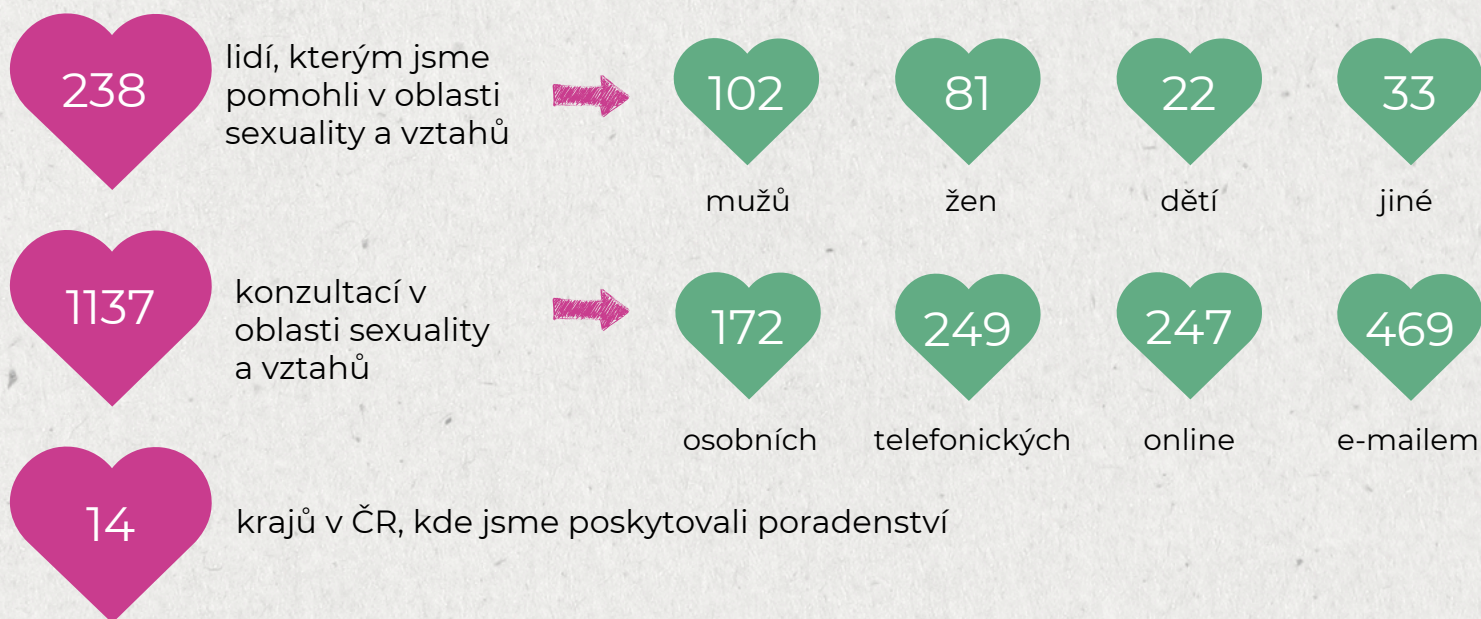


Nabízíme poradenství

Ve zkratce

- ➡ V roce 2024 jsme odborné sociální poradenství v oblasti sexuality a vztahů poskytovali po celé ČR, a to zejména lidem **s poruchou autistického spektra, s mentálním znevýhodněním, lidem s fyzickým znevýhodněním, lidem v seniorském věku a lidem pečujícím a blízkým.**
- ➡ Při konzultacích jsme otevírali témata, jako jsou sebepoznání v oblasti sexuality a vztahů, prevence sexualizovaného násilí, dospívání, vhodné/nevhodné doteky, souhlas/nesouhlas, emoce, bezpečná masturbace, antikoncepce, menstruační cyklus, hygiena, mezilidské vztahy, informace k využití erotických pomůcek, apod.
- ➡ Obracely se na nás i různé **sociální služby** s poptávkou poradenství a podpory v řešení situací jejich klientů*klíentek v oblasti sexuality a vztahů a podpory pro jejich pracovníky*pracovnice.
- ➡ Konzultovali jsme **osobně** v Praze, Teplicích i v terénu, **online, telefonicky a e-mailem.** Laickou i odbornou veřejnost jsme při různých akcích seznamovali s tématem sexuality a vztahů. Zúčastnili jsme se kulatých stolů, odborných konferencí, tematických festivalů a přednášek. Připojili jsme se k Týdnu sociálních služeb a uspořádali den otevřených dveří plný workshopů, sdílení a inspirace.

