



Děláme psychoterapii dostupnější.

VÝROČNÍ ZPRÁVA



2024



VÝROČNÍ ZPRÁVA

ÚVODNÍ SLOVO

Vážení příznivci Sluchátka,

s potěšením Vám představuji výroční zprávu za rok 2024, který byl pro Terapeutickou linku Sluchátko **rokem významného rozvoje**. Rostoucí počet hovorů ukazuje, že naše služba je stále více vnímána jako bezpečné a důvěryhodné místo pro ty, kdo potřebují psychickou podporu. Zároveň nám to připomíná, jak naléhavá je **potřeba dostupné psychoterapie** – nejen pro jednotlivce, ale pro celou společnost.

Mám radost z **navýšení** počtu nabízených psychoterapeutických hovorů **až 12 ročně**, což už přináší skutečný prostor pro dlouhodobější podporu našich klientů. Každý hovor znamená konkrétní pomoc a posun na cestě ke spokojenějšímu životu a rozvoji kvality života. Velké díky patří našim psychoterapeutům za jejich poctivou práci.

Na Sluchátku věříme, že **psychoterapie má být dostupná** kdykoliv, kdekoliv a pro kohokoliv bez finančních překážek. Nejde jen o myšlenku, ale o každodenní realitu, kterou sami vytváříme. Často to pro nás znamená jít až na hranice vlastních možností a věnovat svůj čas a energii všude tam, kde je to potřeba. Přesto v našem úsilí pokračujeme, protože víme, že **naše práce má smysl**.

Usilovně se věnujeme také **prosazení psychoterapie do zákona** o sociálních službách. Spolupracujeme s MPSV a dalšími organizacemi na tom, aby psychoterapeutická pomoc byla dostupnější. Zároveň aktivně spolupracujeme na **strategii podpory neformálně pečujících** v Národním plánu rozvoje sociálních služeb do roku 2035.



Naší prioritou je Vaše duševní zdraví.

Díky úsilí celého týmu, spolupracovníků, mentorů a podporovatelů se nám daří uskutečňovat další kroky k tomu, aby psychoterapie byla dostupná všem lidem, kteří ji potřebují.

Děkuji všem, kteří se na tom podílejí. Vaše práce a podpora mají skutečný dopad.

Mgr. Ing. Kateřina Novotná
ředitelka

ORGANIZAČNÍ STRUKTURA TÝM SLUCHÁTKA

Za každou úspěšnou organizací stojí **lidé, kteří do své práce vkládají i kus sebe**. Na Sluchátku máme to štěstí, že jsme obklopeni týmem spolehlivých, empatických a oddaných profesionálů i dobrovolníků. Každý den věnují svou energii a znalosti tomu, aby lidem v těžkých chvílích poskytovali oporu a bezpečný prostor pro sdílení. Díky jejich odbornosti, nadšení a vzájemné spolupráci **se naše poslání stává skutečností – jsme tu pro každého, kdo potřebuje psychoterapeutickou pomoc**.



O NÁS

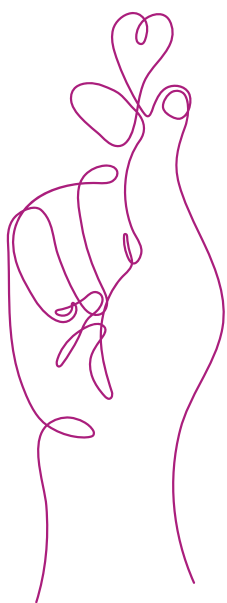
LINKA SLUCHÁTKO

Na Sluchátku věříme, že dobré duševní zdraví je klíčové pro spokojený a kvalitní život.

Terapeutická linka Sluchátko vznikla **15. října 2020** a svou činností navázala na dobrovolnický projekt Anténa, který fungoval během první vlny epidemie koronaviru a který prokázal, že i psychoterapie po telefonu může být efektivní, což do té doby mnozí považovali za nemožné.

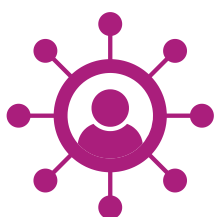
Sluchátko je i dnes tvořeno týmem lidí, kteří pevně věří, že duševní zdraví je stejně důležité jako to fyzické. Život přináší mnoho výzev či nelehkých situací a každý člověk si zaslouží mít jednoduchý přístup k odborné psychoterapeutické pomoci. Na lince nabízíme **profesionální, anonymní, bezplatnou a kontinuální psychoterapii** osobám starším 16 let.

Jsme tu proto, abychom podpořili každého, kdo potřebuje naši pomoc a abychom společně budovali prostředí, ve kterém se **duševní zdraví stává prioritou**. S hrdostí otevíráme pomyslné dveře do psychoterapie nejen na Sluchátku, ale i v širším veřejném prostoru. Naším cílem je, aby **psychoterapie byla dostupná** všem lidem, kteří procházejí náročnými životními situacemi a aby se stigma spojené s vyhledáním duševní pomoci ve společnosti postupně rozplývalo. Snažíme se, aby se psychoterapie mohla stát normální součástí života každého, kdo ji potřebuje.



