

Samota a rostoucí chudoba českých seniorů jako ohrožení jejich duševního zdraví.

Propad seniorů do chudoby přináší stres a psychickou zátěž, která se s postupným nárůstem cen nadále zvyšuje. Využívat psychické nebo i jiné pomoci se senioři stále ostýchají.

Paní Adéla předloni opustila zaměstnání, aby se mohla starat o manžela po mrtvici. Přišli tak rázem i o její příjem, ze kterého hradili kromě životních nákladů i potřebnou rehabilitaci. Následkem inflace se ocitli v nepříjemné realitě mnoha seniorů - na hranici chudoby a bez možnosti využívat dosavadních služeb.

“Nejohroženější skupiny seniorů, stejně jako paní Adéla, často pocítují enormní stud požádat o pomoc, ať hmotnou nebo psychickou. Nadále se tak prohlubuje jejich samota a zhoršuje ekonomická situace, neboť mnohdy nejsou dostatečně finančně gramotní, v současném světě se jim již špatně orientuje, čelí ageismu. Ruku v ruce s tím vším se prohlubuje jejich strach, depresivní myšlení a ztráta vnitřních jistot a motivací, které mají přímý vliv na celkové, nejen psychické, zdraví jedince.” varuje Petr Fabián, ředitel Terapeutické linky Sluchátko.

Podle [dat ČSÚ](#) pocítuje 75% seniorů dlouhodobou nemoc nebo zdravotní problém, velmi často psychického rázu. Zároveň je téměř 900 tisíc seniorů z 2,1 milionů starobních důchodců v ČR přímo ohroženo chudobou (studie organizace [Neviditelní](#) ve spolupráci s [Centrem ekonomických a tržních analýz](#) (CETA). Senioři často z důvodu nedostatku informací či ostychu nevyužijí možnosti pomoci ať už v podobě příspěvků či doplatků na bydlení, mimořádné okamžité pomoci, potravinových bank nebo bezplatné psychické pomoci.

“Terapeutická linka Sluchátko představuje pro seniory velmi snadno dostupnou pomoc. Na čísle 212 812 540 poskytuje psychickou pomoc v podobě čtyř 50 minutových telefonátů s psychoterapeutem zdarma. Klient platí pouze tarif svému operátorovi nebo požádá terapeuta, aby mu zavolal zpět. Další terapeutické hovory si může klient domluvit se “svým” terapeutem. Po čtvrt roce si pak mohou zavolat znova.” vysvětluje Kateřina Novotná, předsedkyně správní rady TLS.

Kontakty:

Petr Fabián, ředitel Terapeutické linky Sluchátko z.ú., 608 230 246, reditel@linkasluchatko.cz

Tereza Škárková, PR a marketing, 774 607 730, skarkova@linkasluchatko.cz

Webové stránky: www.linkasluchatko.cz

Instagram: [@linkasluchatko](https://www.instagram.com/linkasluchatko)

Facebook: [Terapeutická linka Sluchátko z.ú.](https://www.facebook.com/Terapeutická-linka-Sluchátko-z-ú)