

 *Sluchátko*
212 812 540
TERAPEUTICKÁ LINKA

VÝROČNÍ ZPRÁVA

2023

JSME VAŠÍ CESTOU K TERAPII

Každý z nás se může dostat do životní situace, kdy bude potřebovat pomoc a podporu. Někdy se obrátíme na rodinu či přátele. Jindy se ale naskytne problém, na který zůstaneme sami. Od toho tu jsme my. **Terapeutická linka Sluchátko.**

ÚVODNÍ SLOVO ŘEDITELKY

SLUCHÁTKO JE CESTA DO TERAPIE

Vážení přátelé Sluchátka,

je pro mě ctí být zde s vámi a sdílet naše úspěchy, výzvy a plány do budoucna. Když jsem v červenci přebírala vedení Sluchátka od tehdejšího ředitele Petra Fabiána, byla jsem plná odhodlání i nadále rozvíjet stabilní a kvalitní službu mezi pomáhajícími organizacemi a udělat maximum pro to, aby se psychoterapie stala v ČR dostupnější pro všechny, kteří ji potřebují.

“

Ohlédnu-li se zpět na minulý rok, jsem hrdá na to, čeho jsme společně dosáhli. Naše poslání, vyjádřené v mottu "Vaše cesta k terapii a spokojenějšímu životu", se stalo skutečností. Stali jsme se místem, kde lidé hledají pomoc, kde nalézají bezpečný přístav plný porozumění a podpory.

Koncem roku jsme byli svědky tragických událostí na FFUK, které nás utvrdily v tom, že péče o duševní zdraví je nezbytná pro každého z nás. Proto je dostupnost terapie nadále naší prioritou.

V rámci našeho úsilí o posílení dostupnosti a odstranění stigmat kolem psychoterapie jsme aktivně pracovali na prosazení změny zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb. Velkým úspěchem bylo setkání s panem ministrem práce a sociálních věcí Marianem Jurečkou v prosinci 2023, kdy jsme získali podporu pro zařazení služby "distanční psychosociální podpory" mezi základní činnosti poskytované sociálními službami.

Děkuji všem spolupracujícím, organizacím, jednotlivcům i příznivcům za vaši obětavost a nasazení. Bez práce celého našeho týmu a vaší podpory bychom takových výsledků nedosáhli.

 **Sluchátko**
212 812 540
TERAPEUTICKÁ LINKA



Mgr. Ing. Kateřina Novotná

Ředitelka Terapeutická linka Sluchátko, z.ú.



PŘEDSTAVENÍ SLUCHÁTKA

“Vaše cesta k terapii a spokojenějšímu životu.”

O NÁS

Terapeutická linka Sluchátko, z.ú. (TLS) je přímým následníkem dobrovolnického projektu Anténa, který realizovala Česká asociace pro psychoterapii v době první koronavirové vlny v roce 2020. Zkušenosti z tohoto období ukázaly, že i telefonickou formou je možné poskytovat účinnou psychoterapeutickou pomoc, což se doposavad mnohým jevilo jako neproveditelné. Navíc právě díky tomuto formátu se podpora duševního zdraví stala dostupnou i pro do té doby znevýhodněné skupiny obyvatel jako jsou senioři, neformálně pečující, pacienti hospicové a paliativní péče či osoby se zdravotním postižením.

Silné přesvědčení o významu a účinnosti tohoto projektu následně vedlo skupinu psychoterapeutů pracujících na Anténě k rozhodnutí nejen udržet tento model psychoterapeutické podpory po skončení iniciativy Anténa, ale také ho nadále rozvíjet a šířit myšlenku dostupné psychoterapeutické pomoci, protože říci si o pomoc je znakem síly. Dne 15. října 2020 tak byl formálně založen a zaregistrován ústav Terapeutická linka Sluchátko, z.ú., který od tohoto momentu nepřestává poskytovat své bezplatné psychoterapeutické služby napříč celou Českou republikou.

NAŠE POSLÁNÍ

Posláním Sluchátka je dát lidem příležitost, díky které se každému, kdo o to bude mít zájem, dostane kvalitní psychoterapeutické podpory a péče. Naším **cílem** je, aby všichni, kdo se potýkají s bariérami psychického, fyzického nebo existenčního rázu, měli možnost čerpat pro sebe účinnou psychoterapeutickou pomoc. Z příběhů našich klientů vyplývá, že je to reálné, pokud je jim nabídnut dostupný způsob.



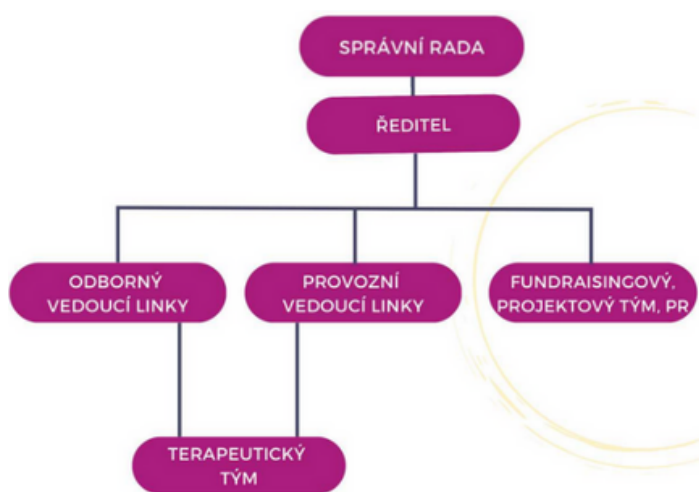
NÁŠ TÝM

Bez koho by to nešlo

Počty našich klientů se rok od roku zvyšují a my jsme vděční, že se stále rozšiřuje okruh těch, kterým jsme za dobu své existence dokázali pomoci a podpořili je v jejich náročných životních situacích. Je to možné jen **díky odhodlané a neúnavné práci celého týmu**, který za Sluchátkem stojí:

Správní rada	Ředitelka	Provozní vedoucí linky
Mgr. Petr Fabián, PhD. Mgr. et Mgr. Petra Večerková Mgr. Ing. Pavlína Strnadová	Mgr. Ing. Kateřina Novotná	Marie Malinová
Odborný vedoucí linky	Marketingový a PR koordinátor	
Mgr. Ing. Pavlína Strnadová	Tereza Škárková	
26 psychoterapeutů na lince	60 spolupracujících psychoterapeutů	4 supervizoři

Organizační struktura



PILÍŘE A VIZE

Abychom dokázali pomoci co nejširší cílové skupině, klademe důraz na to, aby bylo nastavení linky maximálně nízkoprahové a vstřícné. Jedině tak je totiž schopna odstranit bariéry, se kterými se lidé v každodenním životě setkávají. Ty bariéry, které jim běžně brání, aby si mohli dovolit nebo si dovolili “ten luxus” říct si o pomoc. Toho se chceme držet i do budoucna.

1

BEZPLATNOST

Hovor s psychoterapeutem stojí stejně jako běžné volání, službu terapeuta volající neplatí; v případě finanční nouze klientů realizujeme tzv. zpětné volání, tedy voláme na náš účet.

2

ANONYMITA

Vyjma telefonního čísla nevidujeme jiné osobní údaje od klientů a ani žádné další údaje nezjišťujeme; pracujeme jen s tím, co nám chtějí naši klienti sdělit.

3

DISTANČNOST

Psychoterapeutická práce probíhá výhradně po telefonu, klienti nemusí za péči nikam docházet; jediným omezením je dostupnost telefonního signálu.

4

JEDNODUCHOST

Není třeba složitě stahovat žádnou mobilní aplikaci, stačí pouze vytočit telefonní číslo linky 212 812 540.

5

DOSTUPNOST

Linka je v provozu každý všední den a spojení s psychoterapeutem je okamžité, bez objednacích lhůt a čekání.