Odborné sociální poradenství v roce 2024



Nevíte si rady v oblasti sexuality a vztahů?

Ozvěte se nám na: poradenstvi@freya.live.
Kompletní informace o službě najdete [ZDE](#).



Nabízíme poradenství

Novinky v roce 2024

- ➡ **Personální změny** - v tomto roce jsme částečně obměnili tým konzultantek. Rozloučili jsme se s Věrou Petlanovou Zychovou a přivítali Anetu Dominikovou. Krátce náš tým posílila Jitka Mráčková.
- ➡ **Ukončení poradny v Teplicích** - v září 2024 jsme ukončili pravidelné poskytování osobního poradenství v Teplicích. Většinu stávajících klientů*klientek jsme převedli do poradny v Praze nebo do online poradenství.
- ➡ **Rozšiřujeme nabídku poradenství online** - pro velký zájem o poradenství z různých koutů ČR jsme rozšířili možnosti poskytování online poradenství.
- ➡ Nadále pracujeme s **praktickými a vizuálními pomůckami** pro edukaci, které sami tvoříme či již stávající přizpůsobujeme potřebám našich klientek*klientů.

Ohlasy na odborné sociální poradenství

„Službu poradenství bych určitě doporučil. Docházení do služby mi dost dalo a líbilo se mi, že jsou pomůcky uzpůsobeny přímo pro mě. Také se mi líbilo, že i když jsme měli nějaký plán, mohli jsme téma probírat dle mých potřeb a tak dlouho, jak jsem potřeboval nebo se k tématu vracet. Oceňuji, že jsem mohl na schůzky přinášet svá vlastní témata.“

„Poradenství se mi líbilo. Všechny témata mi přišly užitečný a dozvěděl jsem se spoustu nových informací, bylo to super.“

„Dalo mi to zajímavé a užitečné informace. A umožnilo mi to pobavit se o některých věcech a nebo třeba vyhledat odborníky/lékaře a dozvěděl jsem se, které mám vyhledat.“

„Synové se mohou zeptat na cokoliv, rozumí tomu, co s nimi konzultantky probírají.“

„Vyhovoval mi velmi otevřený a komunikativní přístup vaší pracovnice. Cítil jsem se příjemně.“

„Pomohli mi s potřebami ve vztahu.“



Nevíte si rady v oblasti sexuality a vztahů?

Ozvěte se nám na: poradenstvi@freya.live.
Kompletní informace o službě najdete [ZDE](#).



Vyvíjíme edukační pomůcky

Jenom slova nestačí!

- ➡ Názorná ukázka a vizualizace jednotlivých témat týkající se sexuality, intimity a vztahů pomocí videí, obrázků či piktogramů je zejména pro klienty*klientky s mentálním znevýhodněním a PAS velmi důležitá. S ohledem na nedostatek vhodných edukačních materiálů a pomůcek na českém trhu jsme i v roce 2024 pokračovali v jejich vytváření.
- ➡ Tentokrát jsme se zaměřili na **vizuální pomůcky pro jednotlivá témata poradenství**, které lze používat při **osobním poradenství**, tak i v **online prostoru**.

Na čem jsme pracovali?

- ➡ Vytvořili jsme **tematické listy v jednodušším čtení**, shrnující důležité informace k nejčastěji poptávaným tématům a doplnili je o nové obrázky, přizpůsobené nebo zcela nově navržené pro lidi z našich cílových skupin.
- ➡ Některé materiály jsme opět přizpůsobovali **na míru jednotlivým klientům*klientkám** odborného sociálního poradenství. Vznikly ale i takové, které mohou používat konzultantky poradenství stejně jako lektorky vzdělávání a doporučovat je i pro pracovnice*pracovníky v sociálních službách či školských zařízeních.
- ➡ V praxi jsme využívali dříve vytvořené pomůcky, jako jsou Taška doteků či Box Bez rozpaků.



Máte zájem o edukační pomůcky Freya?

