

TERAPEUTICKÁ LINKA SLUCHÁTKO

VÝROČNÍ ZPRÁVA 2021



OBSAH

<u>ÚVODNÍ SLOVO ŘEDITELE</u>	3
<u>ÚDAJE O SPOLEČNOSTI</u>	4
<u>O NÁS</u>	5
<u>PILÍŘE A VIZE</u>	6
<u>PROČ JSME POTŘEBA</u>	7-8
<u>PROJEKTY A AKTIVITY 2021</u>	9-13
<u>TÉMATA NA LINCE</u>	14-17
<u>UKÁZKY Z MÉDIÍ</u>	18-21
<u>FOTOGALERIE</u>	22-23
<u>FINANČNÍ ZPRÁVA</u>	24-25
<u>PODĚKOVÁNÍ</u>	26



ÚVODNÍ SLOVO ŘEDITELE

Vážení,

máme za sebou dlouhý rok, který byl poznamenán mnohými změnami v našich životech i ve společnosti. V průběhu roku jsme zažili mnoho různých změn, výzev i očekávání. Na pozadí nadcházejících společenských změn vznikla už v říjnu Terapeutická linka Sluchátko, z.ú.

Terapeutická linka Sluchátko má již za sebou více než rok fungování. Na počátku jejího vzniku byla pandemická vlna nemoci SARS - CoV - 2, označované jako Covid - 19. Tento virus nás vyrušil z rostoucího blahobytu, hledali jsme různá řešení pro zvládnutí nové situace. V rámci řešení jsme v některých situacích chránili ohrožené skupiny obyvatel a tím je i izolovali.

Na pozadí této izolace, která postupně zasáhla celou společnost, vzniká Terapeutická linka Sluchátko, z.ú. Její vznik byl rovněž motivován osobní zkušeností zakladatelů s linkou Anténa.

Dnes s dvouletou zkušeností s onemocněním COVID -19 se ukazuje prozíravost zakladatelů a důležitost této zatím ojedinělé služby v Česku. Současné studie zaměřené na osobní spokojenost obyvatelstva upozorňují, že duševní pohoda a uspořádané vztahy jsou důležitější než míra příjmů a kupní síla. Snadno dostupná psychoterapie je důležitým prvkem rozvoje jedinců i společnosti a možnou cestou k osobní spokojenosti obyvatel.

Terapeutická linka Sluchátko, z.ú. tak vlastně ve své originalitě, nízkoprahovosti a dostupnosti předběhla svou dobu. V rámci předložené výroční zprávy Vám přeji zajímavé a inspirující seznámení s tímto jedinečným projektem v naší zemi.

- Mgr. Petr Fabián, PhD.

ÚDAJE O SPOLEČNOSTI

Terapeutická linka Sluchátko z.ú.
zapsaná u Městského soudu v Praze, U 908
IČ: 9497595

Sídlo: Jičínská 226/17, 130 00 Praha 3 - Žižkov
Bankovní spojení: 39497595/2010

Webové stránky: www.linkasluchatko.cz

Sociální sítě:

- <https://www.facebook.com/Terapeutick%C3%A1-linka-Sluch%C3%A1tko-z%C3%BA-111259560740955> tímto: „FB“
- <https://www.instagram.com/linkasluchatko/> tímto "IG"

Kontakty:

e-mail info@linkasluchatko.cz
e-mail terapeutickalinka@gmail.com

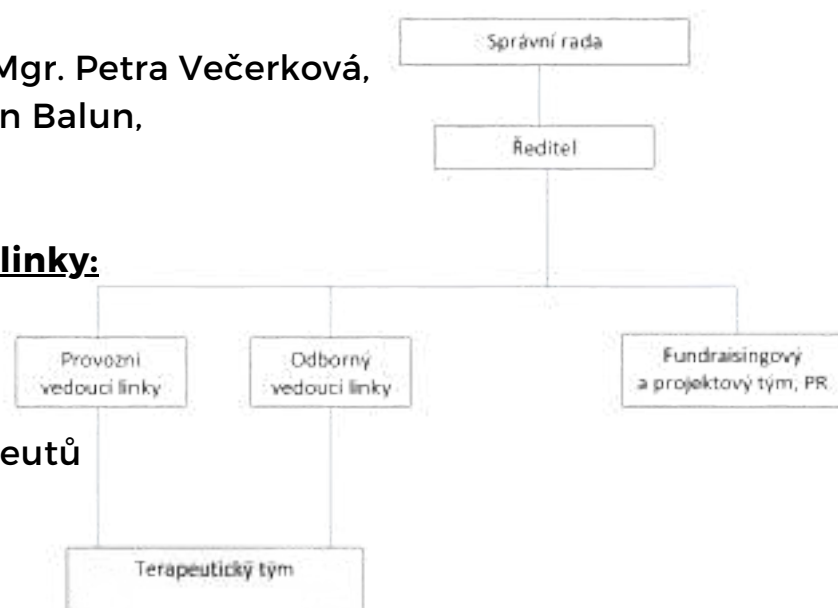
Ředitel: Mgr. Petr Fabián, PhD.

Správní rada: Ing. Kateřina Novotná, Mgr. Petra Večerková,
Mgr. Ing. Pavlína Strnadová

Zakladatelé: Ing. Kateřina Novotná, Mgr. Petra Večerková,
Mgr. Ing. Pavlína Strnadová, Ing. Milan Balun,
Marie Malinová, Mgr. Jan Pechar

Počet zaměstnanců a dobrovolníků linky:

- 7 členů projektového týmu
- 20 terapeutů
- 6 supervizorů
- 60 dalších spolupracujících terapeutů





O NÁS

Terapeutická linka Sluchátko, z.ú. je organizace nabízející profesionální psychoterapii po telefonu zdarma. Poskytujeme zcela unikátní a ojedinělou službu založenou na dostupnosti, nízkoprahovosti a přístupnosti všem napříč republikou. Nejsme krizovou linkou, ale linkou nabízející navazující psychoterapeutická sezení s jedním terapeutem po telefonu.