6

DOVOLATELNOST

Monitorujeme vytíženost linky a v případě potřeby pružně navyšujeme její kapacitu. Čísla, která se nedovolala, kontaktujeme pro klienta diskrétním způsobem zpět.

7

PROFESIONALITA

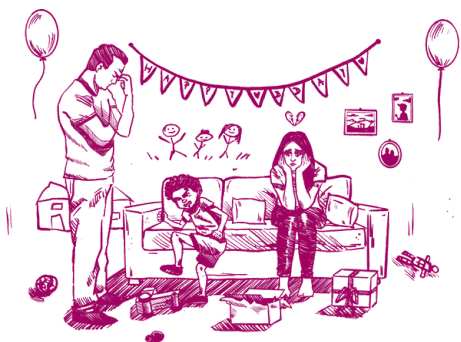
Zakládáme si na profesionalitě a kvalitě psychoterapeutických služeb, proto všichni naši psychoterapeuti splňují přísně nastavená kritéria odbornosti.

8

KONTINUITA

Volající mají možnost si své následné hovory domlouvat přímo s konkrétním psychoterapeutem, takže při dalším setkání mohou navázat tam, kde naposledy skončili.

PROČ JSME POTŘEBA



“S nevlastním synem si vůbec nerozumím, jsem prostě neschopná. Přítel mne kvůli tomu určitě opustí. Kamarádka říká, ať si promluví s odborníkem, ALE...”

“Doma samé hádky a pak se mám v práci soustředit. Potřeboval bych to vše nějak skloubit dohromady a možná probrat s někým nezaujatým.”



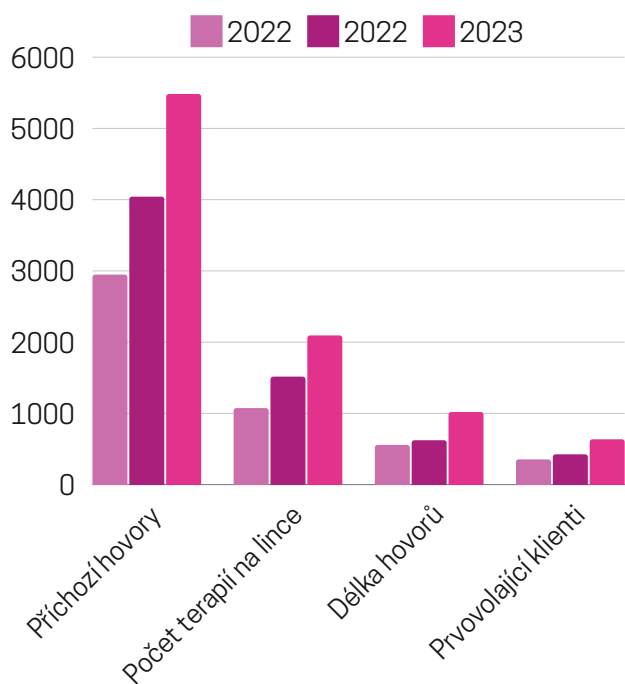
“Chápu, že se otec cítí sám. Ale co já? Taky někdy potřebuju čas pro sebe a syna. Den má jen 24 hodin. Zkusila bych se s někým poradit, ALE..”

BOURÁME BARIÉRY

Díky pilířům, na kterých Sluchátko stojí, otevírá dveře k **dostupné péči o duševní zdraví** i těm, pro které jsou jinak zavřené. Jsou to lidé, kteří se nachází v situaci, kdy by pomoc potřebovali a psychoterapie by jim dokázala ulevit, bohužel však naráží na svá **ALE**:

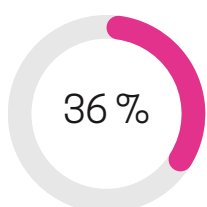


NAŠE POMOC V ČÍSLECH



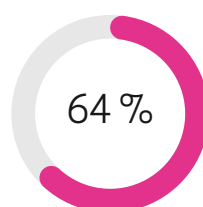
Jak rosteme

Počet klientů sluchátka každoročně roste. Za rok 2023 evidujeme **5483 příchozích hovorů**. Poskytli jsme **2094 terapií**. Klientům kteří nám volali **poprvé**, bylo **636**. Celková délka hovorů dosáhla **1019 hodin**.



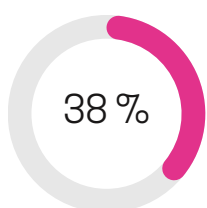
Příchozí hovory

Evidujeme téměř 36% **nárůst** oproti roku 2022.



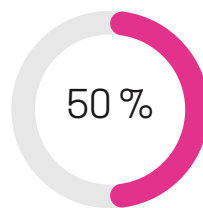
Délka hovorů

Celková délka hovorů **vzrostla** skoro o 64%.



Počet terapií

Počet poskytnutých terapií **vzrostl** o 38,1%.



Prvovolající klienti

Počet prvovolajících **vzrostl** skoro o 50%.

PROVOZNÍ STATISTIKY

Měsíc	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Celkem
Příchozí hovory	353	352	441	449	596	410	480	453	493	418	584	454	5483
Délka hovorů (hod)	86	73	98	82	123	82	54	60	80	104	106	71	1019
Počet terapií	156	139	191	172	239	172	139	142	168	209	207	160	2094
Prvovolající klienti	41	46	49	56	61	58	43	47	57	65	56	57	636



KOMU POMÁHÁME

Sluchátko je celorepubliková služba a je zde pro každého volajícího staršího 16 let, který potřebuje podpořit a pomoci. Žádné téma pro nás není tabu.



25 % mladí lidé



50 % lidé ve věku 40 až 60 let



25 % senioři

SENIOŘI

Pro každého a pro seniory obzvlášť může být obtížné si přiznat, že potřebují podporu a pomoc zvenčí. Využití takové služby je u nich často doprovázeno pocitem studu a obav z neznámého. Spolu s fyzickými omezeními to ze seniorů činí vysoce ohroženou skupinu. Psychickou podporu v procesu vyrovnávání se s ne vždy příjemnými aspekty stárnutí leckterí potřebují, avšak běžná prezenční forma péče o duševní zdraví pro ně často ze své podstaty není dostupná.

Díky formátu Sluchátka a jeho fungování to dokážeme, což dokládá i fakt, že čtvrtinu našich volajících tvoří právě senioři. Ti nám volají z pohodlí svého domova v čase, který vyhovuje jejich režimu. Volání si mohou finančně dovolit a nejsou vystaveni studu, kdyby měli žádat někoho blízkého o doprovod do ordinace.



NEFORMÁLNĚ PEČUJÍCÍ

Početná, avšak téměř neviditelná, to je skupina neformálně pečujících. Lidí, kteří se snaží pro své nejbližší - rodiče, zdravotně postižené děti/partnery - den za dnem zajistit co nejkvalitnější podmínky pro život. Podstupují fyzické, psychické i finanční vyčerpání pro blaho druhého. Jim samotným se však málokdy podpory dostane. Často si sami ani nepřipustí možnost, že ji potřebují. Oni jsou přece ti, kteří by se měli starat a ne obráceně.



Ve Sluchátku jsme přesvědčeni, že je třeba na jejich potřeby upozorňovat a podat jim pomocnou ruku.



KOMU POMÁHÁME



MLADÍ LIDÉ

Klienti z řad mladých dospělých u nás nejčastěji hledají pomoc se vztahy a vyrovnávání se s nároky vnějšího světa. Jsou to výchovou a péčí zúzkostněné maminky nebo vyčerpaní rodiče dětí s různými diagnózami, kteří nemají čas docházet kvůli péči na terapii. Jsou to klienti, kteří jsou zasaženi partnerskou krizí nebo se nacházejí v nefunkčních rodinách. V neposlední řadě jsou to studenti vysokých škol, kteří se potýkají s náročnými studii a svým uplatněním ve světě.