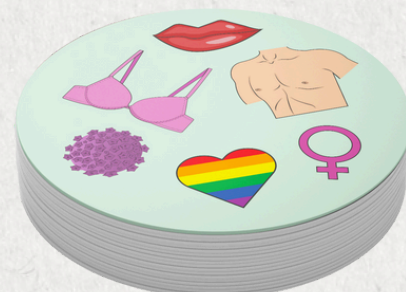
Ozvěte se nám na: info@freya.live.
Přehled edukačních pomůcek najdete [ZDE](#).



Vyvíjíme edukační pomůcky

Hra Páruj! Sexualita hrou

➡ V roce 2024 jsme vyvinuli postřehovou hru, jejímž cílem je najít stejný symbol na kartách z oblasti sexuality a vztahů a procvičit si správné názvosloví. Dle varianty hry vyhrává ten*ta, kdo nasbírá nejvíc karet, nebo naopak ten*ta, kdo se jako první zbaví všech svých karet. Hra slouží nejen pro zábavu, ale i k otevření témat souvisejících se vztahy a sexualitou a je tedy využitelná pro edukaci v prostředí sociálních služeb či školských zařízení či v rodině.



Jak jsme hru tvořili?

➡ „Herní symboly jsme vybrali na základě témat našeho poradenství v oblasti sexuality a vztahů. Naši klienti a klientky byli součástí vývoje této hry – srozumitelnost symbolů jsme tedy ověřili přímo v praxi s osobami s mentálním znevýhodněním a poruchou autistického spektra,” doplňuje Veronika Pinkavová, autorka grafické podoby hry a pracovnice poradny Freya.



Ohlasy na naše edukační pomůcky

„Fantastická pomoc, podporujúce prostredie, odbornosť, doporučené literatúry a pomôcok, skvelá konzultantka.”

„Chcela som Vám dať krátku spätnú väzbu k hre Páruj. Hra je veľmi užitočná a dobre sa nám hrá. Veľmi pomáha, že súčasťou je obrázkový slovník a karty s obrázkami sú dostatočne veľké. To umožňuje dobrú manipuláciu s kartami a identifikáciu jednotlivých obrázkov.”

„Box Bez rozpaků? Přínosný způsob komunikace, který se týká nejen sexuality, ale i vnímání sebehodnoty a schopnosti sebereflexe.”



Máte zájem o edukační pomůcky Freya?

Ozvěte se nám na: info@freya.live.
Přehled edukačních pomůcek najdete [ZDE](#).



Usilujeme o systémové změny skrze projekty

Ve zkratce

Systémovými změnami myslíme naše úsilí zavést práci se sexualitou a vztahy jako nedílnou součást poskytování služeb lidem žijících v sociálních a školských zařízeních (např. domovy pro seniory a seniorky, domovy pro osoby se zdravotním postižením, dětské domovy apod).

➡ V roce 2024 jsme pokračovali již v nastartovaných projektech, zahájili jsme nové projekty a prezentovali jsme výzkumy a další výstupy zaměřené na vztahy, intimitu a sexualitu v dětských domovech a domovech pro seniory*seniorky na konferencích Freya.

➡ V závěru roku jsme připomínkovali Doporučený postup pro práci se sexualitou a vztahy, který vznikl na MPSV, později vydaný jako DOPORUČENÝ POSTUP č. 5/2024 PRO PRÁCI SE SEXUALITOU V SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH – organizace, klient, pracovník.

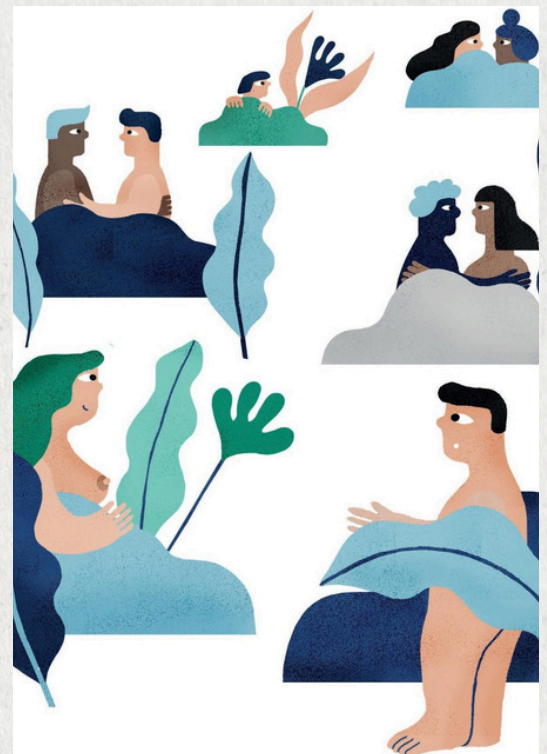
Systémové zavádění práce se sexualitou s využitím metody learning network (sít' vzájemného učení)