Terapeutická linka Sluchátko navazuje na činnost linky Anténa, která fungovala na jaře 2020 v první vlně koronavirové pandemie. Jejím cílem bylo nabídnout terapii všem, kdo byli vystaveni těžkým situacím kvůli snadno se šířícímu virovému onemocnění. Projekt Anténa byl realizován Českou asociací pro psychoterapii (czap.cz) a bylo do něj zapojeno více jak 200 psychoterapeutů. Anténa skončila po 49 odpracovaných dnech, kdy se uskutečnilo přes 800 terapeutických hovorů. Poptávka po dostupné psychoterapeutické péči však zůstala. Proto se 6 terapeutů z jarní linky rozhodlo vytvořit tým a založit Terapeutickou linku Sluchátko.

Vaše cesta k psychoterapii a spokojenějšímu životu

PILÍŘE A VIZE



**ODBORNÁ
POMOC
LIDEM**



**AKTIVNÍ
NASLOUCHÁNÍ**



**KOMPETENTNOST
TERAPEUTŮ
A TÝMU**



**KVALITA
A UDRŽITELNOST**



JAK FUNGUJEME

Po vytočení čísla 212 812 540 v provozní době linky klienta automaticky spojíme s jedním z psychoterapeutů. Ten se klientovi bude až 50 minut věnovat. Klient zůstává v anonymitě. Terapeut se přizpůsobí klientovi, jeho situaci a tomu, co potřebuje řešit. Pokud bude mít klient zájem, může se s terapeutem domluvit na dalším hovoru a rezervovat si termín své distanční psychoterapie. Ty může na lince uskutečnit až tři, senioři pak čtyři a lidé zasažení mimořádnými událostmi až šest.

Momentálně na lince pracuje přes 20 psychoterapeutů (většinu provozní doby je přítomen jeden psychoterapeut a jeden dobrovolník (neplacený psychoterapeut)), kteří prošli akreditovaným psychoterapeutickým výcvikem a splňují kvalifikační kritéria členství v ČAP a dalších profesních organizacích.

I mimo provozní dobu linky je k dispozici psychoterapeut, který se věnuje klientům v rámci tzv. zpětného volání. Tím jsou ošetřena volání přicházející na linku mimo její provozní dobu a také žádosti klientů podané pomocí kontaktního formuláře na webových stránkách. Psychoterapeutická konzultace pak probíhá v čase, který vyhovuje klientovi. Zároveň je terapeutům k dispozici 6 supervizorů, kteří jim poskytují neustálou podporu.

Kvalita poskytované péče je pravidelně monitorována a evaluována vedoucím linky, který odpovídá nejen za vzdělání a kvalifikaci jednotlivých pracovníků, ale také za dodržování metodických postupů. Práci dobrovolníků, nezbytnou kapacitu v daném čase a technickou podporu při práci s call centrem zajišťuje koordinátor. Ten kontroluje, zdali je v daný čas ve službě dostatek terapeutů a v případě potřeby bez prodlení zajišťuje navýšení kapacit linky.

Poslání: *Telefonická psychoterapeutická podpora*

PROČ JSME POTŘEBA

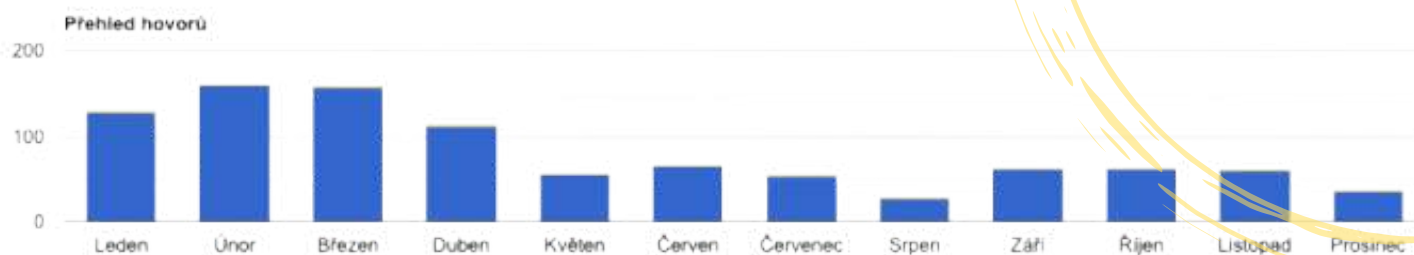
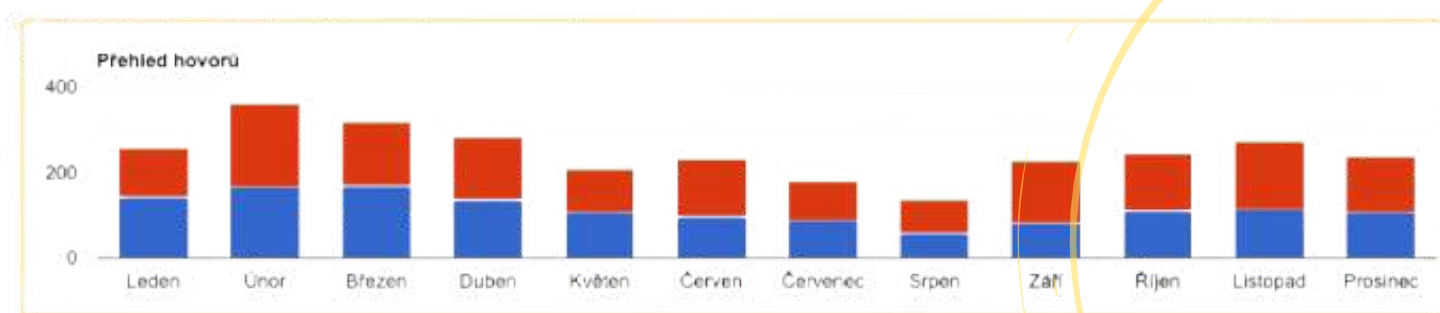
Pandemie ukázala, jak moc je potřeba mít k dispozici dostupnou terapii. Prokázala také, že je možné nabízet kvalitní službu i bez osobního kontaktu v pracovně terapeuta, že terapie po telefonu je funkčním způsobem terapeutické práce. Výhodami setkávání po telefonu je možnost zůstat v anonymitě, v bezpečí a v prostoru, který klient zná a který si sám vybere. Aktuálně je linka k dispozici v průměru 50 hodin týdně. A plánujeme provoz minimálně v tomto rozsahu i v dalších letech. Očekáváme, že koronavirová krize bude mít ve střednědobém horizontu přetrvávající vliv nejen na psychické zdraví našich obyvatel, ale i na komunikaci a vztahy v rodině.