PROČ JSME POTŘEBA

Poskytujeme bezpečný a dostupný prostor lidem, kteří hledají psychoterapeutickou podporu, a to bez překážek tradičního systému péče.



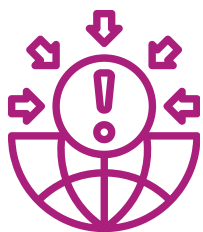
Dostupnost pro ohrožené skupiny

Jsme tu pro všechny, kterým je běžná psychoterapeutická péče těžko dostupná, ať už proto, že neví, jak ji vyhledat, váhají, jestli jsou vhodnými kandidáty pro psychoterapii, je pro ně náročné za psychoterapeuta dojíždět (např. osoby se zdravotním znevýhodněním, osoby neformálně pečující o seniory i děti se zdravotním znevýhodněním, klienti paliativní a hospicové péče), obávají se odsouzení ze svého okolí, nebo i těm, kteří čekají na termín u svého psychoterapeuta.



Řešení témat vyžadujících anonymitu

Díky anonymitě, kterou Sluchátko nabízí, mohou klienti řešit kontinuálně i velmi citlivá témata, s nimiž by se jinak jen obtížně dokázali svěřit v rámci prezenční psychoterapie. Přitom se jedná o témata, která si psychoterapeutickou péči vyžadují: sexuální násilí, sexuální orientace, psychické zneužívání, traumatické zážitky, jakými jsou násilí nebo šikana, téma závislostí a další nelehké situace. Vytváříme bezpečný prostor, kde se lidé mohou otevřít bez strachu z odsouzení nebo stigmatizace.



Dostupnost při celospolečenských událostech

Celospolečenské události mají vždy velký dopad na duševní stav lidí. Ať už se jednalo o události, jakými byla covidová opatření, následky tornáda v roce 2021, začátek války na Ukrajině v roce 2022, střelba na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy v roce 2023 nebo ničivé povodně v roce 2024, vždy evidujeme velký nárůst poptávky po psychoterapii. Sluchátko dokáže tento výkyv pokrýt a zabezpečit psychoterapeutickou pomoc ve chvílích, kdy je ta prezenční nedostupná.

PILÍŘE NAŠÍ PRÁCE

Abychom dokázali pomoci co nejširší cílové skupině, důsledně se snažíme o to, aby Sluchátko bylo svým klientům co nejpřístupnější a vstřícné. Odstraňujeme překážky a umožňujeme, aby psychoterapie byla dostupná vždy, kdy je lidem potřeba.

1

ANONYMITA

Kromě telefonního čísla nevidujeme žádné osobní údaje klientů. Ptáme se jen na kraj, ze kterého nám volají. Žádné další údaje nezjišťujeme, pracujeme výhradně s tím, co nám chtějí klienti sdělit.

2

BEZPLATNOST

Hovor s psychoterapeutem stojí stejně jako běžné volání, službu psychoterapeuta klient neplatí. V případě potřeby nabízíme možnost zpětného volání, kdy voláme klientům zpět na naše náklady.

3

DISTANČNOST

Psychoterapeutická práce probíhá výhradně po telefonu, což znamená, že klienti nemusí nikam docházet nebo dojíždět. Jediným požadavkem je dostupnost telefonního signálu.

4

DOSTUPNOST

Linka Sluchátko je v provozu každý pracovní den a spojení s našimi psychoterapeuty je okamžité, bez potřeby objednávání nebo čekání.

5

DOVOLATELNOST

Sledujeme vytížení linky a v případě potřeby pružně navyšujeme její kapacitu. Klienti, kteří se nedovolali, kontaktujeme diskrétním způsobem zpět.

6

JEDNODUCHOST

K využití služby není potřeba stahovat žádnou mobilní aplikaci. Stačí, když klienti jednoduše v provozní době zavolají na telefonní číslo linky Sluchátko 212 812 540.

7

KONTINUITA

Klienti mají také možnost domluvit si své následující hovory přímo s konkrétním psychoterapeutem, což při dalším setkání umožňuje navázat tam, kde naposledy skončili.

8

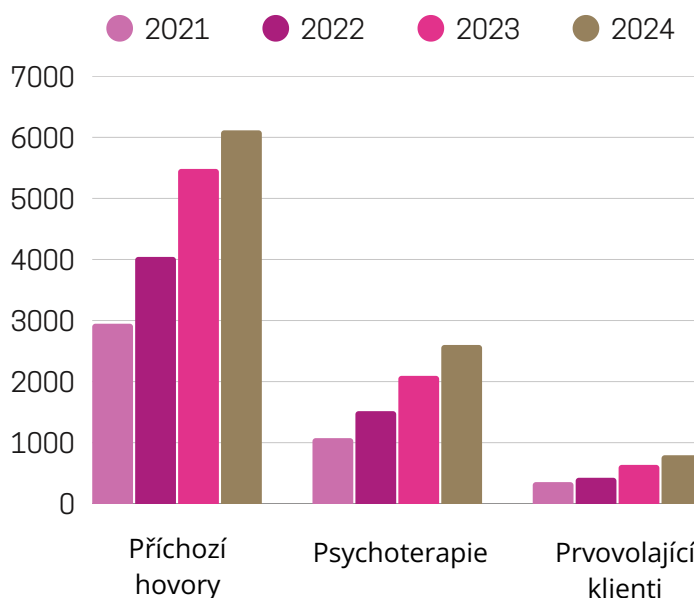
PROFESIONALITA

Klademe důraz na profesionalitu a kvalitu psychoterapeutických služeb, proto všichni naši psychoterapeuti splňují přísně nastavená kritéria odbornosti a pravidelně se účastní intervizí a supervizí.