➡ V rámci dvouletého projektu, který jsme zakončili v březnu 2024 **konferencí #Zeptejse: práce se sexualitou v dětských domovech**, jsme se zaměřili na zavedení práce se sexualitou a vztahy do dětských domovů. Díky spolupráci s norskými partnery jsme si vyzkoušeli metodu sít' vzájemného učení (Learning Network), do které se zapojilo 5 dětských domovů z celé ČR. Podařilo se nám také udělat výzkum z prostředí dětských domovů a získat práva na poradenský nástroj Bez rozpaků.

➡ **Výstupy z projektu:**

- Výzkum z prostředí dětských domovů
- Nástroj Bez rozpaků
- Konference #Zeptejse: práce se sexualitou v dětských domovech

➡ Projekt podpořila Nadace OSF v rámci programu Active Citizens Fund.



Co je sexuálně přívětivé prostředí?

Sexuálně přívětivým myslíme prostředí, kde je možné být sám*sama sebou, prožívat intimitu, sexualitu a vztahy beze strachu a moci si o sexualitě i vztazích bezpečně a s respektem povídat. Soustředíme se přitom zejména na pobytová zařízení (např. domovy pro seniory, dětské domovy apod.).



Usilujeme o systémové změny

Podívejte se na některé fotky z akcí a naše výstupy, které vám pomohou vytvářet sexuálně přívětivé prostředí ve službách.



Výstupy z konference #Zeptej se: práce se sexualitou v dětských domovech.



Křest boxu **Bez rozpaků** - nástroj pro rozhovory o sexualitě a vztazích.



Usilujeme o systémové změny

Systémové zavádění práce se sexualitou a vztahy v domovech pro seniory a seniorky

- ➔ V rámci tohoto projektu jsme navázali na naše předchozí zkušenosti a metodiku pro práci se sexualitou jsme dále rozpracovali a přizpůsobili specifickým domovů pro seniory a seniorky. Ve spolupráci s domovem Dřevčický Park jsme upravili metodické nástroje, vytvořili materiály pro řešení dilematických situací u osob ve vyšším věku a společně jsme testovali dotazník mapující prostředí přátelské k sexualitě.
- ➔ Součástí projektu byly také **rešerše zahraničních zdrojů** k tématům sexuality ve vyšším věku, sexuality lidí s demencí a inkluze LGBT* klientely a personálu. V partnerských zařízeních jsme realizovali **kvalitativní výzkum**, který jsme společně s ostatními výstupy z projektu představili v květnu **na konferenci Sexualita nestárne**.
- ➔ Pracovníci a pracovnice Dřevčického Parku ocenili, že se jim díky projektu podařilo otevřít důležitá témata, o kterých se dříve v organizaci příliš nemluvalo, a začali cíleně upravovat prostředí a přístupy tak, aby reflektovaly potřeby klientů*klientek i samotného personálu.



Usilujeme o systémové změny

Sítě vzájemného učení napříč službami

- ➡ V červnu 2024 jsme zahájili tříletý projekt, jehož cílem je podpořit zavádění práce se sexualitou a vztahy v různých typech pobytových služeb – v domovech pro seniory*seniorky, dětských domovech a zařízeních pro lidi s mentálním znevýhodněním. Do projektu se v roce 2024 zapojilo 5 dětských domovů a 5 domovů pro seniory a seniorky.
- ➡ Opíráme se o vyzkoušenou **metodu sítí vzájemného učení** (learning network), díky které se týmy ze zařízení pravidelně setkávají, sdílejí zkušenosti a dostávají mentoringovou podporu od expertek z Freyi.

Systémové zavádění práce se sexualitou a vztahy v domovech pro seniory a seniorky

- ➡ V tomto projektu navazujeme na naši zkušenost z předchozích projektů. Navázali jsme **roční spolupráci s 5 domovy pro seniory a seniorky**, která zahrnuje vytvoření metodiky práce se sexualitou a vztahy a proškolení personálu. Metodika vzniká společně s týmem každého zařízení a reflektuje potřeby klientů*klientek, pracovníků a pracovnic i vedení organizace. Cílem je podpořit důstojný, bezpečný a otevřený přístup k sexualitě a vztahům u lidí ve vyšším věku.