Terapeutická linka Sluchátko je unikátním řešením těchto problémů. Snažíme se terapii detabuizovat a svou nízkoprahovostí ji učinit dostupnou všem. Ti, kteří se stydí nebo si nejsou jistí vyhledáním pomoci, u nás najdou velkou míru anonymity. Ti, kteří o terapii mnoho nevědí a nevěří v její přínosy, si na Sluchátku mohou terapii zdarma vyzkoušet a najít směr, který jim nejvíce vyhovuje. A těm, kteří ve svém okolí psychoterapeuta nenajdou, se po telefonu otevře cesta do světa terapie nejen na lince, ale i ve formě doporučení navazující terapie, pokud o ní klient projeví zájem.

PROJEKTY A AKTIVITY V 2021

Linka je určena všem, které něco trápí na duši. Naším cílem je pomoci klientům s tím, co je trápí, poskytnout jim informace, jak může být psychoterapie užitečná a pomoci zlepšit kvalitu jejich života.

REALIZACE A ZÁKLADNÍ STABILIZACE SLUŽBY A JEJÍ ZVEŘEJŇOVÁNÍ SE VE VEŘEJNÉM PROSTORU





PROJEKTY A AKTIVITY V 2021

ROZHOVORY

EVIDOVANÉ ROZHOVORY CELKEM:

leden 97, únor 130, březen 134, duben 111, květen 86, červen 82, červenec 62, srpen 57, září 54, říjen 74, listopad 95, prosinec 92

PRVOVOLAJÍCÍ ROZHOVORY:

leden 24, únor 34, březen 41, duben 32, květen 25, červen 24, červenec 17, srpen 22, září 21, říjen 31, listopad 28, prosinec 30

V období posledních 12 měsíců zodpověděli psychoterapeuti na lince přes 1130 hovorů. Důležitým ukazatelem je počet zcela nových, prvovolajících klientů, které se podařilo zachytit pro poskytování potřebné psychické podpory - pohybuje se kolem 30ti měsíčně. Předpokládáme, že toto číslo v následujícím roce poroste. Potvrzuje to i fakt, že povědomí o lince mezi odborníky i veřejností se stále zvyšuje.

Celkový počet hodin, které naši psychoterapeuti strávili telefonickými konzultacemi s klienty za poslední rok, je 554. V následujícím období předpokládáme nárůst i u toho ukazatele.

PROJEKTY



NADACE
KRÁSA POMOCI

TLS ve spolupráci s NKP realizovala během podzimního nouzového stavu 2020 celorepublikovou kampaň, ve které oslovila s nabídkou psychické podpory seniory a pečující v zařízeních. S možností bezplatné distanční psychické podpory jsme v této kampani cíleně oslovili přes 210 státních i soukromých institucí sdružujících a pečujících o seniory.



Zdravotníkům, kteří se nacházejí pod velkým náparem, zprostředkováváme i psychickou pomoc. Ve spolupráci s portálem Energii lékařům nabízíme psychoterapeutickou pomoc zdarma.



Aktivně jsme spolupracovali s koordinačními týmy a krizovými interventy a poskytovali terapeutickou pomoc obětem tornáda.

SPOLUPRÁCE

ČESKÁ ASOCIACE PRO PSYCHOTERAPII

TLS vznikla v návaznosti na činnost linky Anténa, kterou na dobu karantény na jaře 2020 zřídila ČAP. TLS je organizačním členem České asociace pro psychoterapii. Nezanedbatelná část psychoterapeutů TLS je rovněž individuálními členy ČAP. Klienty, kteří projeví zájem o navazující terapii, doporučujeme přednostně do prezenčních praxí členům ČAP. S organizací spolupracujeme na poli PR a komunikace - podporujeme a účastníme se osvětových kampaní o destigmatizaci psychoterapie v ČR a její dostupnosti (#dostupnaterapie).

ČESKÁ ASOCIACE PRACOVNÍKŮ LINEK DŮVĚRY

Služba TLS je od počátku svého působení v organizacích sdružených v ČAPLD zařazena mezi organizace navazující na práci krizových linek. Dlouhodobě se na linku obrací klienti právě na doporučení z krizové linky.

PEČUJ DOMA

TLS navázala s platformou Pečuj doma oboustrannou spolupráci v podobě doporučování služby klientům se specifickou potřebou psychické podpory respektive poradenství v oblasti neformálního pečovatelsví již od samého začátku svého působení.

OBLASTNÍ CHARITA BLANSKO

OCH Blansko byla ve spolupráci s IZS v létě 2021 ustanovena jedním z pilířů psychické podpory obyvatelstvu stíženému tornádem po odchodu IZS z místa. S OCH Blansko spolupracujeme v poskytování distanční psychické podpory klientům, kteří projeví zájem o terapeutickou péči a nemohou v současné situaci dojíždět do terapie prezenční.

SPIRÁLA ÚSTECKÝ KRAJ, Z. S.

Po živelní katastrofě na jaře 2021 jsme ve spolupráci s terénním krizovým týmem Ústecké SPIRÁLY distribuovali leták s nabídkou služby TLS občanům nejodříznutějších části oblasti v obcích Lobendava, Dolní Poustevna a dalšími.



ADRA, LETOKRUH A DALŠÍ

Patří mezi organizace, se kterými kontinuálně spolupracujeme na cíleném oslovování specifických skupin obyvatelstva, pro které může z různých důvodů být prezenční forma terapie nedostupná.



KARLÍNSKÝ DEN PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Celé září, jakožto měsíce pro duševní zdraví, probíhaly pod záštitou Národního ústavu pro duševní zdraví osvětové Týdny pro duševní zdraví. Jedním bodem na nabídném programu byl i pátek 10. 9. 2021, kdy proběhl Karlínský den pro duševní zdraví. Jako pozvaná organizace jsme dostali k dispozici stánek. Měli jsme možnost završit celý den přednáškou na téma: "Terapeutická linka Sluchátko: Hledání vlastních cest a naplnění života", kterou si připravil Mgr. Petr Fabián PhD., ředitel Sluchátka.