DOSPĚLÍ LIDÉ

Obracejí se na nás denně se svými vztahovými problémy s partnerem, dětmi, ale často i na pracovišti. Velká část z nich trpí úzkostmi, depresemi, poruchami spánku nebo různými somatickými potížemi. Volají i klienti, kteří jsou vyhořelí, aniž by si to mnohdy uvědomovali nebo lidé, kteří na pracovišti zažívají šikanu.



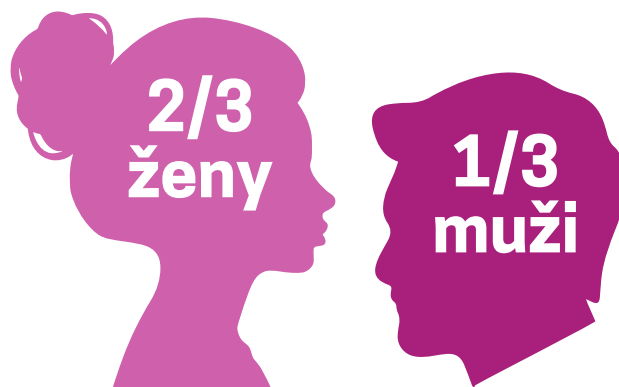
V roce 2023 se na nás obraceli především **senioři** a opomíjená skupina **neformálně pečujících**.

Nejčastěji se na nás obrací lidé s tématy:

úzkost, deprese, pocit vyhoření, osamělost, strach z nemoci/smrti, vyrovnání se s nepřízní osudu, sebevražedné myšlenky, problémy v rodině či ve vztahu, rozchody, hledání rady, jak pomoci svému dítěti/blízkému, strasti provázející náročnou péči o druhou osobu/seniora/hendikepované dítě a další.

V rámci naší činnosti se snažíme odhalovat ty skupiny, jež jsou dlouhodobě přehlížené, a aktivně je směřovat k vyhledání pomoci.

Kdo se na nás obrací:



PŘÍBĚHY Z LINKY

PŘÍBĚHY SENIORŮ

Olga

Olga je osamocená a potřebuje se hodně vyprávět. Dcera s manželem, u nichž bydlí, již přes rok opravují dům. Bývá tam tedy často hluk, který Olga nesnáší. Hovoří zdráhavě o velikém napětí, které jí to způsobuje. Zároveň však neví, jak o něm má mluvit s dcerou. Společně s terapeutem hledá řešení a východisko. Zamýšlí se nad možnostmi, jak alespoň v létě ve chvílích největšího hluku odejít ven nebo jinam do klidu. Současně spolu hledají způsob, jak nastolit rozhovor s mladými o nepohodlí, které jí stavba přináší.

Iva

Iva volá po tříměsíční pauze. Nepohodla se se svou ošetřující lékařkou z nemocnice a nechala se propustit na reverz, protože jí lékařka předepsala léky, ze kterých se Iva dělá špatně. I když se lékařce se svými problémy svěřila, ta to nechtěla respektovat. Z nepříjemného zážitku s paní doktorkou přechází Iva pod vedením psychoterapeutky Sluchátka ke zdrojům, co klientku těší a kde čerpá sílu. Maluje, má ráda černý humor a svého papouška Piškotka, který do rozhovoru švitořil. Iva sama navrhl, že by nepříjemný zážitek mohla převést do nějaké komické historky. Ta představa jí přináší úlevu.

Jarmila

Jarmila dostala kontakt na Lince důvěry. Cítí se vyčerpaná. Zmiňuje fyzické potíže (bolesti nohou) a randál od sousedů. Postupem hovoru se dostává k synovi s psychiatrickou diagnózou. Syn je dospělý, ale Jarmila je k němu silně citově připoutaná. On ale zneužívá její dobrotu. Chtěla by se umět bránit tomu, aby na ni syn přenášel svoje problémy, s psychoterapeutem tedy mluví o nastavování hranic. Jarmila si uvědomuje, že její "citové připoutání" a to, že synovi vše dovolí, nikomu nesvědčí. Dokud žil synův otec, vše fungovalo, protože on to se synem uměl. Zkoumáme, jak to dělal a zda by si paní Jarmila nemohla od manžela vzít nebo alespoň vypůjčit nějakou vlastnost/dovednost. Zdá se to pro ni být inspirující. Na konci hovoru se Jarmila sama rozpovídala o svých dřívějších zájmech a pestrých životních zážitcích (motorky, auta, malování, práce v projekční kanceláři...). Oživuje možnost přenést část své pozornosti zpět ke koníčkům a zdravě tak "rozvolnit" pouto k synovi.

Dana

Dana je stejně jako její manžel už mnoho let v důchodu. Manžel si před půl rokem v lázních našel přítelkyni, volají si, jezdí za ní. Dana to trpí, protože neví, co má dělat. Netušila, že je manžel ve vztahu s ní tak nespokojený. On avizuje, že od ní odejde. S psychoterapeutem pracuje na posílení sebedůvěry, sebehodnoty a na nastavování hranic do nadcházejícího období nejistoty.

Petr

Petr má rakovinu. Je osamělý, čekání na operaci je dlouhé. Jak ho překonat? Dcera s ním v průběhu let v podstatě přerušila kontakt a o jeho nemoci neví. Pokoušíme se najít způsob, jak by mohl vztah s dcerou znovu navázat.



PŘÍBĚHY Z LINKY

PŘÍBĚHY PEČUJÍCÍCH

Alena

Alena má s péčí o nemocného otce před sebou čím dál více povinností, momentálně však sedí a prokrastinuje. Potřebuje se zkoncentrovat a přijít na způsob, jak všechno zvládnout. Za pomoci terapeuta se rozhoduje koupit si diář, kam si bude psát všechny povinnosti tak, aby na nic nezapomněla. Poprosí také sestru, která přijde zítra, aby jí pomohla s dětmi. Uvědomuje si, že by bylo fajn vrátit se k činnostem, které jí dobíjí baterky (procházkou v přírodě, na chvíli se zastavit a pozorovat mraky). Rozhovor jí přinesl úlevu a pomohl jí utřídit si myšlenky.

Marie

Marie (70 let) se stará o umírajícího manžela (80 let). Tomu byla diagnostikována rakovina, která se mu opakovaně vracela. Zároveň se potýká i s dalšími problémy - má výdutě v aortě, neuropatii - takže často padá. Marie potřebuje péči a podporu, cítí se velmi izolovaná. Z péče o manžela, která trvá v této intenzivní formě již 2 roky, je vyčerpaná. Aktuálně si nadále troufá na péči díky podpoře Sluchátka, v opačném případě by manžel musel do LDN. Jak sama řekla: "Jenom díky vám a vaší podpoře to dávám. Na rozhovory s vámi se těším a to mě drží, vy jste moje světlo v té tmě".

Dušan

Dušana v dubnu opustila manželka a nechala ho s dětmi samotného v domě s jeho invalidní matkou. Manželka prý již nebyla šťastná, od podzimu si našla milence a nyní bydlí u něho. Podala také žádost o rozvod. Dušan to nechápe, považoval manželství za spokojené a harmonické. Situace je o to horší, že Dušanova matka je nemocná a péči spíše potřebuje, než aby mu pomohla. Navíc ho obviňuje, že si manželku nikdy neměl brát. Obává se, jak pod vším tím tlakem ještě zvládne soudní jednání.

Ivana

Ivana, která žije sama, ráda pracuje. Dříve u ní žila i matka, která asi před 1,5 rokem skončila v nemocnici pro vážné potíže. Od té doby je v následné péči. Teď na ni "vystartovala" pracovnice tohoto ústavu s tím, že jí matku přivezou domů. Ivana cítí velký nátlak. Péče o matku pro ni není reálná. Vzpomíná na situace, kdy se vrátila ve 22:00 domů a uklízela výkaly po celém bytě. Matka už tenkrát nechtěla spolupracovat u hygieny, k tomu má sníženou pohyblivost.