Domovem pro seniory*ky láska nekončí, naopak může začít

- ➡ V rámci projektu jsme pokračovali v detabuizaci tématu sexuality a vztahů v domovech pro seniory a seniorky. Podpořili jsme personál domovů skrze vzdělávání v našem novém kurzu Sexualita lidí s demencí a ve výcviku Konzultant*ka sexuality a vztahů u lidí v seniorském věku. Významným výstupem projektu byl také **překlad příručky Pohlaví, gender a sexualita v kontextu demence** ve spolupráci s Českou Alzheimerovskou společností.

Otevřená cesta: Podpora sexuality a vztahů mladých lidí se znevýhodněním

- ➡ Projekt „Otevřená cesta“ se zaměřuje na mladé dospělé s mentálním znevýhodněním, kterým poskytuje podporu v oblasti sexuality, vztahů a osamostatňování. V roce 2024 jsme vytvořili **edukační pomůcku Páruj!**, připravili **program setkávání** mladých dospělých a na základě programu vytvořili pracovní listy k tématům sexuality a vztahů.

Usilujeme o systémové změny

Výzkumy, e-booky a další materiály k sexualitě a vztahům

Podívejte se na výzkumy, včetně doporučení pro práci se sexualitou a vztahy, rešerše zahraničních zdrojů a další materiály, které jsme v roce 2024 vydali. Děkujeme za spolupráci řadě aktérů a akterek z přímé praxe či akademické sféry a donátorů, bez kterých by to nešlo.

Výzkum z prostředí domovů pro seniory a seniorky

➡ Sexualita, intimita a vztahy v prostředí domovů pro seniory a seniorky. Výstupy kvalitativního výzkumu mezi klienty a klientkami ve dvou domovech pro seniory a doporučení pro praxi. Více [ZDE](#).

Výzkum z prostředí dětských domovů

➡ Co vědí děti a mladí lidé v dětských domovech o sexualitě a co je zajímá? Výstupy kvalitativního výzkumu mezi dětmi a mladými lidmi ve třech dětských domovech a doporučení pro další praxi. Více [ZDE](#).

E-booky – rešerše zahraničních zdrojů

- [Rešerše: Sexualita lidí ve vyšším věku](#)
- [Rešerše: Sexualita u lidí s demencí](#)
- [Rešerše: Inkluze LGBT* klientely a personálu v pobytových zařízeních pro seniory a seniorky](#)

Překlad příručky Pohlaví, gender a sexualita v kontextu demence

- [Pohlaví, gender a sexualita v kontextu demence: Příručka pro zvyšování povědomí pracovníků a pracovníc ve zdravotnictví a sociálních službách](#)



Chcete vědět víc o systémovém zavádění práce se sexualitou?

Více se dozvíte [ZDE](#),
nebo se nám ozvěte na: hamernikova@freya.live.



Spolupráce a společný hlas – jsme součástí platformem

Platforma proFem

➡ V roce 2024 jsme se zúčastnili setkání Platformy pro pomoc osobám se zkušeností se sexualizovaným násilím pořádané organizací **proFem** (dále jen Platforma proFem). Na jednom z nich jsme prezentovali službu odborného sociálního poradenství. Seznámili jsme kolegy*kolegyně s tím, jakým způsobem pracujeme v našem poradenství s tématem sexualizovaného násilí s našimi cílovými skupinami a předali odborné informace o rizicích sexualizovaného násilí u skupiny lidí s mentálním znevýhodněním. Více o činnosti platformy [ZDE](#).

Platforma Do dospělosti

➡ Ve Freye usilujeme o systémové zavádění práce se sexualitou a vztahy i v prostředí dětských domovů a obdobných služeb. V roce 2024 jsme se účastnili setkávání platformy **Do dospělosti**, která sdružuje organizace, které nabízejí podporu a rozvoj mladým lidem se zkušeností s institucionální péčí především při jejich přípravě na samostatný život. Sdíleli jsme naše zkušenosti se sexuální osvětou v dětských domovech a představili jsme nástroj Bez rozpaků. Více o platformě [ZDE](#).