BIENO

V rámci spolupráce na komunální úrovni v MČ Praze 10 přispěl 26. 10. 2021 ředitel Petr Fabián za Terapeutickou linka Sluchátko přednáškou na téma Místní zeleň a její vliv na fungování komunity na workshopu Terapie vnitroblokem.



TÉMATA NA LINCE

MLADÍ DOSPĚLÍ

STUDENTKA MEDICÍNY

Na Sluchátko volala studentka medicíny, která pracuje v domově pro seniory, kde hodně umírají lidé, a ona to nezvládá. Smrt je všude okolo ní a ona neví, jak má smrt přijímat, jak se s ní vyrovnat. Díky spolupráci s terapeutem na lince klientka došla k náhledu, že když na umírající nebude (stále) myslet, že to od ní není sobecké. Co se děje, je kruté, ale není sobecká, když na ně stále nebude myslet. Terapeutem byla podpořena v tom, že je potřeba, aby se o sebe maximálně starala, aby chodila ven během dne, když to nejde večer, protože, jak sama řekla - chození jí pomáhá.

LÉKÁRNICE PO COVIDU

Na Sluchátko volala mladá slečna (25 let), aktuálně po diagnóze COVID, necítí se stále úplně ve své kůži, pracuje jako lékárnice. Sama ví, že si nakládá na sebe hodně a je na sebe přísná, v současné době kvůli dozvukům nemoci se nedokáže dostat zpět do "výkonnostního módu". Necítí podporu rodiny ani přítele, kteří se ji snaží vyhecovat, aby byla aktivnější. Aby se nepoddávala a nebyla líná. Z toho je klientka mnohem více zničená. Terapeut klientku podpořil v tom, aby si toho nenakládala tolik, ale více poslouchala své tělo. Klientka se chce chovat laskavěji sama k sobě a každý den zkusí najít alespoň jeden moment, kdy se k sobě bude chovat hezky (navrhla, že si k jídlu objedná nějakou sladkost).

JANA NA HOME-OFFICE

Jana, mladá žena, strávila celou pandemii doma na home-office. Spousta z jejích kolegů už na doporučení šéfa odešla do kanceláře a na Janu na každé poradě tlačí, aby učinila stejně. Je hodně ve stresu z toho, že by se měla vrátit do kanceláře mezi lidi. Říká, že neví, jak by s lidmi měla komunikovat, že to už „zapomněla“. Doma si zvykla na to, že si mohla nastavit režim podle sebe tak, jak jí to vyhovovalo, a to by v kanceláři mít nemohla. S terapeutem probírají možnosti, jak udělat kompromis. Loučí se s tím, že Jana zkusí s šéfem domluvit, že by chodila do práce nejdřív jen 1x týdně a postupně by se to navyšovalo.

V HLAVĚ JENOM PIŠKOTY A PLÍNY

Na linku volá v době letních prázdnin mladá žena, která před koncem vysoké školy otěhotněla a narodil se jí syn. Žije s přítelem, který je všechny živí, takže už po něm nemůže žádat, aby ještě pomáhal s dítětem, a na ni je to všechno prostě příliš. Moc chce dodělat práva, jenže s miminem se nic nenaučí. I kdyby byl čas, je tak nesoustředěná, že jí v hlavě nic nezůstane.

„Mám v hlavě jenom piškoty a plíny,“ stěžuje si.

„Takže teď vás hodně zaměstnává synek a už se vám do hlavy nic jiného nevejde?“

„No ono by se vešlo, jenže to tam nezůstane,“ sděluje mi mladá maminka. „Jinak mám práva moc ráda, moc jsem se těšila, jak tu práci budu dělat, jakou budu mít nejdřív kariéru, a teď nebude nic. Hodně jsem se sebou bojovala, abych nešla na potrat, jenže to bych si celý život vyčítala, zabít nenarozené dítě, to fakt ne.“

„Takže jste malému umožnila přijít na svět, i když jste proto něco obětovala... dovolila jste mu žít.“

„Lukášek je úžasnej! A já myslím taky na sebe, aspoň sportuji, jezdím s kočárkem na kolečkových bruslích a on to má moc rád. A chodíme plavat.“

„Výborně. Takže dokážete o sebe pečovat, to se mi líbí. A jinak, nenašlo by se na celé situaci ještě něco, co by se dalo brát jako pozitivum, třeba nová dovednost?“

„A víte, že ano? Naučila jsem se trpělivosti. Před tím jsem byla taková sebestředná barbína, teď se ve mně něco změnilo, už si nežiju jen pro sebe. I když bych ten čas pro sebe přece ještě chtěla,“ povzdechne si Dáša.

„Vida, Lukášek vám nadělil trpělivost. To by se mohlo právníkovi docela dobře hodit?“

„Určitě, nemůžete na klienty tlačit, jsou často ve stresu a zmatku.“

„Takže mateřství vám dává větší zralost do práce i do života.“

„Určitě, chci být dobrá matka. Taky mě to naučilo líp pracovat s časem, kterého není nazbyt. Umím si ho lépe zorganizovat a už netrávím hodiny na Facebooku.“

„Jak vidím, vytěžila jste z toho, co se vám v životě stalo, docela dost. Můžete se za to ocenit?“

„To právě nemůžu. Pořád se na sebe zlobím, že jsem si vlastní blbostí zkazila život a už to nejde vrátit. Pořád na to myslím, pořád..“

„Hmm.. takže vedle piškotů a plen máte v mysli hodně výčitek?“

„Ano, přesně tak. Je jich tam vagón.“

„Když se tak hezky obviňujete, jak to jde dohromady s učením?“

„Právě že vůbec a pak se obviňuji ještě i za to.“

„Tak mám pocit, že jsme teď spolu něco objevily...“

.....Ticho.....