STATISTIKA

NAŠE POMOC V ČÍSLECH

Počet klientů využívajících služby Sluchátka neustále roste. V roce 2024 jsme evidovali **6115 příchozích hovorů**. Klientům jsme poskytli celkem **2600 psychoterapií**. Klientů, kteří se na nás obrátili poprvé, bylo **794**. Jsme odhodláni pokračovat v naší práci a zajišťovat, aby naše služby byly dostupné pro všechny, kteří je potřebují.



Příchozí hovory

Evidujeme téměř 12% **nárůst** hovorů oproti roku 2023.



Psychoterapie

Počet poskytnutých psychoterapií **vzrostl** o více než 24 %.



Prvovolající klienti

Počet klientů, kteří nám volali poprvé, **vzrostl** skoro o 25 %.

PROVOZNÍ STATISTIKY po měsících

Měsíc	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Celkem
Příchozí hovory	839	568	421	545	710	505	424	342	416	433	396	516	6115
Počet psychoterapií	288	231	184	227	235	165	165	181	184	228	243	269	2600
Prvovolající klienti	103	72	63	62	72	55	63	43	59	65	59	78	794

STATISTIKA

TROCHU JINÁ ČÍSLA

Do statistik patří nejen oficiální čísla, ale také **méně formální údaje**, které reflektují úsilí, jež jsme vložili do naší práce. Tato čísla nám ukazují, kolik času, energie a zdrojů jsme potřebovali k naplňování našich cílů.



450 účastníků seminářů

Naším partnerům nabízíme odborné vzdělávací akce v podobě seminářů nebo webinářů. V roce 2024 se jich účastnilo 450 zájemců.



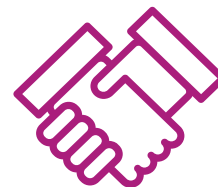
Přes 300 příspěvků

Své sledující informujeme nejen o dění na Sluchátku, ale snažíme se i o osvětu v oblasti duševního zdraví. Na FB a IG jsme zveřejnili přes 300 příspěvků.



168 odběratelů

Od srpna 2024 jsme začali připravovat newslettery pro naše příznivce. Do konce roku jsme měli již 168 odběratelů newsletteru a jejich počet dál roste.



Nárůst spolupráce

Během roku 2024 jsme oslovili a setkali se s více jak 30 zástupci organizací, kterým jsme představili služby Sluchátka a s některými navázali bližší spolupráci.

I méně formální informace nám pomáhají lépe porozumět našemu pokroku a definují zdroje, které jsou k němu potřeba. Společnými silami pak:

děláme psychoterapii dostupnější...

LINKA SLUCHÁTKO

NOVINKY ROKU 2024

Realizujeme změny, které nás zase posouvají o krok blíže k našim klientům a partnerům.

Newsletter

Od srpna pravidelně připravujeme newsletter, který je určen nejen našim partnerům, zástupcům sociálních služeb, ale i všem zájemcům o dění ve Sluchátku a ve světě psychoterapie. Snažíme se tak udržovat blízký kontakt s našimi příznivci a přinášet jim hodnotný obsah.

Propagační letáky

Vytvořili jsme nové propagační letáky zaměřené na různé cílové skupiny potenciálních klientů, abychom zefektivnili naši komunikaci s nimi. Chceme jim tak usnadnit přístup k informacím o našich službách a naší podpoře.

Vzdělávací akce

Pro naše partnery jsme sestavili katalog odborných vzdělávacích akcí ve formě seminářů a webinářů. K tomu jsme připravili brožuru, která podrobně popisuje jednotlivé akce.

Navýšení počtu hovorů

Další klíčovou změnou je zvýšení počtu bezplatných psychoterapeutických hovorů až na 12 hovorů ročně. To nám umožňuje získat více prostoru pro podporu našim klientům.

Nové webové stránky

Vylepšili jsme také naše webové stránky, aby byly přehlednější a uživatelsky přívětivější.

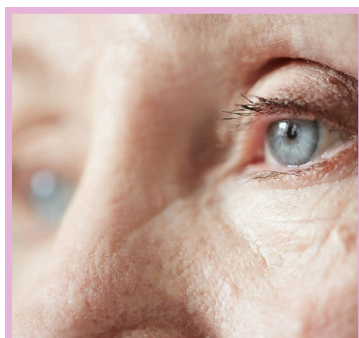
Těšíme se na nové příležitosti ke změnám, které přinese budoucnost!



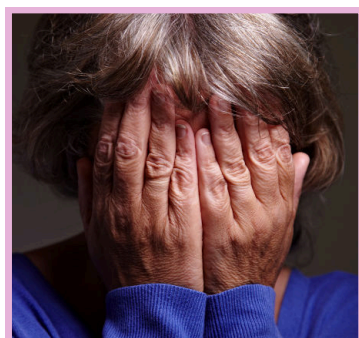
PŘÍBĚHY Z LINKY

Mnoho lidí se ve stáří potýká s psychickými problémy, často zbytečně. Je v pořádku požádat o podporu.