Noc důstojnosti

➡ V lednu 2024 jsme se zúčastnili již třetí Noci důstojnosti, piety za Dorotu Šandorovou, ženu s mentálním postižením, která byla zabita pečovatelem ve službě. Smyslem akce s mottem „**aby tady nechyběli**“ je apelovat na to, aby lidé se znevýhodněním mohli žít dobrý život ve společnosti, v komunitě. Noc důstojnosti pořádala koalice organizací, hlavním organizátorem akce byla Jednota pro deinstitucionalizaci (JDI). Záštitu nad akcí v Praze převzal Veřejný ochránce práv. Více [ZDE](#).



Jednota pro deinstitucionalizaci

➡ Freya svou činností podporuje a ztotožňuje se s platformou JDI, která si klade mimo jiné za cíl opuštění konceptu ústavních pobytových zařízení, **podporu komunitních služeb, poskytování sociálních služeb na základě individuálních potřeb lidí** a co největším zapojení samotných klientů*klientek do procesu rozhodování o jejich životě. I v roce 2024 jsme se účastnili pravidelných setkání JDI. Více o JDI [ZDE](#).

Šíříme osvětu

Ve zkratce

- ➡ V roce 2024 jsme pravidelně sdíleli příspěvky na sítích (Facebook, Instagram), rozesílali jsme Freya novinky našim příznivcům*příznivkyním – v průběhu roku jsme přešli na novou e-mailingovou platformu a začali jsme tvořit 4 typy měsíčních novinek k tématu sexuality a vztahů dle publika (lidé ve vyšším věku, lidé se znevýhodněním a PAS, ohrožené děti v ústavní výchově a mix novinek).
- ➡ Spolupracovali jsme s médii, psali jsme odborné články, účastnili jsme se besed, konferencí a dalších akcí (např. Pink Expo Růžového slona, Sexy den Ligy vozíčkářů, den otevřených dveří v rámci Týdne sociálních služeb pořádaných APSS ČR).
- ➡ Chceme tak šířit povědomí o potřebě vztahů, intimity a sexuality u lidí se znevýhodněním, seniorů*seniorek či dospívajících v dětských domovech.



Vybíráme z médií:

20. 7. 2024. DVTV. Rozhovor s Lucií Šídovou. Sex postižených a seniorů je tabu, jsou psychicky trestáni, dostávají tlumící léky. Asistence není prostituce, říká Šídová. K poslechu [ZDE](#).

17. 7. 2024. Autismport.cz. Menstruace v životě dívek a žen s PAS. Celý článek [ZDE](#).

Červen–červenec 2024. Časopis Sociální služby. Jaroslava Prchalová, Lucie Šídová, Věra Petlanová Zychová. Práce s osobami se zkušeností se sexualizovaným násilím. Celý článek [ZDE](#).



„Dovedete si představit, jaké by to bylo, kdybyste najednou nemohli zažívat intimitu, doteky, blízkost... A již byste nikdy neměli sex a blízké intimní vztahy?“



Máte zájem o Freya novinky?

Přihlaste se k jejich odběru, ať vám nic neuteče. Více [ZDE](#).

Všechny články/podcasty/vystoupení v médiích k tématu sexuality a vztahů najdete na našem webu/záložka Znáte nás z médií, a to [ZDE](#).



Rozvíjíme sexuální asistenci

Ve zkratce

- ➡ Lidé se znevýhodněním, senioři*seniorky potřebují mnohem více než mluvit o tom, že mají právo na prožívání vlastní sexuality. Je potřeba jim dát i možnosti, proto vznikla sexuální asistence.
- ➡ Služba sexuální asistence v ČR funguje od roku 2015. Od roku 2017 ji nadále rozvíjí Freya. V roce 2024 působilo v ČR 8 sexuálních asistentek, které prošly komplexním výcvikem Freya a mají další vzdělávání či supervize. Asistentky a asistenti musí dodržovat etický kodex sexuální asistence.

Co je sexuální asistence?

Je to placená služba, kterou vykonávají proškolené sexuální asistentky a asistenti (výcvik Freya), a jež musí dodržovat etický kodex sexuální asistence.

Pomáhají lidem se zdravotním hendikepem, seniorům a seniorkám, a jinak znevýhodněným lidem pracovat s jejich sexualitou a vztahy, a tím přispívají ke zvýšení kvality jejich života. Docházejí do domovů klientů*klientek či do zařízení (např. pobytové služby, domovy pro seniory apod.).