„Jooo...objevily. Že vlastně bojuju se sebou proti sobě.“

„Tak bych teď prosila pět bodů, za které se můžete ocenit.“

„Jooo, tak zaprvé, nechala jsem Lukáška narodit.dál...zadruhé, dochočila jsem ročník, i když mi bylo blbě...co ještě...zatřetí, dokážu se o dítě postarat, i když jsem se na to vůbec nepřipravila a nechtěla jsem to...už nevím...“

„A co takhle, že teď unesete sama sebe? Takovou jaká teď jste?“

„Vlastně to je taky pravda, to máme čtyři... poslední... možná, že to nevzdávám.“

„To mám radost, že to slyším. Dášo, jak se teď v tom povídání cítíte?“

„Líp, už mi to všechno nepřipadá tak ztracené a beznadějně.“

„To je dobře. Jak se má vaše tělo?“

„Mám lehčí hlavu a nebolí mě tolik krk.“

„Co víc si přát...“

„Víte, Jano, já jsem si to vlastně tím svým perfekcionismem dělala ještě těžší, než to bylo, a to se stupňovalo. Teď vím, že je třeba na to jít jinak.“

Domlouváme termín příštího hovoru, kdy se této problematice ještě budeme věnovat. Dáša končí hovor klidnější a spokojenější.

TÉMATÁ NA LINCĚ

STŘEDNÍ VĚK

KAMILA PO MRTVICÍCH

Na linku volala paní Kamila po opakovaných mrtvicích, popisovala velmi složitou rodinnou situaci, nikoho nemá, mluví pořád plačlivě. Pohádala se nyní s kamarádkou a ta jí nezvedá telefony. Má úzkost, obavy, velké zdravotní problémy, po poslední mrtvici je skoro nevidomá a nemůže psát, má špatnou citlivost v rukou. S terapeutkou mapovaly, proč přichází o všechny. Zjistily, že paní Kamila velmi těžko nastavuje hranice, neřekne druhým, co jí vadí, i když je to za hranou. Nyní by jí pomohlo, kdyby se mohla vzdělávat, číst si, ale nejde to. Terapeutka jí nabídla zjistit skautskou pomoc, která by jí mohla pomoci s nainstalováním hlasového vyhledávání na PC nebo mobilu. Hodně pookřála, když zjistila, že by se našla možnost. Velmi jí pomohlo, že si mohla o svých problémech promluvit, sdílet své trápení.

OSAMĚLÝ PETR

Petr zavolal, popsal, jak se cítí zdrcený, osamělý a zoufalý po odstěhování se manželky z jejich domu. Prošli jsme společně všechny důležité úkoly, které má vypsáno na svém seznamu. Petr sdělil, že má předjednáno navštěvovat skupinovou psychoterapii, pan doktor mu dá vědět začátkem prosince, zda bude mít ve skupině místo. Doporučení, pokusit se zjistit u svého psychiatra další možnosti psychoterapie pro případ, že by se v prosinci do předrezervované skupiny nedostal, v případě podobných obtíží kontaktovat krizovou linku a postupně dělat jednotlivé věci, které má vyjmenované na seznamu. Na konci našeho telefonátu byl pan Petr klidnější než na začátku. Po nějaké době volal Petr znovu. Má covid, vysoké teploty a cítí stále úzkost a beznaděj po odchodu manželky. Dcera s ním nemluví, naštěstí má pár dobrých kamarádů, na které se může obrátit. Manželka ho navštívila, přinesla nákup a léky. Petrovi jsem doporučila, aby se držel svého plánu a věnoval se sobě, v léčbě nemoci i poté. Petr sám na konci hovoru reflektoval, že se cítí klidnější a vyrovnanější se situací.

TÉMATA NA LINCE

SENIORŮ - KRÁTKÝ PŘEHLED TÉMAT

Paní v důchodovém věku by ráda slyšela svého syna, kterého 40 let neviděla. Zpřetrhané rodinné vztahy v důsledku majetkových sporů. Jen obtížně důvěřuje druhým, je vzhledem k životním zkušenostem podezřívavá.

Pán 73 let se chtěl poradit, kam umístit svého 47 letého syna se schizofrenií a invaliditou 3. stupně.

Paní 59 let, žije sama v bytě, invalidní důchodkyně. Zejména ráno se cítí smutně a osaměle, odpoledne a večer to bývá lepší. Posledních 10 dní nevyšla z bytu, nakupuje jí kamarádka. Touha po kontaktu a blízkosti, pocity neúspěchu a zklamání.

Paní 80 let, nemá žádné příbuzné (ani děti), těžce prožívá samotu. Nemá kamarádky, jediná možnost si důvěrně popovídat je s místním knězem.

Seniorka po pohřbu přítele. Je smutná a osamělá, ale současně nalézá kolem sebe lidi, kterým může důvěřovat a dokáže plánovat i budoucnost. Váží si svého času a chce ho prožít co nejlépe.

Pán 66 let má obavy o své zdraví, má strach, že ho opustí jeho o mnoho let mladší partnerka. Obává se také toho, že nezvládne péči o svou 86letou matku.

Důchodkyně, 63 let, okolí o ní tvrdí, že je blázen a odvrací se od ní, pomlouvají ji, paní to těžce nese, potřebuje si s někým povídat..

Paní popisuje, že jí včera zemřel přítel - kamarád, který jí svým způsobem pomáhal překonat smutek ze ztráty manžela asi před rokem a půl.

60letý senior žije ve společné domácnosti s 80letou matkou, která se mu snaží řídit život. Chtěl slyšet názor někoho jiného, než kamarádů v hospodě, "protože ti mu nerozumí".

Starší paní v důchodu, přečetla si o nás a volá, protože si neví rady se svou kamarádkou. Tato jí denně volá, volání téměř hodinové. Volá jí s kde čím, prý nikoho jiného nemá. Paní se jí snažila vždy vyslechnout a pomoci, nyní je z toho ale unavená, má také své starosti a ještě pečuje o nemocnou sestru. "Ráda bych jí nějak pomohla, ale nechci s ní mluvit denně, mám toho již dost. Také ale nevím, jak jí to říci."



UKÁZKY Z MÉDIÍ

TELEVIZNÍ POŘADY



UKÁZKY Z MÉDIÍ

RÁDIA

Plzeň **Pisničky pro vás** 12:04 – 13:00 PROGRAM AUDIOARCHIV KAMERY
PAVEL DOBEŠ - JUMBO JET

Životní styl Program Pořady Audioarchiv Playlisty Lidé Kamery O nás Jak nás naladíte Kontakt Více...

Konflikty v rodině, rozchody partnerů i odchody z domova. To nyní řeší terapeuti na telefonu

© 24. únor 2021 | Naš host

Pardubice **Pisničky od srdce** 12:04 – 13:00 PROGRAM AUDIOARCHIV KAMERY
JAROMÍR NOHAVICA - MILIONÁŘ

Zdraví Program Pořady Audioarchiv Playlisty Lidé Kamery O nás Jak nás naladíte Kontakt Více...