PŘÍBĚHY Z LINKY

PŘÍBĚHY DOSPĚLÝCH

Lada

Ladu v dětství zneužíval děd. Volá na linku, je úzkostná, přemáhají jí pocity, že je k ničemu. Chodí pravidelně k psycholožce, ale nyní má sezení až za dva týdny. Na konci hovoru se dozvídám, že má problém téma zneužívání řešit se svou psycholožkou, že s ní o tom vůbec nedokáže mluvit. Příště pracujeme s jejím blokem svěřit se psycholožce, s klientčíným vztahem k partnerovi a jejími problémy v oblasti sexuality. Klientka se o týden později ozývá s pláčem, její psycholožka s ní odmítla nadále spolupracovat. Nabízím klientce podporu do té doby než si najde nového psychoterapeuta v místě bydliště. V následujících pěti rozhovorech pracujeme dále s tématem zneužívání v dětství a bariérou hovořit o tom, s jejími pocity nedostatečnosti a emoční odtažitostí, někdy si připadá "nečlověčí". Chystám se v dalším hovoru předat klientce kontakty na dvě psychoterapeutky, ze kterých by si mohla vybrat a docházet k jedné z nich osobně. V den, kdy měla klientka volat, se místo ní ozval její manžel, který chtěl poděkovat a předat zprávu, že se jeho žena utopila.

Jarda

Jarda přišel před 14 dny na to, že je mu manželka nevěrná. Je zdrčen, manželce důvěřoval. Je zaskočen reakcí svého těla. Je mu fyzicky špatně a zhoršuje se to tím, jak je manželka nekomunikativní. Nerada mluví o pocitech, je tajuplná a Jardu hrozně deptá, že neví, na čem je. Jarde má pocit, že k němu vlastně nikdy neměla důvěru.

Tonička

Tonička se vždy považovala za zodpovědného člověka, svou práci měla ráda a dávala jí smysl. Poslední dobou měla práce trochu víc, ale neměla dojem, že nezvládá. Cítila se však nenaložená a nesoustředěná, což přisuzovala zimnímu období. Před časem ji manžel řekl, jestli s tou depresí nechce něco udělat, že jí děti vidí stále zasmušilou a že spolu už dva měsíce prakticky nemluví. Tonička zprvu nechápala, o čem to manžel mluví. Pak se jí jeho poznámka rozležela. Uvědomila si, že od doby, kdy přišel nový šéf a udělal pár změn, jí vlastně práce nebaví a dře to i v kolektivu. Spolu jsme pojmenovaly smutek z toho, že jí práce nenaplňuje tak jako dřív. Rovněž si uvědomila, že je v její moci s onou skleslostí něco udělat.

Ivona

Ivona si dříve vystačila sama, neměla problém jít sama do kina, divadla, na výlet, ale nyní má pocit, že jí myšlenky o samotě "přelézají přes hlavu". Chybí jí někdo blízký, s kým by mohla sdílet zážitky. Má pochybnosti o své sexuální orientaci a těžko se jí o tom mluví. Ivona má pochybnosti o své orientaci od 2. ročníku na gymnáziu. Poprvé o tom mluvila s kamarádkou nedávno a poprvé o tom mluví s někým cizím. Má pocit, že to nedokáže přijmout, zároveň si uvědomuje, že by se jí ulevilo a možná by mohla mít partnerské vztahy. To, že spolu mluvíme, považuje za velký posun.



PROJEKTY A AKTIVITY

UKRAJINSKÁ LINKA

Od spuštění provozu ukrajinské větve linky (1.3.2022 proběhl první hovor) až do 30.6.2023 zazvonil telefon **587 krát**. Zpětné volání bylo uskutečněno 169 krát. Dohromady strávili naši ukrajinští psychologové a psychoterapeuti **527 hodin** telefonními konzultacemi jak s dospělými, tak s dětskými klienty.

Celkově linka Sluchátko zaměstnávala **8 ukrajinských psychoterapeutů**, 1 ukrajinského supervizora, 1 překladatele a 1 koordinátora linky. Metodiku a pomyslné žezlo poskytování krizové intervence a psychoterapeutické podpory lidem z Ukrajiny jsme v červnu 2023 předali Lince LIA.

ЛІНІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТА КРИЗОВОЇ ДОПОМОГИ СЛУХАВКА

.....

ДЛЯ ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД КОНФЛІКТУ В УКРАЇНІ

6 РОЗМОВ З ПСИХОЛОГОМ АБО ДИТЯЧИМ ПСИХОЛОГОМ

УКРАЇНСЬКОЮ АБО РОСІЙСЬКОЮ МОВОЮ

РОБОЧІ ГОДИНИ: ПОНЕДІЛОК - НЕДІЛЯ З 9 ДО 18

Sluchátko
TERAPEUTICKÁ LINKA
212 812 540

SLUCHÁTKO V UKRAJINŠTINĚ

.....

DENNĚ 9-18 H

*BEZPLATNÁ KRIZOVÁ A PSYCHOLOGICKÁ POMOC

*PRO DOSPĚLÉ A DĚTI

*V UKRAJINŠTINĚ I RUŠTINĚ

Sluchátko
TERAPEUTICKÁ LINKA
212 812 540

6 TERAPIÍ ZDARMA

V UKRAJINŠTINĚ PRO UKRAJINCE V ČR I PRO NOVĚ PŘÍCHOZÍ Z UKRAJINY

Sluchátko
TERAPEUTICKÁ LINKA

SETKÁNÍ S ÚA SLUCHÁTKEM

Sluchátko
212 812 540
TERAPEUTICKÁ LINKA



PROJEKTY A AKTIVITY

PREZENČNÍ PSYCHOTERAPEUTICKÉ SKUPINY PRO DĚTI Z UKRAJINY

Realizovali jsme **10 prezenčních dětských psychoterapeutických skupin**. Od začátku října do nich každý týden docházelo v Praze a v Brandýse nad Labem **130 dětí** ve věku **6 až 17 let**. Dle potřeb jsme dětské skupiny doplňovali workshopy pro rodiče dětí a přidruženými konzultacemi s rodiči.

Hlavní témata rezonující v dětských psychoterapeutických skupinách:

- 1 **Touha a přání konce války**
- 2 **Traumatická válečná zkušenost a zkušenost s násilím**
- 3 **Stesk a strach o příbuzné a přátele na Ukrajině**
- 4 **Pocity izolovanosti a osamocení**
- 5 **Komunikace s vrstevníky**
- 6 **Šikana a problémy ve škole**
- 7 **Porozumění a zvládání vlastních emocí - osamocení, strach, nejistota, stesk**
- 8 **Hledání opor v novém prostředí a životní fázi plné nejistoty**
- 9 **Spory s rodiči a příbuznými**
- 10 **Somatické poruchy a poruchy spánku**

Ve většině skupin se objevilo téma znepokojivých zážitků z novoročních ohňostrojů a petard a strach, že válka už je i zde. *“Ukrajínští rodiče se ne vždy po válečných událostech snadno nebo rychle vzpamatují a zvládnou dítě v pubertě. Pro teenagery jsou pak skupiny záchranou, kde jsou vyslyšeni a dostane se jim pomoci, kde jsou důležití a mají ve skupině své místo. Je to platforma, kde může teenager mnoha věcem porozumět a zotavit se v příznivé atmosféře.”* vysvětluje Svitlana Tavantseva, vedoucí ukrajinské větve Sluchátka.



PROJEKTY A AKTIVITY

PREZENČNÍ PSYCHOTERAPEUTICKÉ SKUPINY PRO DĚTI Z UKRAJINY

Průběh dětských psychoterapeutických skupin z pohledu ukrajinských psychologek

“Navázání kontaktu s mladšími dětmi bylo rychlejší a snazší nežli ve skupinách dospívajících. Na začátku práce byla zaznamenána zvýšená úzkost a napětí dětí. Do práce byla zařazena tělesná, dechová a arteterapeutická cvičení.