Sexuální asistence v praxi

Asistenti*asistentky si povídají s klienty*klientkami o jejich potřebách v oblasti intimity/vztahů, učí je přijímat své tělo, pochopit vlastní sexualitu. Mezi jejich činnosti patří např.:

- možnost dotýkat se poprvé svého těla,
- nácvik masturbace,
- doteky,
- společná nahota,

- koupel,
- nákup erotických pomůcek,
- masáže, od klasických po erotické,
- sexuální interakce, kam může patřit sex atd.

Sexuální asistence v roce 2024

- ➡ V průběhu roku jsme vzdělávali nové sexuální asistenty a asistentky, a to v již třetím běhu výcviku sexuální asistence.
- ➡ 100 hodinového výcviku se zúčastnilo 10 osob (3 muži a 7 žen), kteří ukončili výcvik na začátku roku 2025.



lidí, kteří využili služeb sexuální asistence.

Rozvíjíme sexuální asistenci

Zahraniční inspirace a budoucnost sexuální asistence

V průběhu roku jsme diskutovali směr a podobu sexuální asistence v ČR. Setkali jsme se dvakrát online se Stevenem de Weirdtem z belgické organizace **Aditi Wb**, která má se službou mnohaleté zkušenosti a spolupracuje s více než stovkou sexuálních asistentů a asistentek. Čerpali jsme inspiraci a diskutovali jsme současnou podobu a etický kodex sexuální asistence.

Více v našem článku O sexuální asistenci v Belgii a jak to funguje u nás [ZDE](#).



Znáte infografiky k sexuální asistenci?

V roce 2024 jsme sdíleli na sítích:

- ➔ [Sexuální asistenti*asistentky a konzultanti*konzultantky pro oblast sexuality a vztahů. Jak v praxi pomáhají a jak se jejich práce liší? \(1. díl\).](#)
- ➔ [Co sexuální asistenti*asistentky nabízí? \(2. díl\).](#)
- ➔ [Jak sexuální asistence probíhá? \(3. díl\).](#)
- ➔ [Rozhovor se sexuální asistentkou Emou \(podcast Dva ve zdraví\).](#)



Chcete vědět více o sexuální asistenci?

Kompletní informace najdete [ZDE](#).
Seznam sexuálních asistentek [ZDE](#).



Ocenění

Cena SozialMarie

➡ V roce 2024 jsme byli nominováni na cenu v oblasti sociálních inovací SozialMarie, a to za projekt „Práce se sexualitou a vztahy v dětských domovech.” Projekt nově přinesl téma sexuality do prostředí dětských domovů, navíc do českého kontextu zavedl metodu sítě vzájemného učení (Learning Network). Cenu jsme sice nevyhráli, ale už samotná (již druhá) nominace je pro nás velkým úspěchem.



Fórum sociálních inovací (Brusel)

➡ Díky nominaci týmu MPSV Podporujeme inovace jsme měli možnost spolu s organizací proFem představit náš inovační projekt na Fóru sociálních inovací v Bruselu. Potkali jsme se s lidmi z celé Evropské unie, jejichž organizace a instituce přináší inovativní projekty s cílem dosáhnout dlouhotrvajících změn. Naše projektová manažerka Kamila Šimková zde představila aktivity Freya v oblasti systémového zavádění práce se sexualitou v sociálních službách. Tedy, jak si nastavit ve službách prostředí přátelské sexualitě, kde klienti*klientky mohou naplňovat svou sexualitu a personál ví a umí s potřebou sexuality a vztahů zacházet. Představili jsme mimo jiné nástroj **BOX – šablonu pro tvorbu metodiky pro práci se sexualitou a vztahy**, kterou Freya vyvinula. Více o BOXU [ZDE](#).