Zavolat si o pomoc není ostuda, ale odvaha. Pomůže linka Sluchátko

© 5. březen 2021 | Radioporadna

Liberec **Setkání u mikrofonu** 18:04 – 19:00 PROGRAM AUDIOARCHIV KAMERY

Zdraví Program Pořady Audioarchiv Playlisty Lidé Kamery O stanicích Kontakt Seriál Více...

Psychoterapii po telefonu poskytuje linka Sluchátko už víc než rok. Jakou pomoc tam lidé najdou?

© 6. listopad 2021 | Vybrali jsme pro vás

Radio Wave **On Air s Eliškou Soukupovou** 11:00 – 15:00 PROGRAM AUDIOARCHIV KAMERY

Zdraví Program Pořady Audioarchiv Společnost Hudba Kultura O nás Lidé Playlisty Projekty Více...

Pokud lidé odkládají vstup do terapie, možná na ni ještě nejsou připraveni, říká terapeut linky Sluchátko

© 15. leden 2021 | Diagnóza F

PODCAST
PIJAVICE

EPIZODA PODCASTU
#8 Psychoterapeut Petr Fabián ze Sluchátka: Říct si o pomoc je projevem síly
Pijavice

srpen 2021 - 30 min 44 s

UKÁZKY Z MÉDIÍ

WEBOVÉ STRÁNKY

VELKÁ HLEDŠEBE

Události v obci Naše obec Obecní úřad Praktické info Kontakty

Události v obci > Aktuality > Terapeutická linka Sluchátko

Terapeutická linka Sluchátko

Nabízející profesionální psychoterapii po telefonu zdarma.

Jak to začalo

Terapeutická linka Sluchátko navazuje na činnost linky Anténa, která fungovala na jaře 2020 v první vlně koronavirové pandemie. Jejím cílem bylo nabídnout terapii všem, kdo byli vystaveni těžkým situacím kvůli lehké se šířícímu virem, onemocnění. Projekt Anténa byl realizován Českou asociací pro psychoterapii (czapcz) a bylo do něj zapojeno více jak 200 psychoterapeutů. Ti ve svém volném

mase Pojizeři

INZERCE | KARIÉRA | KONTAKT

VYHLEDAT: OK

PRÁVY SPORT KRVI KULTURA ŠKOLSTVÍ SPOLEČNOST VOLNÝ ČAS NAZORY

Rubrika: **VLÁSTĚ ČAS** - Linka Sluchátko pomáhá řešit duševní obtíže

Linka Sluchátko pomáhá řešit duševní obtíže

08.12.2021 11:44:14 | Autor: [Karel Janda](#) | [Všechny články](#) | [Rubrika: VLÁSTĚ ČAS](#) | [Obor: Úroveň: 1/3/2021](#)

V době pandemie v roce 2020 došlo v porovnání s rokem 2017 k trojnásobnému nárůstu deprezí a sebevražd. Kapacita psychoterapeutických služeb v současné době zdaleka nestačuje. Terapeutická linka Sluchátko, z. s., přichází s unikátním řešením, snaží se terapii detabulizovat a svou nízkoprahovostí učinit dostupnou všem.

HLÉDÁ NÁJEMCE RESTAURACE

Terapeutická linka Sluchátko, z. s., poskytuje unikátní službu bezplatné psychoterapie po telefonu zatečnou na dostupnosti a nízkoprahovosti. Linka navazuje na činnost linky Anténa (realizované Českou asociací pro psychoterapii), která fungovala na jaře 2020 v první vlně koronavirové pandemie. Projekt tvoří sedm členů projektového týmu, 30 psychoterapeutů sloužících na lince (absolventi či frekvenci) a několik desítek psychoterapeutických výcviků a sedm supervizorů. Cely projekt je realizován převážně dobrovolně.

HRANICE

Vítejte v nejzápadnějších koutcích Čieka

MĚSTO ÚŘAD ORGANIZACE AKTUALITY A FOTO TURISTIKA KONTAKTY MĚSTSKÁ KNIHOVNA

Home > Covid 19 info > Terapeutická linka Sluchátko nabízí...

Terapeutická linka Sluchátko nabízí pomoc za běžné tel. poplatky

Typ: **osobní**

Posláním Sluchátka je nabízet odbornou dostupnou bezplatnou telefonní psychoterapeutickou pomoc. Jsme k dispozici všem, kdo v dnešní době pocítí psychickou nepohodu nebo potřebují terapii, která jim tak vaší dostupná.

Mohou to být i apoluštěbní z Váš obce - rodiče s dětmi na distanční výuce, seniři zavření doma nebo v domovech pro seniory, naši kolegové v pomáhajících profesích, zdravotníci, pracovníci sociálních služeb, pedagogové nebo i přetlčení zaměstnanci státních služeb.

Rádi bychom proto touto cestou nabídli služby terapeutické linky Vaším spoluobčanům. Nejsme krizová linka, jsme linka do psychoterapie. Naším klientům poskytujeme úř až 30 minutové rozhovory zdarma (klient platí pouze poplatek svému telefonnímu operátorovi). Klient zůstává v **anonymitě** a odborník na lince mu může pomoci i s výběrem vhodné navazující terapie.

Bližší informace o službách Terapeutické linky Sluchátko najdete také na našich webových stránkách www.terapeuticalinka.cz nebo na FB Sluchátko < <https://www.instagram.com/terapeuticalinka/>.

SOCIÁLNÍ SLUŽBY MĚSTA PLZNE

Martinská 2, 306 33 Plzeň
Telefon: +420 378 053 351
Email: pomahajicplzen@plzen.cz

Aktuality Katalog služeb Dotace SOS Zajistíme, poradíme Pro rodiny Fotogalerie Kontakty

Úvod > Aktuality > Terapeutická linka Sluchátko

TERAPEUTICKÁ LINKA SLUCHÁTKO

Sluchátko poskytuje zdarma a anonymně psychoterapeutickou péči na čísle 212 812 540 všem, kdo potřebují pomoc a podporu v náročném životním období. Nabízíme Vám bezplatnou telefonní odbornou psychoterapeutickou pomoc pro seniory, pracovníky, terénní pracovníky a dobrovolníky domovů pro seniory.