Témata, se kterými jsme pracovali, byla velmi odlišná, například špatný spánek, únava, reakce na zprávy, přátelé na Ukrajině. Zároveň se objevovaly obecné postoje k válce, zvýšená úzkost, neschopnost koncentrace, verbální obranná agrese, odloučení od příbuzných, život v cizí zemi.

Postupně jsme ve skupinách probrali témata komunikace s vrstevníky a rodiči. Nechyběla ani témata hygieny a důvěry chlapců a dívek, potíže s učením českého jazyka. Důležitým tématem pro děti, které zde ukončily 9. třídu, bylo přijetí na střední školu. Potřebovaly psychickou podporu, protože čelily určitým potížím, a to i šikaně společně se svými rodiči. Téma šikany se objevilo i ve školních skupinách a ubytovnách, kde se děti nacházely.

Na konci spolupráce se stav dětí zlepšil, byly klidnější a stabilnější. Získaly nové dovednosti, naučily se pracovat se svými emocemi, měly vyšší odolnost vůči stresu, uměly pracovat se svými hranicemi, věděly, jak reagovat v konfliktních situacích.”



Dětské skupiny byly k 23.6.2023 ukončeny a rovněž byla ukončena spolupráce s dětskými ukrajinskými psychoterapeuty z důvodu ukončení finanční podpory pro tyto projekty. Ty děti a rodiče, kteří měli zájem pokračovat, se následně domlouvali se školami o možnostech pokračování a financování ze strany školy.



PROJEKTY A AKTIVITY

PREZENČNÍ PSYCHOTERAPEUTICKÉ SKUPINY PRO DĚTI Z UKRAJINY



Příběhy z dětských skupin

Příběh 1, KATERYNA

Klientka má poruchu příjmu potravy a deprese. Dívka přišla se svou těhotnou matkou z Nikolajevské oblasti, zatímco její starší bratr a otec zůstali na Ukrajině. Maminka zde porodila sestřičku a porod byl těžký, ale vše dobře dopadlo. Od začátku konfliktu spolu Katerynini rodiče velmi málo komunikují a její bratr se také uzavřel do sebe. Kateryna nemá s kým sdílet myšlenky, úzkosti a strach. Doufala, že v české škole najde nové kamarády a vše bude o něco jednodušší. Ve škole ji ale děti nepřijaly dobře. **“Nikdo mě nijak zvlášť neuráží, ale ani mě nepřijímají, a dokonce se mi vyhýbají.”**

Úzkostný stav se začal rozvíjet a objevila se neovladatelná chuť k jídlu. Kateryna pořád cítila nutkání něco jíst, jako by chtěla sníst celý svět. Za 5 měsíců přibrala 10 kg. Maminka jí začala vyčítat, že je tlustá a bezskrupulózní, že na rodinu vůbec nemyslí a nechce pomáhat. Kateryna si začala stěžovat na nedostatek sil a opakující se noční můry, ale její matka řekla, že je to jen lenost a zahálka.

„Rodičům nic nevyčítám, chápu, že přežít je teď velmi těžké. Ale nemám si s kým promluvit a už vůbec mě nikdo nepodporuje, ani neposlouchá.“

Terapeutická práce s dívkou ukázala, že sebepoškozující přejídání uvolňuje emoční napětí, o kterém nikdo neví a ona jej nemá s kým sdílet. Dívce byla poskytnuta primární psychologická péče, podpůrné konzultace a následně byla odeslána k psychoterapii k dětskému psychoterapeutovi.

Příběh 2, TANYA

Dívka je úzkostná, nespí, málo jí, často pláče a nedávno začala mluvit sama se sebou. V průběhu rozhovoru s dívkou vyšlo najevo, že **dívka má sluchové a zrakové halucinace**. Bojí se, protože ji sleduje a ohrožuje velmi mocný muž s doprovodem. Snaží se jí zabít, chodí do jejího domu, telefonuje jí. Dívka napsala dopis prezidentovi, aby reagoval, protože ohrožující muž žije na Ukrajině, ale nedostala odpověď. Také se údajně obrátila na policii ČR kvůli výhrůžkám, ale policie nic nedělá. Klientka se považuje za duševně zdravého člověka, říká, že je v kontaktu s realitou, a odmítá návštěvu psychiatra.

Během sezení se podařilo udělat s klientkou dohodu, že navštíví psychiatra. Psychoterapeutka z Linky Sluchátka pomohla domluvit setkání a dívka je nyní na pozorování na klinice psychiatrie a čeká na lékařský posudek.



SPOLUPRACUJEME



Nadace pojišťovny Kooperativa

Pro nadaci pojišťovny Kooperativa jsme připravili **dvě vlny** interní **osvětové kampaně** na téma prevence a podpora duševního zdraví.



Moravskoslezský kraj

V Moravskoslezském kraji jsme realizovali letákovou **kampaň cílenou na paliativní a hospicovou péči**. V průběhu podzimu jsme nabízeli prostřednictvím informací a letáků **psychoterapeutickou pomoc** a podporu pro pacienty, jejich blízké a zaměstnance organizací věnujících se paliativní a hospicové péči vč. domovů pro seniory. Pro zájemce s tématy reagujícími na potřeby pracovníků v paliativní a hospicové péči jsme připravili nabídku on-line seminářů.

Webinář na zvládání náročných situací byl zaměřen prakticky. Vycházel z Modelu růstu Virginie Satirové a přístupu EMDR. Obsahem bylo seznámení s různorodými možnostmi, jak u sebe či u klienta **posílit zdroje pro zvládání náročných situací**, jejich praktická ukázka a nácvik. Cílem bylo, aby si účastníci mohli do svých praxí přinést svou vlastní zkušenost s využitím tohoto přístupu, byli odolnější při zvládání náročných situací s klienty a předcházeli syndromu vyhoření. Pracovalo se s jednotlivými částmi - subpersonalitami, využilo se zážitkových a ukotvujících technik. Webinář se zaměřil na častá témata, která lidé v rámci paliativní péče vnímají jako důležitá a potřebují v nich podpořit.



Nadace Krása pomoci

S Nadací Krása pomoci dlouhodobě spolupracujeme na vzájemném doporučení klientů služeb. Pokračovali jsme v edukaci a osvětě na téma **péče o duševní zdraví osob v seniorském věku**. Zaměřili jsme se také na narůstající obavy seniorů z možné chudoby. Toto téma se začalo objevovat ve zvýšené míře v souvislosti s enormním růstem cen energií. Na kampaních na téma, jak důležitá je péče o duševní zdraví, co tato péče znamená v pokročilém věku nebo jaká je prevence sebevražd, budeme spolupracovat i v nadcházejícím roce.



SPOLUPRACUJEME



Centrum pro rodinu a sociální péči

Pokračovali jsme ve spolupráci s Centrem pro rodinu a sociální péči v oblasti doporučování služeb klientům organizací. Dále jsme připravili společně e-book **Příběhy sendvičové generace**, jeho pokračování **O sendvičové generaci** a pokračovali jsme i ve společné osvětové a edukační kampani cílené na sociálních sítích na neformálně pečující.



APEOS

Asociace péče o seniory podporuje Sluchátko na svých webových stránkách, poskytuje kontakt na Terapeutickou linku Sluchátko. Těšíme se na konferenci v lednu roku 2024 k tématu neformální péče.



Český rozhlas

Český rozhlas

Pokračujeme v aktivní spolupráci. Zaměstnancům ČRo poskytujeme podporu nad běžný rámec v podobě **6 hovorů pro kohokoliv**, kdo se cítí zasažen válkou na Ukrajině a děním s ní spojeným.



nevyhasni

Nevyhasni

Společně jsme připravili osvětově edukační mini **kampaň** na téma vyhoření **na mateřské a rodičovské dovolené** pro sociální síť.



