



SIDABRINĖ LINIJA

8 800 800 20

**Draugystės, bendravimo telefonu ir pagalbos linija
garbaus amžiaus žmonėms**

pasikalbekime@sidabrinelinija.lt

„Sidabrinė linija“ - tai nemokama draugystės, bendravimo telefonu ir pagalbos linija vienišiams, atskirtį ir izoliaciją išgyvenantiems garbaus amžiaus žmonėms, padedanti išgyventi psichologinius sunkumus, susirasti telefoninį draugą, kuris reguliariai paskambins pasidomėti kaip sekasi, paklausti, kaip žmogus jaučiasi, pasiūlyti pagalbos, ar šiaip pasišnekučiuoti.

„Sidabrinė linija“ padeda spręsti visuomenės ir vyresnio amžiaus žmonių atskirumo, vienišumo, bendravimo trūkumo problemas, suteikdama senoliams galimybę vėl džiaugtis oriu, prasmingu, visaverčiu gyvenimu. Ši iniciatyva siekia išaugti į nacionalinę pagalbos liniją garbaus amžiaus žmonėms, kuri 24 valandas per parą 7 dienas per savaitę teiktų pagalbą ir informaciją, pagal poreikį nukreiptų į kitas specializuotą pagalbą teikiančias organizacijas ir, svarbiausia, padėtų užmegzti gyvą kontaktą su žmogumi, kuriam galima bet kada paskambinti ir tiesiog pasišnekučiuoti.

Garbaus amžiaus žmonėms „Sidabrinė linija“ gali tapti paskata prisijungti prie vietos bendruomenių grupių ir veiklų, sugrįžti prie primirštų hobijų, ryžtis įgyvendinti senas svajones ir kasdien patirti gyvenimo džiaugsmą.

M. Čiuželio labdaros ir paramos fondas kviečia visus garbaus amžiaus žmones aktyviai naudotis „Sidabrinės linijos“ paslauga: skambinkite 8 800 800 20 jau dabar, registruokitės arba registruokite savo artimuosius, kaimynus ir draugus, juk šiltas, nuoširdus pokalbis - tai, ką branginame kiekvienas!

„Sidabrinė linija“ naudotis PAPRASTA, SAUGU ir NIEKO NEIKAINUOJA!

Kelias žodžiais apie „Sidabrinę liniją“

Kas yra „Sidabrinė linija“?

Tai nemokama draugystės ir bendravimo telefonu paslauga vienišiams, atskirtį ir izoliaciją išgyvenantiems garbaus amžiaus žmonėms, teikianti emocinę paramą ir psichologinę pagalbą, informaciją ir konsultacijas, siūlantį galimybę turėti telefoninį draugą, kuris reguliariai paskambins pasidomėti, kaip sekasi, paklausti, kaip žmogus jaučiasi, pasiūlyti pagalbos.

Kam skirta „Sidabrinė linija“?

Visiems garbaus amžiaus sulaukusiems žmonėms, kurie jaučiasi vieniši, niekam nereikalingi, gyvena nutolusiose ir sunkiau pasiekiamose vietovėse, išgyvena netektis, sunkiai serga, neturi su kuo nuoširdžiai ir atvirai pasikalbėti ar tiesiog pasidalinti dienos džiaugsmiais ar rūpesčiais.

Kaip naudotis „Sidabrine linija“?

Prireikus pagalbos, jaučiant poreikį būti išklaustyti, ar tiesiog norint susirasti bendramintį nuolatiniam bendravimui telefonu, nedvejodami skambinkite nemokamu telefonu **8 800 800 20!** „Sidabrinės linijos“ atstovai jus išklausys, suteiks pagalbą, patars ir užregistruos draugystės ir bendravimo telefonu paslaugai.

Registruotis į „Sidabrinę liniją“ gali patys senoliai, arba juos užregistruoti gali jų artimieji, draugai ir kaimynai, juos prižiūrintys socialiniai darbuotojai, slaugytojai, savanoriai ar kiti geros valios žmonės.

Kaip veikia „Sidabrinė linija“?

Po registracijos su jumis susisieks „Sidabrinės linijos“ atstovas, kuris dar kartą įdėmiai jus išklausys, suteiks informaciją ir pagalbą, prireikus užregistruos nemokamai psichologo konsultacijai, o mėgstantiems ir norintiems bendrauti pasiūlys parinkti „telefoninį draugą“ - pašnekovą nuolatiniam bendravimui „Sidabrinėje linijoje“.

Parinkus pašnekovus, abiem dar kartą paskambins „Sidabrinės linijos“ atstovas, papasakos vienas apie kitą, suderins konkretų abiem tinkantį pokalbių laiką. Sutartą dieną ir valandą abu pašnekovai sulauks skambučio iš „Sidabrinės linijos“. Pakėlę ragelius ir išklausę automatinį pranešimą, jie bus sujungti ir jau galės kalbėtis tarpusavyje.