Po vytvoření čísla 212 512 840 v provozní době linky bude volající automaticky přepojen na psychoterapeuta, který s ním bude hovořit dle potřeby až 50 minut. V případě zájmu lze využít terapeutickou pomoc opakovaně se stejným terapeutem v domluveném čase. Klienti platí pouze běžné poplatky svému telefonnímu operátorovi.

Archiv aktualit 2020
Archiv aktualit 2019
Archiv aktualit 2018
Archiv aktualit 2017
Archiv aktualit 2016
Archiv aktualit 2015
Archiv aktualit 2014
Archiv aktualit 2013
Archiv aktualit 2012
Archiv aktualit 2011
Archiv aktualit 2010

inspirente

INSPIRANTE ČLÁNKY REDAKCE PORADNY MOŽNOSTI INZERCE REVENIUM

ZAVOLEJTE LINKU SLUCHÁTKO! POMŮŽE

Aktuální témata

- KLAMY REKLAMY #PERPLEXVEMĚSTE
7. 9. 2022
- SLAVNÍ S HANDICÁPEM. PRVNÍ HLUCHOSLEPÉ DÍTĚ S JAZYKOVÝM VZDĚLÁNÍM
4. 9. 2022
- KLID V DUŠI MÁ NEVYČÍSLETNĚNOU HODNOTU
4. 9. 2022

UKÁZKY Z MÉDIÍ

WEBOVÉ STRÁNKY

NEJDEK AKTUÁLNĚ MĚSTO ÚŘÁD AKTIVITY ZAJÍMAVOSTI KONTAKT

Aktuálně
Aktuality
Koronavírus
Návštěvnost

AKTUÁLNĚ > Aktuálně > SLUCHÁTKO – nová terapeutická služba...

SLUCHÁTKO – nová terapeutická služba pomoci lidem, která vyplňuje prostor mezi krizovými linkami a obtížně terapeutickou péčí.

Jsme Sluchátko, tým profesionálních terapeutů připravených Vám zdarma a okamžitě naslouchat. Máme dlouholeté zkušenosti s pomáháním od všech lidských trápení.

ALBRECHTICE
Vítáme vás na oficiálních stránkách obce

Home | Obec Albrechtice | Obecní úřad | Informační tabule | Organizace a sdružení | VZMR | Kontakty | Ostatní

Sluchátko - psychoterapie na drátě

Obec Albrechtice
Obecní úřad
730 02 Albrechtice

+420 316 433 448
+420 316 433 435

sluchalko@obecalbrechtice.cz
www.sluchalko.cz
Facebook - Sluchátko Albrechtice
Sluchátko - psychoterapie na drátě

ÚŘEDNÍ HODY
Prázdno: 08:00-12:00; 13:00-17:00
Svítek: 08:00-12:00; 12:00-17:00

Obec mladá Albrechtice
Tel: 725 220 881
E-mail: mlada@albrechtice.cz
mapa: PČR: 308 433 187 nebo telefonicky 158

Albrechtické listy

LÁZNĚ LIBVERDA
SPOLKA NĚSTÁRNÍKŮ OBČÍ

OBČAN OBEC VOLNÝ ČAS

Vyhledat

Úvodní strana > Aktuální děje

Terapeutická linka Sluchátko

Každý má někdy problém, který mu připadá nepochopitelný. Pandemie Covid-19 z sebou přinesla řadu dalších životních situací, konkrétně úzkost, úzkost a problémy může přivést i obyčejný život. Partnerství a péče, problémy s dětmi, rodiči, v práci. Až vás nějaká okolost přepadne a narušíte už vůbec kudy kam, zavolejte na terapeutickou linku Sluchátko. Profesionální tým terapeutů vám poskytne okamžitou pomoc a naslouchá ve příslušné dří, aby vám šlo být zase jednodušší.

Někdy se zvedat si o pomoc. Je poskytována zdarma, takže jen poskytnutí telefonu svého operátora. Nezáleží na, řídí se o pomoc je první a nejdůležitější krok k řešení vašich problémů!

<http://www.sluchalko.cz>
mlada@albrechtice.cz
www.sluchalko.cz

Vytvořeno 5.8.2021 8:22:36

ZLUTICE
město plné historie

Úvod | Události a akce | Správa města | Rozvoj města | O městě | Praktické informace | Kontakty

Články > Psychoterapie po telefonu

Psychoterapie po telefonu

25.03.2021

Sluchátko
TERAPEUTICKÁ LINKA

Psychoterapie po telefonu zdarma pro všechny, kteří ji potřebují

Mluvsi lidé se dříve dožadují do situace, kdy mají potřebu psychologické pomoci. Mělnická volba kam si pro pomoc zavít, je však mnohdy omezená a psychoterapie se stává nedostupnou i pro ty, kdo jsou na její poskytnutí lépe vybaveni.

Události a akce

11. leden 2022
Výstava - Silví Eberhard

13. únor 2022
Koncert trubců

19. únor 2022
Veselé pouť - představení pro děti

28. únor 2022

VYHLEDÁVÁNÍ > Sluchátko, terapeutická linka > Sluchátko a Sluchátko - Terapeutická linka

Terapeutická linka Sluchátko
JČ0904 22071, Praha 10 - Žitná
Terapeutická linka Sluchátko, se sídlem Jč0904 22071, 130 00, Praha-Žitná, v okrese Praha 10 a v kraji Praha - město, zapísaná v státním rejstříku pod ídlem: U 908, Městský soud v Praze. Právní forma Ústava. Založeno v roce 2020. Více informací naleznete na našich webových stránkách. Získejte...

Občanská poradna Tenlice
Nášim občanem je nabídkou pomoci a poradenství občanům v obtížných životních situacích. Mezi činné skupiny poradny patří zejména osoby se zdravotním postižením a osoby v krizi.

DĚTSKÉ KRIZOVÉ CENTRUM, o.s.
V zájmu 1355, Praha 8 - Město
Nabízíme odbornou pomoc i psychologickým, zranitelným i zanedbávaným dětem v ČR. Poskytujeme služby a internetové poradenství.