Sue Ryder

Sue Ryder

Navázali jsme spolupráci v oblasti vzájemného doporučování služeb klientům organizací a sdílení aktualit na sociálních sítích. Ve spolupráci budeme pokračovat i v nadcházejícím roce.



Pečuj doma
core of home

Pečuj doma

S platformou Pečuj doma máme navázanou oboustrannou spolupráci v podobě **doporučování služby klientům** se specifickou potřebou psychické podpory respektive poradenství v oblasti neformálního pečovatelsství.



Česká asociace pro psychoterapii

Terapeutická linka Sluchátko je organizačním **členem České asociace pro psychoterapii**. Nezanedbatelná část psychoterapeutů Terapeutické linky Sluchátko je rovněž individuálními členy ČAP. Klienty, kteří projeví zájem o navazující terapii, doporučujeme přednostně do prezenčních praxí členů ČAP. S organizací spolupracujeme na poli PR a komunikace - podporujeme a účastníme se osvětových kampaní o destigmatizaci psychoterapie v České republice a její dostupnosti (#dostupnaterapie).



PŘEDNÁŠKOVÁ ČINNOST

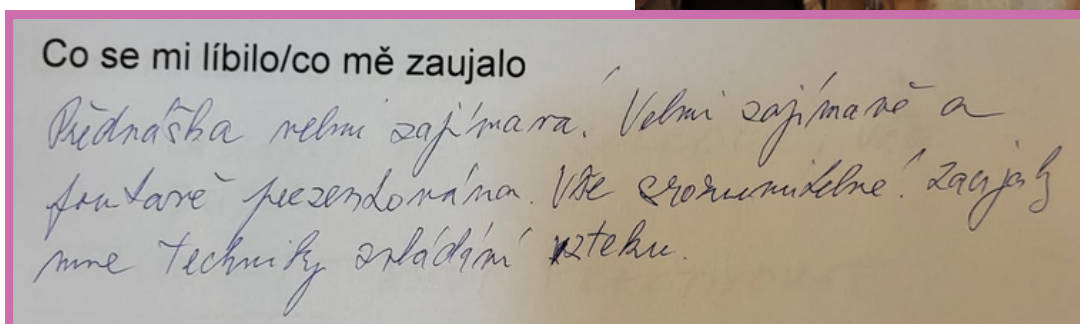
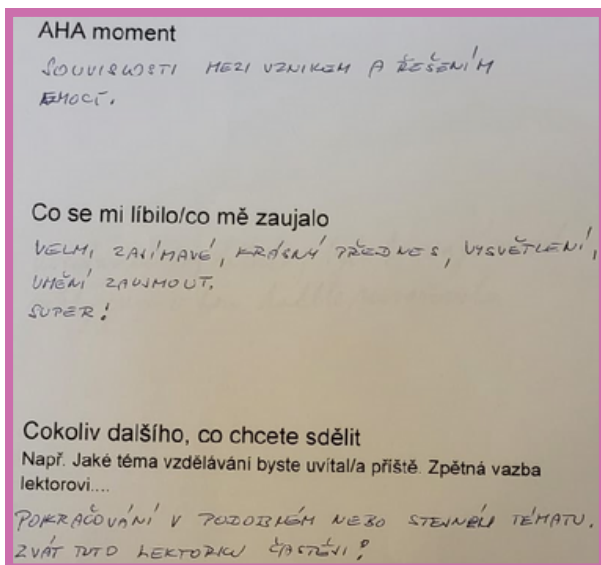
KARLÍNSKÝ DEN

Již třetím rokem jsme se prezentovali stánkem a workshopem, tentokrát na téma **“Odkud se bere vztek”** na zářijovém Karlínském dni pro duševní zdraví.



Komunitní středisko Kontakt Liberec, p.o.

V rámci vzdělávacího projektu **SENIOR AKADEMIE** jsme připravili seminář věnující se emocím, na který jsme dostali krásné zpětné vazby.



ADVOKAČNÍ ČINNOST

O CO USILUJEME

V rámci našich snah o **celorepublikovou změnu podmínek poskytování psychoterapie** (větší dostupnost a detabuizace psychoterapie) jsme začali aktivně pracovat na prosazení změny zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb. Konkrétně se jedná o rozšíření základních sociálních činností **o distanční psychosociální podporu** (současná úprava zahrnuje pouze telefonní krizovou pomoc tzv. krizové linky).

Tento termín jsme začali používat po dohodě se zmocněnkyní pro lidská práva Mgr. Klárou Šimáčkovou Laurenčíkovou.

KVĚTEN 2023

V květnu 2023 jsme připravili **Petici za novelizaci zákona o sociálních službách č. 108/2006 Sb.** a podpořili její šíření tiskovou zprávou rozeslanou na interní databázi spolupracujících médií. Prostřednictvím naší e-mailové kampaně jsme aktivně o petici informovali jak naše partnery, tak spolupracující profesní organizace (ČAP, ČAPLD, výcvikové instituty).

ZÁŘÍ 2023

V září 2023 jsme započali **spolupráci s Advokačním fórem OSF** díky podpoře Nadace Kooperativa.

Naplánovali jsme průběh kampaně za účelem prosazení změny zákona. Ve spolupráci s organizacemi **Nevypusť duši, Charitou ČR a Českou asociací linek důvěry - ČAPLD** jsme za podpory zmocněnkyně pro lidská práva Mgr. Kláry Šimáčkové Laurenčíkové připravili **One Pager**.



Narůstající nedostupnost péče o duševní zdraví může vyřešit psychoterapeut na telefonu.

Ukotvení telefonní psychoterapie v zákoně o sociálních službách umožní rozšířit a stabilizovat nabídku dostupné distanční formy odborné psychické pomoci pro nejširší vrstvy obyvatel.

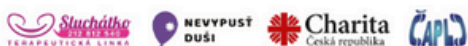


ADVOKAČNÍ ČINNOST

O CO USILUJEME

Návrh systémového řešení posílení dostupnosti psychosociální podpory v ČR

Za návrhem legislativního řešení stojí aliance organizací



PSYCHOTERAPIE NENÍ DOSTUPNÁ

- 40% dětí vykazuje známky střední až těžké deprese, 30 % úzkosti uvádí Národní ústav duševního zdraví (dále NÚDZ) (1).
- 33 % dospělé populace se potýká s duševními potížemi - uvádí NÚDZ (2).
- 23% podíl sebevražd na vnějších příčinách úmrtí dle Českého statistického úřadu (3).
- 69 % populace je ochotno vyhledat odbornou pomoc v případě psychické nepohody (4).
- 95% klientů dle kvalifikovaného odhadu nemají krizové linky kam odkazovat do nárazné péče.

ZPŮSOB JAK ZAJISTIT POTŘEBNÉ KAPACITY

- zakotvit distanční psychosociální podporu jako základní činnost při poskytování sociálních služeb v §35 do novely zákona o sociálních službách č.108/2006 Sb.
- úpravou Vyhlášky 505/2006 nastavit podmínky pro bezpečnost a kvalitu rozšířené služby, především musí organizace splňovat podmínky České asociace pro psychoterapii

PROČ NESTAČÍ KRIZOVÉ LINKY

KRIZOVÉ LINKY

- pro klienty v akutní krizi
- jednorázové hovory
- anonymní



PSYCHOSOCIÁLNÍ PODPORA

- opakovné hovory s konkrétním odborníkem
- dlouhodobý bezpečný vztah
- směřuje k dosažení, obnovení, rozvoji či udržení kvality života

PŘÍNOSY

- zajištění dramatického navýšení kapacit psychosociální podpory pro všechny ohrožené skupiny
- překonání nedostupnosti ve specifických oblastech ČR
- prevence sebevražd
- snížení nákladů na léky a hospitalizaci
- posílení kvality života
- zlepšení u poloviny depresivních klientů a dvou třetin klientů s úzkostnými stavy (5) při zajištění poskytování dlouhodobé psychosociální podpory

PRO VÍCE INFORMACÍ KONTAKTUJTE:

Mgr. Ing. Kateřinu Novotnou, ředitelku Terapeutické linky Sluchátko, novotna@linkasluchatko.cz, 602 347 475



Marii Hájek Salomonovou, Co-founder & advocacy leader Nevypust' duši, marie@nevypustduši.cz 777 215 288

Mgr. et Mgr. Lukáše Curylo, ředitele Charita Česká republika, lukas.curylo@dchoo.charita.cz, 603 280 738

MgrA. Hanu Regnerovou, členku předsednictva České asociace pracovníků linek důvěry, hana.regnerova@modralinka.cz, 776 295 769

ZDROJE

- <https://www.mzdr.cz/pro-media/tiskove-ovpavy/hazdni-monitoring-dusevneho-zdravi-deti-40-vyklazuje-znamky-stredni-az-tezke-deprese-30-uzkosti-odbornici-pripravuji-preventivni-opatreni>
- <https://www.mzdr.cz/pro-media/tiskove-ovpavy/hodnoteni-psychickeho-zdravi-19-let-dusevnim-otuzocnenim-potyka-trety-treti-dospely-podpora-na-bidne-ucvy-web>
- https://www.czso.cz/csu/ctzso/sebevrazdy_zaj
- https://czap.cz/resources/Documents/Brozura_A5_CAP_2_web.pdf
- Macaylova univerzita, Deepay



ADVOKAČNÍ ČINNOST

ŘÍJEN 2023

V říjnu 2023 jsme začali aktivně oslovovat poslance, vrchní ředitelku Sekce rodinné politiky a sociálních služeb MPSV Mgr. Bc. Zdislavu Odstrčilovou a ministra práce a sociálních věcí Ing. Mariana Jurečku s žádostmi o schůzky s cílem představit jim nutnost změny zákona.

“ Vážený pane ministře,

obracíme se na Vás jako skupina profesionálů, kteří systematicky a mnoho let v naší zemi pomáhají lidem s vážnými potížemi v oblasti duševního zdraví.

Se znepokojením sledujeme vývoj dat poukazující na zhoršující se psychické potíže české populace dospělých, dětí i mladistvých.

Současný nedostatek služeb psychoterapeutické podpory napříč regiony České republiky vnímáme jako velký systémový problém. Chceme Vám proto adresovat společně formulovaný návrh systémového řešení, který do této potřebné oblasti přinese v krátkodobém horizontu významné posílení kapacit právě v oblasti psychosociální podpory. Dovolujeme si proto náš návrh, který se týká novelizace zákona č. 108/2006 Sb. Zákon o sociálních službách a úprav doprovodné Vyhlášky č. 505/2006 Sb. předestřít Vaší pozornosti. Nabízíme úzkou součinnost na detailním rozpracování a precizaci dalších potřebných kroků. Rádi bychom Vás tímto požádali o schůzku.

Děkujeme za Váš zájem o zlepšení současné problematické situace a za Vaši podporu. Věříme, že děti, mladiství, dospělí i senioři v naší zemi si zaslouží rychlou a účinnou psychosociální podporu a pomoc, která by v novém systému s většími kapacitami měla být realizovatelná.

PROSINEC 2023

V prosinci jsme se sešli s panem ministrem a paní vrchní ředitelkou. Na schůzce pan ministr podpořil náš návrh systémového řešení posílení dostupnosti psychosociální podpory v ČR a souhlasil, že **v rámci vládní novely zákona o Sociálních službách bude v seznamu činností v § 35 zakotvena “distanční psychosociální podpora” jako základní činnost při poskytování sociálních služeb.**

ADVOKAČNÍ ČINNOST

O CO USILUJEME

Důvody, proč se domníváme, že má být **distanční psychosociální podpora** součástí zákona o sociálních službách:

Proč by psychoterapie měla být psychosociální podpora a součást sociálních služeb

ZÁKLADNÍ KONTEXT

- Psychoterapie je psychosociální služba, protože člověka nelze vyjmout z kontextu jeho sociálního prostředí
- Well-being a životní spokojenost jsou cíle sociálních služeb.

DOSTUPNOST

- Aktuální situace si vynucuje reakci v podobě posílení kapacit poskytování terapie formou psychosociální pomoci.
- V systému sociálních služeb může být psychosociální podpora dostupná většímu množství potřebných klientů, bez stigmatizace spojené s využíváním terapie v zdravotnických zařízeních.
- Pacienti zdravotnických zařízení mohou využívat terapeutické služby bezplatně. V rámci nastavení rovných podmínek a zachování spravedlivého přístupu navrhuje, aby klienti sociálních služeb mohli čerpat terapeutickou podporu také bezplatně.
- Terapie by měla být dostupná všem sociálním skupinám, tedy i těm, kteří nespádají pod klinické psychology (klienti v nepříznivé sociální situaci, kteří mají velmi omezené nebo žádné zdroje).

SOCIÁLNÍ SITUACE NENÍ NEMOC

- Vyrovnat se ztrátami a projít krizemi, patří k životu zdravých lidí. Ne všechny životní situace vyžadují diagnostiku a medikaci.
- Klienti kteří jsou výrazně ohroženi různými sociálně patologickými jevy, například mládež dospělí opouštějící ústavní výchovu, neformálně pečující, potřebují psychosociální podporu nikoliv léčbu.
- Psychosociální podpora je potřebná v případech, kdy člověk není „nemocný“, ale „pouze“ prochází obtížným životním obdobím a zkouškami.
- Podpora duševní pohody je nezbytnou součástí celého procesu dosahování změn v sociálních situacích klientů a celých rodin.



Proč by psychoterapie měla být psychosociální podpora a součást sociálních služeb

LEGISLATIVA

- Bezpečné užití terapie není otázkou jejího svázání a uzavření ve zdravotnictví. Bezpečné vykonávání psychoterapie má základ v legislativním ukotvení jejího vzdělávání a nastavení jasných kvalifikačních požadavků pro tuto profesi jako takovou.
- Bez legislativního ukotvení a nedostupnosti odborné služby se otevírají dveře "psychošmejdům, a samozvaným koučům."
- V sociálních službách již nyní pracují odborně vyškolení psychoterapeuti s příslušným vysokoškolským vzděláním a psychoterapeutickým výcvikem. Nicméně MPSV nad jejich činností za stávajícího stavu nemá žádnou kontrolu.
- Ve výčtu typů sociálních služeb z oblasti péče o duševní zdraví zatím nacházíme pouze krizovou pomoc a terapeutické komunity. Ta první pomáhá zvládnout krizovou situaci, neprovází ale klienta mnohdy následně potřebným terapeutickým procesem. Terapeutické komunity jsou služby pobytové.

PREVENČE A ÚSPORA NÁKLADŮ STÁTU

- Včasná a dostupná terapie předchází rozpadu rodin, nemoci, přispívá ke zlepšení sociální situace klientů a ulevuje přetíženému zdravotnímu systému, šetří tak náklady státu.
- Terapie výrazně zlepšuje a prodlužuje kvalitu života.



Děkujeme

Terapeutická linka Sluchátko děkuje svým partnerům Nevypust duši, Charitě ČR a ČAPLD za spolupráci v rámci našich snah o změnu novely zákona o sociálních službách.

V roce 2024 budeme i nadále v našich snahách o prosazení dostupnosti služby psychoterapie pokračovat.



SLUCHÁTKO V MÉDIÍCH

Během roku 2023 jsme přijali pozvánky do pořadů České televize a publikovali jsme řadu článků v různých médiích. Na našich sociálních sítích vedeme celoročně tematické kampaně a přinášíme novinky z organizace.

