



**800 157 157**

zdarma 24/7



**Karoliny Světlé 18** • 110 00 Praha 1

tel. 222 333 574, 222 333 536

[www.zivot90.cz](http://www.zivot90.cz)



PRA  
HA  
PRA  
GUE  
PRA  
GA  
PRA  
G

**SENIOR TELEFON**

— LINKA DŮVĚRY

 **800 157 157**

Jsme přesvědčeni, že  
výzvy stáří a stárnutí  
zvládneme společně.



**ŽIVOT<sup>90</sup>**  
S NÁMI SAMI SEBOU

# SENIOR TELEFON

---

ANONYMNĚ,  
NONSTOP  
A ZCELA  
BEZPLATNĚ

Rozumíme pocitům osamělých seniorů a seniorek.

Společně překonáme pocity smutku, úzkosti a strachu.

Vyslechneme Vás, kdykoliv se octnete v těžké životní situaci (ztráta blízkého, zhoršený zdravotní stav, problémy ve vztazích, ...).

Poradíme Vám s vyřízením sociálních služeb a dávek i s možnostmi podpory pro pečující.

Pomůžeme Vám, pokud zažíváte zneužívání nebo domácí násilí.



**Pro seniory  
a seniorky,  
pečující a jejich  
blízké**

 800 157 157

 [seniortelefon@zivot90.cz](mailto:seniortelefon@zivot90.cz)