Senioři



Petra je starší žena po operaci nádoru na plicích. Obrací se na linku, aby se svěřila s úzkostmi a depresí, které ji trápí. Má obavy z návratu nemoci, umístěním v hospici a smrti. Snaží se svoji situaci řešit, je v péči psychiatra a bere léky. Doma se snaží o svých pocitech a obavách mluvit s manželem a se synem, ale těm to vadí. Na Sluchátku tak nachází někoho, kdo ji vyslechne a s kým může svoji situaci sdílet.



Lída trápí špatné vztahy v rodině. Její dcera a zeť mají mnoho dluhů, užívali a stále užívají drogy. Lída si se situací neví rady. Uvádí, že nejvíce jí pomáhá víra v Boha. S psychoterapeutem na lince o tom hovoří a nachází příležitost v návštěvě kostelů ve svém okolí, aby měla s kým svoji víru sdílet. Učí se také společně pracovat na pozitivní komunikaci sama k sobě.



Jan volá s tím, že mu někdo v bytě opakovaně bere a poškozuje jeho věci. Má obavy chodit ven, protože když odejde z bytu, opět se něco ztratí. Podezírá své dvě sousedky. Věc dokonce ohlásil na policii, ale důkazy se nenašly. Psychoterapeutka ho poslouchá a mapuje Janovu situaci. Dozvídá se, že je v kontaktu s lékařem i sociální pracovnící a čeká ho vyšetření u psychiatra. Stále ho však mizející věci trápí. Děkuje za možnost svěřit se, cítí se přijat.

★ Fotografie jsou pouze ilustrativní, jména klientů byla pro zachování anonymity změněna.

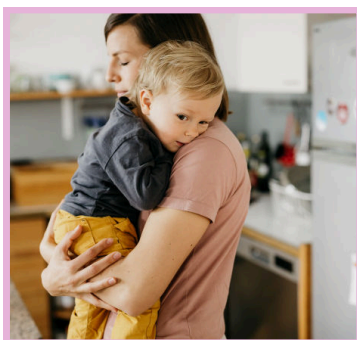
PŘÍBĚHY Z LINKY

Při péči o druhé nesmíme zapomínat na své vlastní fyzické i duševní zdraví.

Neformálně pečující



Martina volá na linku, aby se poradila ohledně své maminky, které už je skoro 70 let a je závislá na lécích. Několikrát se stalo, že se sama předávkovala a bylo potřeba zavolat sanitku. Martina se potřebuje starat i o svou rodinu, ale o maminku má obrovský strach. Ta si navíc odmítá problém připustit. S psychoterapeutkou hledají možnost, jak mamince pomoci a zároveň pracují na tom, aby Martina celou situaci lépe zvládala.



Kristýna je matkou malého chlapce. Její partner je ve vězení a bude tam ještě 2 roky. Kristýna neví, jak to vydrží. Rodinu, na kterou by se mohla obrátit, nemá. Syna miluje, ale cítí se unavená, na všechno je sama. Trpí úzkostmi a poslední dobou moc nejí. Už jen to, že se může svěřit někomu, kdo ji nesoudí, je pro ni moc cenné. S psychoterapeutkou se zamýšlejí nad možnostmi, jak si v péči o syna a domácnost ulevit a jak si najít čas sama pro sebe.



Vladímír volá kvůli onkologickému onemocnění své desetileté dcery. Před rokem mu náhle zemřela manželka, teď má strach jak o dceru, tak o sebe, aby jí dokázal být oporou. Doptává na způsob, jakým s dcerou o nemoci a léčbě mluvit. Kromě toho s psychoterapeutem probírají možné techniky zvládnání stresu a úzkosti, které na Vladimíra poslední dobou dopadají a brání mu ve spánku. Přitom síly teď potřebuje více než kdy jindy.

★ Fotografie jsou pouze ilustrativní, jména klientů byla pro zachování anonymity změněna.

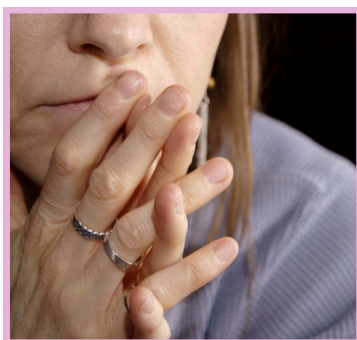
PŘÍBĚHY Z LINKY

Různé životní situace přinášejí množství témat, která si zaslouží naši psychoterapeutickou péči.

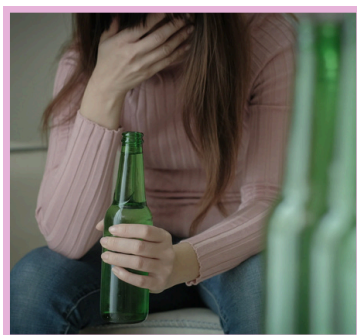
Dospělí



S **Milanem** se před pár měsíci rozešla přítelkyně a on se s tím pořád nemůže smířit. Přítelkyně mu dává naději, ale chce po něm několikaměsíční prostor, což se Milanovi nedaří dodržet a pořád přítelkyni volá. Na koníčky, kterým se dřív věnoval, nemá vůbec náladu. S psychoterapeutkou hledají možnosti, jak překlenout dobu, kterou po Milanovi přítelkyně vyžaduje. Zkouší najít nové aktivity, kterým by se mohl věnovat.



