

TERAPEUTICKÁ LINKA SLUCHÁTKO SLAVÍ PRVNÍ ROK OD SVÉHO ZALOŽENÍ

15. října jsme se Sluchátkem oslavili první rok činnosti. I díky médiím se nám podařilo dostat naše služby k lidem, kteří potřebovali pomoc, ale nevěděli (nebo neměli možnost), na koho se obrátit.

První rok Sluchátka dařilo:

- Za první rok existence Sluchátka **zazvonil telefon 2 903x**
- naši terapeuti uskutečnili přes **550 hodin hovorů s klienty**
- realizovali jste **1040 terapeutických rozhovorů**
- každý měsíc přijmeme minimálně **20 nových klientů**

Úspěch vidíme i v **pomoci obětem tornáda a dalších živelních katastrof**, které se prohnaly českým územím a změnily životy mnohých. Jelikož je stále mohou pronásledovat traumatické vzpomínky na nedávné situace a hlavně **existenční strachy**, nabízíme jim **rozšíření bezplatné služby linky v podobě střednědobé navazující péči o 6 terapiích po telefonu**, na místo klasických 3.

Do konce roku běží sbírka (<https://www.darujme.cz/projekt/1204981>) na terapeutickou podporu obětem tornáda a uvítali bychom její další sdílení.

Dále jsme byli pozváni na Karlínský den pro duševní zdraví, který se odehrál 10. září v rámci [Týdnů pro duševní zdraví](#). Spolu s ČAP, FOKUSEM a dalšími organizacemi zabývajícími se duševním zdravím jsme naše služby představovali návštěvníkům akce i trhů a účastnili se společného programu i přednáškou na téma *“Terapeutická linka Sluchátko: Hledání vlastních cest a naplnění života”*.

Stali jsme se též členem ČAP (České asociace pro psychoterapii) a podařilo se nám navázat spolupráci mimo jiné spolupráci s MHMP, Moravskoslezským, Karlovarským a Libereckým krajem.

S podzimem v rozpuku, který častokrát nepříznivě působí na duševní zdraví a vyvolává **podzimní deprese** (či splíny) u nejednoho z nás, bychom vás opět rádi poprosili o spojení sil. K situaci nepříznivě přispívají i spekulace o možných lockdownech a stoupající koronavirová čísla.

Sluchátko se už rok pomáhá **navracet úsměvy** těm, kteří ho ztratili v průběhu pandemie, starostí doma, v práci či jakkoliv jinak. Přiblížíme lidem, jak jim může terapie pomoci, Nabízíme jim ochutnávku a pomáháme jim najít místní dostupnou terapeutickou péči, pokud

o ní projeví zájem. Rádi bychom vás proto chtěli poprosit o další podporu sdílením informací o naší službě (a sbírce).

V příloze posílám fotku ze Dne pro duševní zdraví na Karlín Marketu.

Děkujeme za Vaší podporu.

Tereza Škárková

774 607 730

skarkova@linkasluchatko.cz

KARLÍNSKÝ DEN PRO DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Praha, Karlínské náměstí 10.9.2021