Sluchátko v televizi

Dobré ráno na ČT 1
Události na ČT 1
Sama Doma

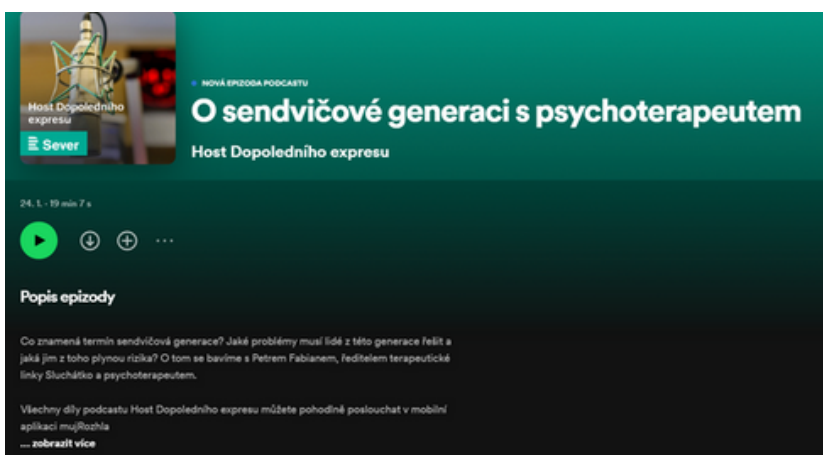


Články na webech

Hate free
Blog GIVT
Karlovice web
Sociální práce
Aktivní dítě
Seznam Zprávy

Radio a podcasty

ČRo Sever
Podcast Sendvičová generace



Příspěvky na sociálních sítích

Rodinná politika LK
Mít domov a rodinu
Esset Help
Sebevraždy (NÚDZ)
Česká sojka
Mámy sobě
Nevyhasni

Facebook Sluchátka



Témata:
Sendvičová generace
Rodičovství/rodina
Partnerské vztahy
Sociální pracovníci
Detabuizace terapie
Nevyhasni

Sluchátko v časopise

RegioJet Žlutý
Regionální zpravodaj
LK rodinám



PODĚKOVÁNÍ

DĚKUJEME TĚM, KTEŘÍ NÁS PODPORUJÍ



NADACE
KRÁSA POMOCI



Psychoterapeuti a supervizoři Sluchátka
Drobní dárci a podporovatelé
Spolupracující média a obce
Rodiny a přátelé zakladatelů a projektového týmu
a další dárci, spolupracující organizace a podporovatelé





FINANČNÍ VÝSLEDKY

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY

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

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY ke dni 31.12.2023 (v Kč přesně)

Obchodní firma nebo jiný
název účetní jednotky
**Terapeutická linka Sluchátka,
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	2 513 490,08	0,00	2 513 490,08
A.I.	Spotřebované nákupy a nakupované služby	2	842 582,08	0,00	842 582,08
A.I.1.	Spotřeba materiálu, energie a ostatních neskladovaných dodávek	3	11 712,00	0,00	11 712,00
A.I.5.	Náklady na reprezentaci	7	8 137,00	0,00	8 137,00
A.I.6.	Ostatní služby	8	822 733,08	0,00	822 733,08
A.III.	Osobní náklady	13	1 667 397,00	0,00	1 667 397,00
A.III.10.	Mzdové náklady	14	1 405 435,00	0,00	1 405 435,00
A.III.11.	Zákonné sociální pojištění	15	261 962,00	0,00	261 962,00
A.V.	Ostatní náklady	21	3 511,00	0,00	3 511,00
A.V.22.	Jiné ostatní náklady	28	3 511,00	0,00	3 511,00
	Náklady celkem	39	2 513 490,08	0,00	2 513 490,08
B.	Výnosy	40	1 866 086,42	0,00	1 866 086,42
B.I.	Provozní dotace	41	395 000,00	0,00	395 000,00
B.I.1.	Provozní dotace	42	395 000,00	0,00	395 000,00
B.II.	Přijaté příspěvky	43	1 459 116,42	0,00	1 459 116,42
B.II.3.	Přijaté příspěvky (dary)	45	1 459 116,42	0,00	1 459 116,42
B.IV.	Ostatní výnosy	48	11 970,00	0,00	11 970,00
B.IV.10.	Jiné ostatní výnosy	54	11 970,00	0,00	11 970,00
	Výnosy celkem	61	1 866 086,42	0,00	1 866 086,42
C.	Výsledek hospodaření před zdaněním	62	-647 403,66	0,00	-647 403,66
D.	Výsledek hospodaření po zdanění	63	-647 403,66	0,00	-647 403,66

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
26.04.24		
09:30		

Komentář k zápornému výsledku hospodaření za rok 2023:

Záporný výsledek hospodaření za rok 2023 je dán časovou disproporcí mezi výnosy a náklady tzv. ukrajinské větve, kterou jsme provozovali v období od 1. 3. 2022 do 30.6.2023. Realizace projektu byla finančně podpořena v roce 2022 (výnosy), avšak náklady vznikaly během dvou let, 2022 i 2023. To se projevilo ve výsledku hospodaření, kdy v roce 2022 byl vykázán zisk 689 795,54 Kč a v roce 2023 naopak ztráta -647 403,66 Kč.

FINANČNÍ VÝSLEDKY

ROZVAHA - AKTIVA

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

ROZVAHA
(BILANCE)
ke dni 31.12.2023
(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	40	1 286 739,23	198 001,57
A B.II.	Pohledávky celkem	51	0,00	16 460,00
A B.II.9.	Ostatní přímé daně	60	0,00	16 460,00
A B.III.	Krátkodobý finanční majetek celkem	71	1 286 739,23	181 541,57
A B.III.1.	Peněžní prostředky v pokladně	72	-8 145,00	0,00
A B.III.3.	Peněžní prostředky na účtech	74	1 294 884,23	181 541,57
A	AKTIVA CELKEM	83	1 286 739,23	198 001,57

FINANČNÍ VÝSLEDKY

ROZVAHA - PASIVA

Označení	Název	Číslo řádku	Stav k prvnímu dni účetního období	Stav k poslednímu dni účetního období
P A.	Vlastní zdroje celkem	84	732 062,23	87 413,57
P A.I.	Jmění celkem	85	30 000,00	30 000,00
P A.I.1.	Vlastní jmění	86	30 000,00	30 000,00
P A.II.	Výsledek hospodaření celkem	89	702 062,23	57 413,57
P A.II.1.	Účet výsledku hospodaření	90	552 142,54	-647 403,66
P A.II.3.	Nerozdělený zisk, neuhrazená ztráta minulých let	92	149 919,69	704 817,23
P B.	Cizí zdroje celkem	93	554 677,00	110 588,00
P B.III.	Krátkodobé závazky celkem	104	464 677,00	110 588,00
P B.III.1.	Dodavatelé	105	158 898,00	55 401,00
P B.III.4.	Ostatní závazky	108	0,00	259,00
P B.III.5.	Zaměstnanci	109	200 677,00	36 156,00
P B.III.7.	Závazky k institucím sociálního zabezpečení a veřejného zdravotního pojištění	111	69 597,00	11 890,00
P B.III.9.	Ostatní přímé daně	113	35 505,00	6 882,00
P B.IV.	Jiná pasiva celkem	128	90 000,00	0,00
P B.IV.2.	Výnosy příštích období	130	90 000,00	0,00
P	PASIVA CELKEM	131	1 286 739,23	198 001,57

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
26.04.24		
09:32		

Výše plnění poskytnutých členům orgánů ústavu za rok 2023 činí 0 Kč.

KONTAKTNÍ ÚDAJE



Terapeutická linka Sluchátko, z.ú. zapsaná u Městského soudu v Praze, U 908
IČ: 09497595

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

Správní rada:

Mgr. Petr Fabián, PhD.; Mgr. et Mgr. Petra Večerková; Mgr. Ing. Pavlína Strnadová

Ředitelka:

Mgr. Ing. Kateřina Novotná



Telefon

777 666 196



Email

info@linkasluchatko.cz



Webová stránka

www.linkasluchatko.cz



Sociální sítě

**@linkasluchatko na Facebooku
@linkasluchatko na Instagramu**