Veronika řeší vztah se svým manželem, se kterým žije již 6 let. Děti spolu nemají. V minulosti ji fyzicky napadl, potom s tím naštěstí přestal. V současnosti se ale uchyluje k verbálním urážkám a Veronika neví, jak tuto situaci zvládat a bojí se, že by se manžel mohl znovu uchýlit k fyzickému napadání. S psychoterapeutkou na Sluchátku hledají vnitřní a vnější zdroje a zároveň se zamýšlí nad zvyšováním Veronikiny sebehodnoty.



Janu trápí zdravotní problémy, má za sebou mnohé operace a byla jí stanovena diagnóza cirhózy jater s doporučenou abstinencí. Zvládla abstinovat několik měsíců, ale pak si našla novou práci, kde zažívala stres a následoval relaps s celkovým zhroucením. Jana si chce najít novou práci. S psychoterapeutkou mluví o spouštěčích, které ji k alkoholu tlačí a přeje si naučit se techniky, které by jí přinesly pocit úlevy v hlavě.

★ Fotografie jsou pouze ilustrativní, jména klientů byla pro zachování anonymity změněna.

PROJEKTY A AKTIVITY

Na Sluchátku neustále usilujeme o zvyšování povědomí o dostupné anonymní psychoterapii, kterou nabízíme a také o důležitosti péče o duševní zdraví.



V průběhu roku 2024 jsme realizovali rozsáhlou e-mailovou kampaň, jejímž cílem bylo představit službu Terapeutické linky Sluchátko poskytovatelům sociálních služeb napříč celou republikou. Dostalo se nám pozitivních zpětných vazeb a ocenění našich služeb, například ze strany prezidentky spolku Senioři ČR. Navázali jsme také kontakt s Radou seniorů České republiky a ve spolupráci s touto organizací jsme se zúčastnili akce Aktivní česko.



V rámci našich měsíčních kampaní na sociálních sítích jsme se zaměřili na osvětu mnohých témat. Vysvětlili jsme, co psychoterapie obnáší a zdůraznili jsme, že je zcela normální ji využívat. Přiblížili jsme téma neformálně pečujících, paliativní a hospicové péče a zaměřili jsme se na psychoterapii pro hospitalizované pacienty a rodiče hospitalizovaných dětí. Připomenuli jsme důležitost prevence péče o fyzické i duševní zdraví. Jedním z témat byla i pečovatelská role mužů. Představili jsme jednotlivé psychoterapeutické směry, psali jsme o pocitech strachu a odvahy a o zvládnání ztráty. Naše příspěvky jsme doplnili ilustrativními příběhy našich klientů.



Senioři tvoří jednu ze zranitelných cílových skupin, kterou se snažíme v péči o duševní zdraví a možnosti využití psychoterapeutické pomoci vzdělávat. Edukaci seniorů jsme v roce 2024 realizovali formou prezentace o duševním zdraví a vědomostního kvízu, které byly umístěny v domovech pro seniory prostřednictvím dotekových panelů, ÁMOSek. Ty využívá více než 75 domovů pro seniory po celé České republice.

NAŠE PRÁCE V ROCE 2024

PROJEKTY A AKTIVITY

Ihned jsme zareagovali na události kolem ničivých povodní a nabídli jsme pomoc těm, kterých se situace dotkla.

Povodně zasáhly obyvatele mnoha obcí České republiky. Situace se ale dotkla i těch, kteří živelnou katastrofu třeba jen sledovali ze svých domovů. Aktivně jsme nabízeli naši pomoc všem, kteří se cítili být událostí zasaženi a potřebovali psychologickou

podpořit. Ve spolupráci s organizací Člověk v tísni jsme také cíleně oslovili zástupce dotčených obcí a nabídli jim možnost podpory pro jejich obyvatele v podobě až šesti navazujících hovorů s jedním psychologem na lince. Z této aktivity vyplynula další spolupráce s Karlovarským a Olomouckým krajem.



Sluchátko
212 812 540
TERAPEUTICKÁ LINKA

Voda možná odnesla hodně, ale nikdy nemůže odplavit naši sílu a odvalu.

Jsme tady pro všechny

KTEŘÍ SE CÍTÍ BÝT ZASAŽENI NEBO JSOU PŘÍMOU OBĚTÍ POVODNÍ

-  Psychoterapeuti na lince Sluchátko na čísle 212 812 540 jsou připraveni poskytovat až 6 **bezplatných** rozhovorů po telefonu.
-  Služba je určena všem lidem, kteří se cítí být událostmi zasaženi, obětem povodní, pracovníkům v první linii a dobrovolníkům.
-  Klient získá „svého“ psychoterapeuta pro období, kdy se ocitne bez přímé psychologické pomoci na místě nebo možnosti docházet na setkání.

