

## Speciální telefonní linka pomůže osamělým seniorům

*patriotmagazin.cz, 18. 3. 2020*

Už od středy 25. března spustí společnost Residomo, největší poskytovatel nájemního bydlení v Česku, a Ostravská univerzita projekt mimořádné telefonní linky pod názvem Haló, nejste sami!

Ilustrační foto: piqsels.com

Speciálně proškolení studenti psychologie a příbuzných oborů budou aktivně po telefonu kontaktovat seniory nad 70 let, kteří žijí samostatně v bytech Residomo.

Společnost jich v Moravskoslezském kraji eviduje více než čtyři a půl tisíce.

Senioři jsou koronavirem tou vůbec nejdotčenější skupinou. Jak co se týče ohrožení zdraví, tak i omezení pohybu. Poté, kdy se obce a městské části postaraly o jejich individuální nákupy potravin a léků, chce seniorům projekt Haló, nejste sami! pomoci s překonáváním pocitu osamělosti a úzkosti.

Studenti budou v pravidelných intervalech zjišťovat, jak se senioři mají, zda jim něco nechybí, ale i například to, na co se zrovna dívají v televizi nebo na co se nejvíc těší, až koronavirová epidemie odezní.

Jejich dobrovolnický tým povede Josef Koláček z neziskové organizace ADRA, který je členem pracovní skupiny při Ministerstvu vnitra ČR a předním odborníkem na posttraumatický syndrom u lidí zasažených mimořádnou událostí.

„Čeští senioři jsou skupinou, která je osamělostí ohrožena dlouhodobě. Nedostatek mezilidského kontaktu doslova ničí zdraví a zkracuje život. Za současné situace může nutnost minimalizovat zbývající kontakt velmi rychle způsobit dramatické zhoršení psychického a zdravotního stavu, prohlubovat depresivní stavy, ztrátu sebeúcty. V tomto případě je nutné jednat rychle a nabídnout této nejohroženější skupině jednoduchou pomoc, zdánlivě obyčejnou možnost si popovídat, která ale doslova může zachraňovat životy,“ podporuje tuto iniciativu Josef Kundrát, působící jako pedagogický psycholog na Katedře psychologie Filozofické fakulty Ostravské univerzity.

Ostravská univerzita nabídla 40 svých studentů. Ti se přihlásili sami v rámci dalších univerzitních dobrovolnických projektů. Residomo zajistí veškeré technické zázemí a provozní náklady.

„Naší výhodou je to, že seniory dobře známe prostřednictvím dalších služeb, které pro ně normálně děláme. A taky to, že na ně máme kontakty a můžeme jim aktivně zavolat sami. Dovedu si v těchto dnech představit, jak starý člověk sedí před televizí a s hrůzou sleduje, co se děje. A kolikrát si o tom ani nemá s kým promluvit. My tu jsme pro něj, chceme pomoci, a proto rozjíždíme tuhle mimořádnou telefonní linku,“ říká generální ředitel společnosti Residomo Jan Rafaj.

„Stávající epidemiologická i společenská situace je zcela neobvyklá a pro starší, zvláště osamělé spoluobčany může být složité se v ní zorientovat. Senioři jsou citlivější, zranitelnější a obecně reagují úzkostněji. Proto jsem velmi rád, že se naši studenti, mimo fyzickou pomoc seniorům, kterou již spontánně činí, budou podílet i na pomoci psychologické. Ta bude čím dál tím důležitější, dnešní situace zjevně neskončí během dnů a s postupem času bude ubývat trpělivosti i empatie. Nicméně věřím, že i díky studentům Ostravské univerzity tyto obtížné týdny zvládneme,“ uvádí rektor Ostravské univerzity Jan Lata.

Autor: Jaroslav Baďura

Zdroj: <https://www.patriotmagazin.cz/specialni-telefonni-linka-pomuze-osamelym-seniorum>