Sdružení Linka bezpečí
Ústava 55, Praha 8 - Bohnice
Zabýváme se poskytováním pomoci všem dětem a mladým lidem z celé České republiky a těm kteří se ocitnou v obtížných životních situacích. Pomáháme při každodenních starostech a problémech, poskytováme telefonickou krizovou pomoc a poradenství dětem, mladým lidem i jejich rodičům.

Firmy v dalších lokalitách

- Sčední Čechy • Benešov Beroun Kladno Kolín Kutná Hora Mělník Mladá Boleslav Nymburk Praha - východ Praha - západ Příbram Rakovník
- Praha - město • Praha 1 Praha 2 Praha 3 Praha 4 Praha 5 Praha 6 Praha 7 Praha 8 Praha 9 Praha 10 Praha 11 Praha 12 Praha 13 Praha 14 Praha 15 Praha 16 Praha 17 Praha 18 Praha 19 Praha 20 Praha 21 Praha 22 Praha 23 Praha 24 Praha 25 Praha 26 Praha 27 Praha 28 Praha 29 Praha 30 Praha 31 Praha 32 Praha 33 Praha 34 Praha 35 Praha 36 Praha 37 Praha 38 Praha 39 Praha 40 Praha 41 Praha 42 Praha 43 Praha 44 Praha 45 Praha 46 Praha 47 Praha 48 Praha 49 Praha 50 Praha 51 Praha 52 Praha 53 Praha 54 Praha 55 Praha 56 Praha 57 Praha 58 Praha 59 Praha 60 Praha 61 Praha 62 Praha 63 Praha 64 Praha 65 Praha 66 Praha 67 Praha 68 Praha 69 Praha 70 Praha 71 Praha 72 Praha 73 Praha 74 Praha 75 Praha 76 Praha 77 Praha 78 Praha 79 Praha 80 Praha 81 Praha 82 Praha 83 Praha 84 Praha 85 Praha 86 Praha 87 Praha 88 Praha 89 Praha 90 Praha 91 Praha 92 Praha 93 Praha 94 Praha 95 Praha 96 Praha 97 Praha 98 Praha 99 Praha 100



FOTOGALERIE



FOTOGALERIE





FINANČNÍ ZPRÁVA

ROZVAHA

Zpracované v souladu s vyhláškou
č. 504/2002
Sb. ve znění pozdějších předpisů

ROZVAHA
ve zkráceném rozsahu
ke dni **31.12.2021**
(v Kč přesně)

Obchodní firma nebo jiný
název účetní jednotky

**Terapeutická linka Sluchátko,
z.ú.**

Sídlo, bydliště nebo místo
podnikání účetní jednotky

Jičínská 226/17

Praha

13000

IČO
09497595

Označení	Název	Číslo řádku	Stav k prvnímu dni účetního období	Stav k poslednímu dni účetního období
A B.	Krátkodobý majetek celkem	6	0,00	457 659,69
A B.II.	Pohledávky celkem	8	0,00	36 273,40
A B.III.	Krátkodobý finanční majetek celkem	9	0,00	421 386,29
A	AKTIVA CELKEM	11	0,00	457 659,69

Označení	Název	Číslo řádku	Stav k prvnímu dni účetního období	Stav k poslednímu dni účetního období
P A.	Vlastní zdroje celkem	13	0,00	179 329,69
P A.I.	Jmění celkem	14	0,00	30 000,00
P A.II.	Výsledek hospodaření celkem	15	0,00	149 329,69
P B.	Cizí zdroje celkem	16	0,00	278 330,00
P B.III.	Krátkodobé závazky celkem	19	0,00	78 330,00
P B.IV.	Jiná pasiva celkem	20	0,00	200 000,00
P	PASIVA CELKEM	21	0,00	457 659,69

Právní forma účetní jednotky	
Předmět podnikání nebo jiné činnosti	

Okamžik sestavení	Podpisový záznam osoby odpovědné za sestavení účetní uzávěrky	Podpisový záznam statutárního orgánu nebo fyzické osoby, která je účetní jednotkou
23.03.22		
14:31		

FINANČNÍ ZPRÁVA

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY

Zpracované v souladu s vyhláškou
č. 504/2002
Sb. ve znění pozdějších předpisů

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY
ve zkráceném rozsahu
ke dni **31.12.2021**
(v Kč přesně)

Obchodní firma nebo jiný
název účetní jednotky
**Terapeutická linka Sluchátko,
z.ú.**

Sídlo, bydliště nebo místo
podnikání účetní jednotky
Jičínská 226/17

**Praha
13000**

IČO
09497595

Označení	Název	Číslo řádku	Hlavní činnost	Hospodářská činnost	Celkem
A.	Náklady	1	869 886,71	0,00	869 886,71
A.I.	Spotřebované nákupy a nakupované služby	2	607 372,71	0,00	607 372,71
A.III.	Osobní náklady	4	262 324,00	0,00	262 324,00
A.V.	Ostatní náklady	6	190,00	0,00	190,00
	Náklady celkem	10	869 886,71	0,00	869 886,71
B.	Výnosy	11	1 019 806,40	0,00	1 019 806,40
B.I.	Provozní dotace	12	386 273,40	0,00	386 273,40
B.II.	Přijaté příspěvky	13	633 533,00	0,00	633 533,00
	Výnosy celkem	17	1 019 806,40	0,00	1 019 806,40
C.	Výsledek hospodaření před zdaněním	18	149 919,69	0,00	149 919,69
D.	Výsledek hospodaření po zdanění	19	149 919,69	0,00	149 919,69

Právní forma účetní jednotky	
Předmět podnikání nebo jiné činnosti	

Okamžik sestavení	Podpisový záznam osoby odpovědné za sestavení účetní uzávěrky	Podpisový záznam statutárního orgánu nebo fyzické osoby, která je účetní jednotkou
23.03.22		
14:11		

PODĚKOVÁNÍ

Nadace krása Pomoci

Nadace Kooperativa

Moravskoslezský kraj

Liberecký kraj

Karlovarský kraj

Nadace Tesco

Znesnáze 21 a Nadační

fond pomoci

MHMP

Skupina Moneta Money

Bank

IPEX

Nadace ČEZ

DarkSide

Neologic

Eurowag

Intax

T-mobile

T-shock

Nadační fond Tesco

Terapeuti a supervizoři

Sluchátka

Drobní dárci a

podporovatelé

Spolupracující média

a obce

a dalším dárcům