Provozní doba linky je:
Pondělí až čtvrtek: 9:00 - 20:00
Pátek: 9:00 - 18:00

 **Člověk v tísni**
www.linkasluchatko.cz

 **Sluchátko**
TERAPEUTICKÁ LINKA



DOPADY NA SPOLEČNOST

ADVOKAČNÍ AKTIVITY

Vynakládáme velké úsilí k tomu, aby se poradenská psychoterapie stala volitelnou součástí sociálních služeb.

V rámci našich advokačních aktivit usilujeme o to, aby se **poradenská psychoterapie** stala daleko více dostupná i klientům sociálních služeb. Poradenská psychoterapie pomáhá zlepšit kvalitu života, podpořit duševní zdraví, poskytnout nezbytnou podporu a nástroje pro zvládání obtížných životních situací a budování osobní odolnosti neformálně pečujícím, seniorům a dalším klientům.

V květnu 2023 jsme zahájili tyto aktivity šířením petice k novelizaci zákona o sociálních službách, která měla za cíl rozšířit jej o telefonní psychoterapeutické služby. Navázali jsme spolupráce s lobbingovými partnery, s Nadací OSF, jejichž odborné podpory si nesmírně vážíme. Začali jsem jednat s ministrem práce a sociálních věcí Marianem Jurečkou a dalšími poslanci a vrchními představiteli MPSV. První schůzka s ministrem proběhla již 18. 12. 2023.

Již 1. července 2024 se **distanční psychosociální podpora** stala součástí základních činností zákona o sociálních službách a telefonní krizová pomoc byla nahrazena distanční formou. V současnosti je tento termín sice v zákoně uveden, ale není propojen s žádnou konkrétní sociální službou. Tento krok byl přesto klíčovým výchozím bodem pro další lobbingové aktivity a tlak na poslance a vrchní ředitelku MPSV.

V roce 2025 očekáváme podání dalšího poslaneckého návrhu, ve kterém se poradenská psychoterapie stane volitelnou činností pro všechny sociální služby a zákon bude zároveň pracovat mimo jiné i s profesí psychoterapeutického poradce v sociálních službách. Distanční psychosociální podpora zůstane uvedena v základních činnostech jako připomínka celého procesu, nebo bude použita pro jiné účely - jednáme s MPSV o jejím možném využití v kontextu neformálně pečujících. Doufáme, že náš velmi aktivní a soustavný tlak ze strany stakeholderů a na něj navazující poslanecké návrhy, které jsme ve spolupráci s danými poslanci podávali, tak dospějí ke zdárným výsledkům.

Nutno říci, že tento výsledek je společnou dlouhodobou prací mnoha organizací, politiků a vládních činitelů. Život se v dnešní náročné době může náhle zkomplikovat komukoliv z nás. Jsme velmi rádi, že naše úsilí povede k tomu, že lidé získají možnost čerpat podporu duševního zdraví i v rámci sociálních služeb. Děkujeme všem, kdo se společně jako my na Sluchátku snažili a snaží o totéž.

BUDOUCNOST

VÝZVY A PLÁNY

V roce 2025 nás kromě standardní náplně naší práce čekají i nové projekty, na které se moc těšíme.



System evidence hovorů

Na Sluchátku zavádíme nový **system evidence hovorů**. Díky tomuto systému a především nově zjišťovanému údaji o kraji volajícího budeme mít lépe zmapovány potřeby seniorů a neformálně pečujících, kteří volají na terapeutickou linku v jednotlivých krajích. To nám umožní komunikaci s kraji v rámci plánování služeb.

Duševní zdraví seniorů

Projekt, který je **jedinečnou iniciativou** vzniklou díky naší spolupráci s organizacemi Elpida a CELLO, cílí na **zlepšení kvality péče o seniory** prostřednictvím vytvoření nástroje, který praktickým lékařům usnadní doporučování nefarmakologických intervencí zaměřených na podporu duševního zdraví. Tímto přístupem přispějeme nejen k lepšímu životu seniorů, ale také přineseme významné benefity pro samotné lékaře a jejich ordinace.



Besedy pro seniory

Po úspěchu pilotního projektu v roce 2024 se i během roku 2025 vydáme za seniory **do Domovů pro seniory**, kde jim osobně představíme Sluchátko a službu bezplatné psychoterapie. Tím, že si společně vyzkoušíme na linku zavolat, odbouráme bariéry a ostych, který senioři často mají. Zároveň jim poradíme, jak v seniorním věku mohou pečovat o své duševní zdraví.

NAŠE PRÁCE

SLUCHÁTKO A MÉDIA

Pravidelně se na nás obrací zástupci médií se žádostmi o příspěvek k odborným tématům.

S
E
N
D
V
I
Č
O
V
Á



Tématu sendvičové generace, péči o partnerský vztah a důležitosti udržování sociálních kontaktů se 15.4. v pořadu Dobré ráno věnoval předseda správní rady Sluchátka, **Petr Fabián**. Ve stejný den se k tématu sendvičové generace v rámci dokumentu Plné hnízdo v pořadu Sama doma vyjadřovala i ředitelka Sluchátka, **Kateřina Novotná**.



G
E
N
E
R
A
C
E

NAŠE PRÁCE

SLUCHÁTKO A MÉDIA

I díky mediím přispíváme ke zvyšování povědomí o důležitosti péče o duševní zdraví.

