

# Sluchátko nabízí seniorům naději i pochopení

12.8.2025 - | Krajský úřad Pardubického kraje

**„Duševní zdraví? To už se mě v mém věku netýká.“ Takto často smýšlejí senioři, kteří se cítí osaměle, smutně nebo ztraceně. Projekt Ve svém věku, co bych chtěl(a), jenž byl podpořen na první letošní Burze filantropie v Pardubickém kraji, se snaží toto myšlení změnit. Stojí za ním Terapeutická linka Sluchátko. Propojuje kvalifikované terapeuty se seniory, aby se i ve vyšším věku cítili tak, že je někdo poslouchá, chápe a po psychické stránce opečovává.**

Duševní zdraví se týká všech generací

„Téma duševního zdraví se týká úplně všech generací – a seniorů obzvláště. Projekt Sluchátka považuji za mimořádně přínosný, protože seniory nejen edukuje, ale skutečně jim poskytuje pomocnou ruku. Pardubický kraj se duševnímu zdraví věnuje systematicky. I proto máme na webu [www.krajprorodinu.cz](http://www.krajprorodinu.cz) celou sekci věnovanou tomuto tématu,“ řekl náměstek hejtmána Pardubického kraje pro sociální péči a neziskový sektor Pavel Šotola.

Projekt Ve svém věku, co bych chtěl(a) kombinuje osobní setkání se seniory s edukací a praktickým nácvikem volání na telefonní linku Sluchátka 212 812 540 s možností skutečné terapeutické podpory. A právě v tom je jeho síla. Senioři se učí, že duševní zdraví není luxus, ale právo.

Součástí jsou i besedy se seniory

„Naším cílem je dostat terapeutickou pomoc k těm, kteří by na ni jinak nikdy nedosáhli. Tedy i k seniorům z malých obcí a z domovů, k nimž je běžná psychoterapie hodně vzdálená,“ uvedla Gabriela Maňáková, fundraiserka projektu, jehož součástí jsou i besedy se seniory. „Pomáhají bourat předsudky, že volání na terapeutickou linku je něco špatného. Naopak. Je to důkaz odvahy a krok ke kvalitnějšímu životu. Každý senior může využít až dvanáct maximálně padesátiminutových hovorů ročně se svým terapeutem. Péče je anonymní, důvěrná a bezpečná,“ ujistila Gabriela Maňáková a dodala, že nejčastěji senioři řeší vztahy mezi nejbližšími, hlavně v rodinách – s dětmi či vnoučaty.

Psychická podpora je důležitá

Projekt Ve svém věku, co bych chtěl(a) ukazuje, že nikdy není pozdě říct si o pomoc. A někdy stačí „jen“ zvednout telefon. „Protože právě na druhé straně sluchátka může být člověk, který vám rozumí,“ podotkl Pavel Šotola.

„Psychická podpora je důležitá pro všechny. Proto bychom ji měli dopřát i seniorům,“ uvedla Jana Machová, ředitelka Koalice nevládek Pardubicka a současně garantka, fundraiserka a moderátorka Burzy filantropie pro okres Pardubice. Ta se letos konala v prostorách Základní umělecké školy Karla Malicha v Holicích a opět dokázala propojit svět neziskových organizací s firmami a samosprávami.

Burzu filantropie organizuje od roku 2011 Koalice nevládek Pardubicka společně s Pardubickým krajem. Od té doby jen v okrese Pardubice podpořila už 175 bohubilých projektů v celkové výši 7 526 295 korun.

Bližší informace je možné najít na webu [www.burzafilantropie.cz](http://www.burzafilantropie.cz).

<https://www.pardubickykraj.cz/aktuality/129792/sluchatko-nabizi-seniorum-nadeji-i-pochopeni>