Tým Freya v roce 2024



- ➡ **Vedení organizace:** Lucie Šídová – výkonná ředitelka, lektorka; Petra Hamerníková – ředitelka vzdělávání a sociálních služeb, lektorka.
- ➡ **Provoz:** Kamila Šimková – projektová manažerka; Zuzana Klimešová – office manažerka; Zuzana Gerstlová – asistentka vzdělávání (do 7/2024); Zuzana Legerová – asistentka vzdělávání (od 7/2024).
- ➡ **Odborné sociální poradenství:** Jaroslava Prchalová – manažerka sociálních služeb, konzultantky pro oblast sexuality a vztahů: Veronika Pinkavová, Aneta Dominiková, Petra Hamerníková, Věra Petlanová Zychová (do 2/2024), Jitka Mráčková (3-6/2024).
- ➡ **Lektorský tým:** Bára Rožičová; Jolana Novotná; Anna Tůmová; Darina Deáková; Kateřina Štanderová; Iva Hradilová; Lucie Havrdová; Julia Bajko; Lucie Šídová; Petra Hamerníková; Pavla Špeldová, Věra Petlanová Zychová, Kateřina Dostálová, Stanislava Černá, Barbora Procházková
- ➡ **Výzkum:** Pavla Špeldová – výzkumná pracovnice; Petra Kutálková – expertka na metodu HCD, výzkumnice, evaluátorka; Lucie Šídová - výzkumná pracovnice.
- ➡ **PR:** Jana Poláková – PR manažerka; Markéta Malátová – asistentka PR.
- ➡ **Finance a podpora:** Petra Kratochvílová – ekonomka, účetní; Věra Marková – administrativní služby, Pavel Císař – IT podpora, Jaroslav Hamerník – správce webu.

Děkujeme. Bez vás by to nešlo

- ➔ Děkujeme všem profesionálům a profesionálkám, kterým téma sexuality a vztahů jejich klientů*klientek není lhostejné, vzdělávají se a podporují své klienty*klienty v možnosti zažívat intimitu a vztahy.
- ➔ Děkujeme i našim partnerům, donátorům, nadacím, individuálním dárcům a dárkyním (sbírka Já a ty – důvěrně a bezpečně o sexualitě, která skončila v lednu 2024) a sbírka **Bez rozpaků** (začala v listopadu 2024), další dárci.

Stále potřebujeme
vaši pomoc.



Podpořte
sexuální osvětu
v dětských
domovech

[Darujme.cz/bezrozpaku](https://darujme.cz/bezrozpaku)



Financováno
Evropskou unií



MINISTERSTVO PRÁCE
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

#GIVING
TUESDAY



JEŽÍŠKOVA
VNOUČATA



Nadační fond
Českého rozhlasu

Iceland
Liechtenstein
Norway
Active
citizens fund

Růžový
Slon

EA
PARTNĚŘI



DARUJME.CZ

aoba
kuos
NADAČNÍ FOND



znesnáze

Hospodaření v kostce

Příjmy za rok 2024	8 503 583,67 Kč
Provozní dotace z toho:	6 204 386 Kč
• Ministerstvo práce a sociálních věcí	2 866 800 Kč
• Evropský sociální fond	2 754 103,95 Kč
• Active Citizens Fund	77 257 Kč
• Ježíškova vnoučata	217 502 Kč
• Abakus	288 722,66 Kč
Tržby (akreditované vzdělávání v oblasti sexuality a vztahů v sociálních, zdravotnických a školských zařízeních, edukační pomůcky)	2 299 198,06 Kč

Náklady za rok 2024	9 013 422,32 Kč
Spotřebované nákupy	530 343,10 Kč
Služby	2 786 055,34 Kč
Osobní náklady	5 544 074,00 Kč
Daně a poplatky	8 472,00 Kč
Ostatní náklady	55 487,88 Kč
Odpisy	82 000,00 Kč
Poskytnuté příspěvky	6 990,00 Kč

Kontaktujte nás

Sociální poradenství – e-mail: poradenstvi@freya.live, tel.: 731 215 575.

Vzdělávání – e-mail: vzdelavani@freya.live, tel.: T: 775 979 621.

Nákup edukačních pomůcek a další informace – e-mail: info@freya.live.

Více na: www.freya.live.

Sídlo organizace:

Freya, z. s.

Březiněveská 92

250 64 Hovorčovice

|Č: 060513912021

Kancelář a poradna Praha:

Freya, z. s.

Bolzanova 1

110 00 Praha 1

Identifikátor služby: 1319954

**Sledujte nás na
sociálních sítích:**

FB: @Freya.vzdelavani

IG: Freya_vzdelavani

www.freya.live

Máte zájem o novinky Freya? Přihlaste se k odběru našeho newsletteru na www.freya.live.



Budte Freya – milovaný*milovaná.