Š
Ť
A
S
T
N
É



B
A
B
I
Č
K
O
V
Á
N
Í

Na téma šťastné babičkování vystoupila na začátku června v pořadu Dobré ráno jedna z našich psychoterapeutek, Soňa Kolářová. Kateřina Novotná v pořadu Sama doma hovořila o tom, jak je důležité mít kvalitní vztahovou síť a jak o naše vztahy správně pečovat.

V
Z
T
A
H
O
V
É



S
Í
T
Ě

O Terapeutické lince Sluchátko, její roli a o službách, které poskytuje, se ve svém vysílání zmínila také Pardubická televize TV V1.

NAŠE PRÁCE

SLUCHÁTKO A MÉDIA

Vystupujeme v televizi, poskytujeme rozhovory, píšeme články. O Sluchátku se zmiňují i mnohé webové stránky.

ČLÁNKY

Během roku 2024 jsme pro různá periodika vytvořili řadu článků k různým tématům. Holické listy psaly o fungování Sluchátka. Nabídku naší psychoterapeutické pomoci po povodních zveřejnil magazín [Pro prarodiče](#), [První zprávy](#), [Svitavský deník](#) nebo [Chrudimský deník](#). O významu duševního zdraví a možnosti zavolat na Sluchátko jsme psali pro časopis Doba seniorů.

WEBOVÉ STRÁNKY

Připravili jsme také řadu příspěvků pro různé [webové stránky](#). V rámci akce Sluchátko volá Pardubice to byly stránky [Hospital In](#), [Pardubický kraj](#), [Pardubice živě](#) a [Moje Pardubice](#). O významu péče o duševní zdraví seniorů jsme psali pro [Sue Ryder - Neztratit se ve stáří](#). Naší nabídku psychoterapeutické pomoci po povodních zveřejnil například [Jihočeský kraj](#).

PODCAST

Ředitelka Terapeutické linky Sluchátko Kateřina Novotná a jedna z našich psychoterapeutek, Olga Šestáková, natočily [podcast](#) pro Dobrokruh, asistenční program pro zaměstnance: Dobrohrači.

KAMPAŇ NA SEZNAMU

Terapeutická linka Sluchátko se v posledním čtvrtletí roku 2024 začala objevovat na webových stránkách společností Seznam, a to prostřednictvím kampaní na platformě Sklik.

PODĚKOVÁNÍ

Děkujeme všem, kteří nás v naší činnosti finančně podpořili.



Nadační fond
**KLADNÉ
NULY**



DOBROKRUH®
připraveni pomoci



NADACE
KRÁSA POMOCI



Pardubický
kraj

jihomoravský kraj

Středočeský kraj



Pomáhající

Plzeň



Pardubice



FOXCONN



MĚSTSKÁ ČÁST
PRAHA 4



INDIVIDUÁLNÍ DÁRCI

PODĚKOVÁNÍ

Poděkování patří i těm, kteří nás v roce 2024 sponzorsky podpořili.



NAŠE PRÁCE

FOTOGALERIE

Život 90



Rada seniorů ČR



Letokruh

NAŠE PRÁCE

FOTOGALERIE



Měníme životy lidí k lepšímu.

Ocenění, které má smysl

CELLO, Elpida, NKP

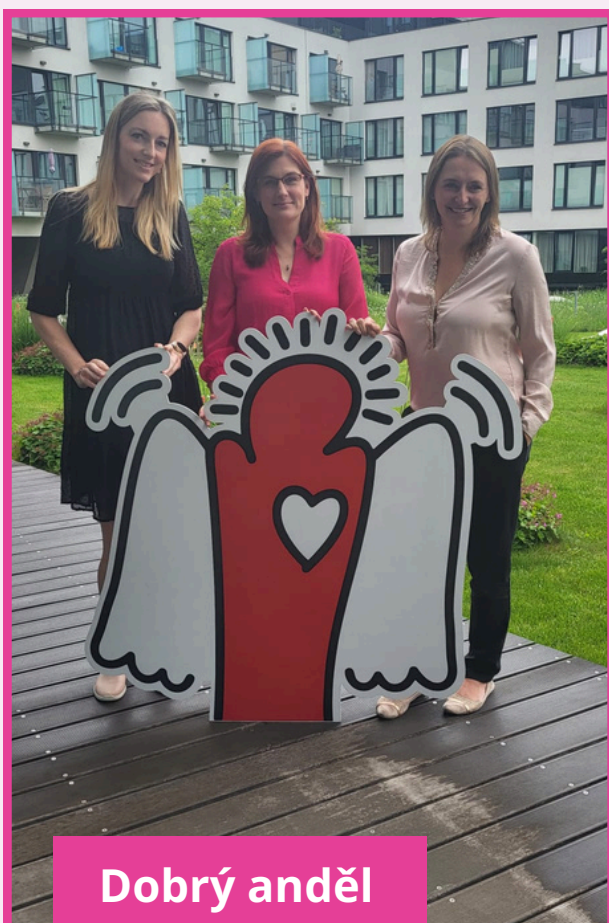


NAŠE PRÁCE

FOTOGALERIE



VDV Nadace Olgy Havlové



Dobrý anděl



Burza filantropie

FINANČNÍ VÝSLEDKY

VÝKAZ ZISKU A ZTRÁTY

Sb. ve znění pozdějších předpisů

ke dni 31.12.2024
(v Kč přesně)