Jei ilgai paaiškėja, kad bendravimas su vienu ar kitu pašnekovu neteikia malonumo, nes nėra „chemijos“, vienai pusei rūpintys dalykai nedomina kitos ir pan., pokalbių draugą galima pakeisti. Svarbu atminti, kad „Sidabrinė linija“ - tai DRAUGYSTĖ ir BENDRAVIMAS TELEFONU, bet ne pažinčių tarnyba.

Kaip parenkami pašnekovai „Sidabrinėje linijoje“?

Pašnekovus parenka „Sidabrinės linijos“ ekspertai pagal jūsų interesus, patirtis, išgyvenimus bei norus. Jūsų telefoniniu draugu gali tapti kitas draugystės ieškantis senolis arba vienas iš „Sidabrinės linijos“ savanorių. Su šiuo pašnekovu galėsite šauniai leisti laiką, bendrauti NEMOKAMAI, SAUGIAI ir KIEK TIK NORISI.

Kuo „Sidabrinė linija“ skiriasi nuo kitų pagalbos linijų?

„Sidabrinėje linijoje“ stengiamės parinkti tokius pašnekovus, kurių pasauliai būtų labai artimi, tuomet ir bendravimas tampa lengvas, malonus, įdomus ir prasmingas, mezgasi ilgalaikė nuoširdi draugystė. Taip pat reguliariu kassavaitiniu iki valandos trunkantys pokalbiai su nuolatinio pašnekovu turi neginčijamą terapinį poveikį. Taigi galime drąsiai teigti, kad „Sidabrinė linija“ turi gydomąją galią.

Iš kur senolis sužino apie „Sidabrinę liniją“?

Informacijos apie „Sidabrinę liniją“ galite gauti jūsų savivaldybės Socialinių paslaugų centre, savivaldybės socialinės paramos skyriuje, bibliotekoje, taip pat teirautis jums padedančio socialinio darbuotojo, slaugytojo, savanorio, ją periodiškai skelbia „Sidabrinės linijos“ informacinis partneris LRT, spaudos leidiniai, radijas ir pan.

Ar saugu naudotis „Sidabrine linija“?

Siekdami apsaugoti savo pašnekovų anonimiškumą, „Sidabrinėje linijoje“ naudojame virtualų skambučių centrą, kuris užtikrina, kad pašnekovų sujungimas nuolatiniams pokalbiams vyksta anonimiškai. „Sidabrinė linija“ neatskleidžia jokių pašnekovų asmens duomenų, išskyrus vardą, gyvenamos vietovės pavadinimą ir pagrindinius pomėgius ar interesus, o visi „Sidabrinės linijos“ pokalbiai saugumo sumetimais yra įrašomi. Be to, visiems pašnekovams patariame ir rekomenduojame nesikeisti savo asmens duomenimis (telefono numeriais, adresais ir pan.), tad bendrauti „Sidabrinėje linijoje“ yra visiškai saugu, kol pašnekovai šių rekomendacijų laikosi. Taigi, jei jums rūpi jūsų pačių saugumas, neskubėkite keisti asmeniniais telefono numeriais su savo pašnekovu, skirkite laiko pažinti savo naująjį draugą ir su juo nuoširdžiai susidraugauti.

Taip pat norime pabrėžti, kad „Sidabrinėje linijoje“ mes niekada nesiūlysimė jums įsigyti kokių nors prekių ar paslaugų, neprašysime pinigų ar užmokesčio už paslaugas. Jeigu jūsų pašnekovas pradės siūlyti kažką panašaus, nedelsiant informuokite mus, o tuo pačiu ir policiją.

Kiek kainuoja pokalbiai „Sidabrinėje linijoje“?

Pokalbiai „Sidabrinėje linijoje“ yra NEMOKAMI, tad nei registracija telefonu 8 800 800 20, nei bendravimas su nuolatinio pašnekovu jums nieko nekainuos*. Bendraukite, kiek tik norisi!

**Visas skambučių, administracines, reklamos, savanorių ruošimo ir kitas išlaidas finansuoja M. Čiuželio labdaros ir paramos fondas.*

Kaip galiu padėti?

Prisidėti ir padovanoti senoliams pokalbį galite šiais būdais:

- > Siųskite SMS žinutę numeriu 1405, įrašę tekstą 1274. SMS žinutės kaina 2 EUR (auka - 1,5 EUR).
- > Aukokite projektui „Sidabrinė linija“ portale Aukok.lt.
- > Skirkite 2 proc. sumokėto gyventojų pajamų mokesčio (GPM) paramos.
- > Perveskite savo paramą tiesioginiu pavedimu į „Sidabrinės linijos“ projektą vykdančio M. Čiuželio labdaros ir paramos fondo sąskaitą LT977300010141345061 banke Swedbank, AB.
- > Tapkite „Sidabrinės linijos“ savanoriais ir skirkite savo laiką, bent po valandą per savaitę, pokalbiams su vienišais senoliais.

Daugiau informacijos suteiksime ir/arba užregistruosime pokalbiams nemokamu telefonu **8 800 800 20.**



SIDABRINĖ LINIJA

DRAUGYSTĖ IR BENDRAVIMAS TELEFONU



„Sidabrinės linijos“ globėjas:

LR Socialinės apsaugos ir darbo ministras

LINAS KUKURAITIS