**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	2 703 969,05	0,00	2 703 969,05
A.I.	Spotřebované nákupy a nakupované služby	2	572 267,78	0,00	572 267,78
A.I.1.	Spotřeba materiálu, energie a ostatních neskladovaných dodávek	3	5 850,00	0,00	5 850,00
A.I.4.	Náklady na cestovné	6	17 886,00	0,00	17 886,00
A.I.6.	Ostatní služby	8	548 531,78	0,00	548 531,78
A.III.	Osobní náklady	13	2 131 700,49	0,00	2 131 700,49
A.III.10.	Mzdové náklady	14	1 851 138,49	0,00	1 851 138,49
A.III.11.	Zákonné sociální pojištění	15	278 248,00	0,00	278 248,00
A.III.13.	Zákonné sociální náklady	17	2 314,00	0,00	2 314,00
A.V.	Ostatní náklady	21	0,78	0,00	0,78
A.V.22.	Jiné ostatní náklady	28	0,78	0,00	0,78
	Náklady celkem	39	2 703 969,05	0,00	2 703 969,05
B.	Výnosy	40	3 144 373,76	0,00	3 144 373,76
B.I.	Provozní dotace	41	960 000,00	0,00	960 000,00
B.I.1.	Provozní dotace	42	960 000,00	0,00	960 000,00
B.II.	Přijaté příspěvky	43	2 117 128,70	0,00	2 117 128,70
B.II.3.	Přijaté příspěvky (dary)	45	2 117 128,70	0,00	2 117 128,70
B.IV.	Ostatní výnosy	48	67 245,06	0,00	67 245,06
B.IV.10.	Jiné ostatní výnosy	54	67 245,06	0,00	67 245,06
	Výnosy celkem	61	3 144 373,76	0,00	3 144 373,76
C.	Výsledek hospodaření před zdaněním	62	440 404,71	0,00	440 404,71
D.	Výsledek hospodaření po zdanění	63	440 404,71	0,00	440 404,71

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
20.03.25		
12:19		

FINANČNÍ VÝSLEDKY

ROZVAHA AKTIVA

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

ROZVAHA
(BILANCE)
ke dni 31.12.2024
(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	198 001,57	773 225,28
A B.II.	Pohledávky celkem	51	16 460,00	48 000,00
A B.II.9.	Ostatní přímé daně	60	16 460,00	0,00
A B.II.13.	Nároky na dotace a ostatní zúčtování s rozpočtem orgánů územních samosprávných celků	64	0,00	48 000,00
A B.III.	Krátkodobý finanční majetek celkem	71	181 541,57	725 225,28
A B.III.3.	Peněžní prostředky na účtech	74	181 541,57	725 225,28
A	AKTIVA CELKEM	83	198 001,57	773 225,28

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	87 413,57	527 818,28
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	57 413,57	497 818,28
P A.II.1.	Účet výsledku hospodaření	90	-647 403,66	440 404,71
P A.II.3.	Nerozdělený zisk, neuhrazená ztráta minulých let	92	704 817,23	57 413,57
P B.	Cizí zdroje celkem	93	110 588,00	245 407,00
P B.III.	Krátkodobé závazky celkem	104	110 588,00	245 407,00
P B.III.1.	Dodavatelé	105	55 401,00	23 310,00
P B.III.4.	Ostatní závazky	108	259,00	781,00
P B.III.5.	Zaměstnanci	109	36 156,00	154 954,00
P B.III.7.	Závazky k institucím sociálního zabezpečení a veřejného zdravotního pojištění	111	11 890,00	43 142,00
P B.III.9.	Ostatní přímé daně	113	6 882,00	23 220,00
P	PASIVA CELKEM	131	198 001,57	773 225,28

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
20.03.25		
12:18		

Výše plnění poskytnutých členům orgánů ústavu za rok 2024 činí 0 Kč



Děláme psychoterapii dostupnější

Terapeutická linka **Sluchátko** se snaží zajistit, aby psychoterapie byla dostupná pro každého, kdo ji potřebuje.

Naším cílem je nabídnout podporu lidem v životních situacích, které si psychoterapeutickou pomoc vyžadují. Vytváříme aktivity, které k tomuto cíli směřují. Věříme totiž, že péče o duševní zdraví by měla být prioritou pro všechny.

KONTAKTNÍ ÚDAJE

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

Sídlo společnosti: Jičínská 226/17, 130 00 Praha 3 - Žižkov
Pobočka společnosti: Dvorecká 21, 147 00, Praha 4 - Podolí
Bankovní spojení: 39497595/2010
Datová schránka: iuss6ub

Zakladatelé:

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

Správní rada:

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

Ředitelka:

Mgr. Ing. Kateřina Novotná



Telefon

+420 777 666 196



E-mail

info@linkasluchatko.cz



Webová stránka:

www.linkasluchatko.cz



Sociální sítě

[@linkasluchatko na Facebooku](#)
[@linkasluchatko na Instagramu](#)