



**ébredések
alapítvány**

1089 Budapest
Kálvária tér 5
Tel.: (1) 334-1550
ebredesekalapitvany@gmail.com
www.ebredesek.hu

SZAKMAI BESZÁMOLÓ – 2022

AZ ÉBREDÉSEK ALAPÍTVÁNY KÖZHASZNÚ TEVÉKENYSÉGE

Az Ébredések Alapítvány tevékenységét innovatív, magas szinten képzett, kreatív munkatársak határozzák meg, akik a pszichiátria, az addiktológia - és azon belül a pszichiátriai/addiktológiai rehabilitáció - megújulását célzó kezdeményezéseket indítanak el. Az alapítvány bölcső szervezet, mely számos területen indított útjára új kezdeményezéseket. Ilyenek pl. a közösségi pszichiátria/addiktológia, a lelki egészség promóció és a mentális zavarok megelőzése, az önségítés és érdekvédelem, a területen dolgozó civil szervezetek bővülése, stigmacsökkentés, a hanghalló módszer, a tapasztalati szakértők bevonása és képzése, a humanisztikus szervezetfejlesztés, a szociális ellátás fejlődése és a pszichoszociális fogyatékoság értelmezése és mérése. Az alapítvány mind belföldön, mind külföldön tekintélyt szerzett magának innovatív jó gyakorlataival. Szakmai vezetőnk a Pszichiátriai Világszövetség Mental Health Economics szekció társelnöke, a BM Gondoskodáspolitikai Tudományos Tanács tagja. Kéri Péter tapasztalati szakértőt 2022-ben a GAMIAN Europe elnökévé választották.

ÚJ EREDMÉNYEK, INNOVÁCIÓK

(Harangozó Judit)

A 2022-es év során már rutinosan alkalmazkodtunk a járványhelyzethez. A COVID-19 pandémia miatt szolgáltatásainkat már 2020-ban át kellett szervezni, a kapcsolatok és a segítő munka is jelentős mértékben online formában zajlott, a 2022-es közösségi konferenciánk is online valósult meg, a nemzetközi konferenciákon is részben online vettünk részt. Támogatnunk kellett a munkatársainkat, önkénteseinket és legfőképpen a klienseinket a nehéz helyzetekkel való megküzdésben. Fontosnak tartottuk, hogy a nehezebb helyzetben se csökkenjen szolgáltatásaink szakmai és etikai színvonala és a klienseink számára nehezebb helyzetben is rendelkezésre álljunk. Az önségítő csoportjaink nagyrészt továbbra is online működtek és a gondozásban is felfedeztük az új lehetőségeket az online működés által. Az alapítványunk szolgáltatásaihoz így távolabb élő kliensek is hozzájutottak.

A 2022-es évben újra indultak a személyes szolgáltatások, de megtartottuk a pandémia alatt már bevált online formákat is.

Folytatódott? A segítő mentálhigiénés támogatására Pátkai István a mentális elsősegély terén világhírt szerzett pszichiáter kollégánk támogatásával létrehoztunk egy online programot, a KaranténCafét, amely annyira sikeres, hogy vsz. a járvány után is fennmarad. A KaranténKaféhoz külföldi szakemberek is csatlakoztak immár. István önkéntes segítsége nagyban hozzájárult ahhoz, hogy megőrizzük lelki felkészültségünket és hűek maradjunk értékeinkhez a segítő munka során.

Harangozó Juditot meghívták a BM Gondoskodáspolitikai Tudományos Tanács tagjának és továbbra is betölti a Pszichiátriai Világszövetség egyik szekciójának társelnöki tisztát.

Kéri Péter a GAMIAN Europe elnöke lett! Ennek a nagy eredménynek az alapja a GAMIAN Europe-ban végzett eddigi munka mellett a pályázati háttérrel (FOF) egyre fejlődő tapasztalati szakértői tevékenység áll, amelynek során a sorstárs segítők akkreditált képzést kapnak, az alapítvány tevékenységének minden területén jelen vannak. A tapasztalati szakértők nagy száma is mutatja emellett a felépülés értékekre alapozott közösségi ellátás és az önsegítés hatásosságát, hiszen több tucat felépült betegünk ma már inkább a munkatársunkká vált. Kéri Péter olyan új szinteket nyit most meg az alapítvány előtt, amely a nemzetközi szintérré visz minket és segíti a sorstárs segítők jövőjét is.

Bővültek kutatásaink, publikációink, kapcsolataink, képzéseink és fejlődött pályázati lehetőségünk. Egyre több páciens keres meg minket, - 2022-ben sajnos várólistát kellett nyitnunk – és sok önkéntes csatlakozott a munkánkhoz.

Egyre hatékonyabb a Bulyáki Tünde vezetésével zajló, a hajléktalan pszichiátriai betegekkel végzett munkánk, amely bővült 2022-ben, több helyszínre járunk ki és pszichológiai támogatás is bekerült a szolgáltatásba. Több száz beteget vizsgáltunk az elmúlt években és jelenleg 29 fő van közösségi gondozásban.

Az új gazdasági vezető, Csáki Anikó új lendületet adott a gazdálkodás és a menedzsment területén. Stabilizálódott a gazdálkodás és bizakodva készülünk a 2023-ban várható egyetemi szerződés módosításra.

HAZAI SZAKÉRTŐI ÉS NEMZETKÖZI TÁRSASÁGI SZEREPVÁLLALÁS

(Harangozó Judit, Kéri Péter)

Harangozó Judit a BM Gondoskodáspolitikai Tudományos Tanácsának a tagja lett 2022-ben és tovább folytatta munkáját a Pszichiátriai Világszövetség Mental Health Economics szekció társelnökeként.

Sok éves együttműködésünk és közös munkánk után a GAMIAN-Europe Kéri Pétert szavazta meg egyhangúlag elnökévé. Péter így az első személy aki e szervezet szki zo fr én ia diagnózissal élő elnöke. Ezen elnökség révén Kéri Péter az Európai Pszichiátriai Társaság elnökségi tagja is lett, ahol még soha nem dolgozott ilyen krónikus mentális diagnózissal élő személy. Munkája ezekben a szervezetekben önkéntes.

HAZAI ÉS NEMZETKÖZI KAPCSOLATOK

(Kristóf Róbert)

Hazai szakmai-intézményi kapcsolataink bővülését nagy örömmel vettük, s örömeinkre szolgált, hogy javultak korábbi kapcsolataink. Szorosabbá vált a Pszichiátriai Érdekvédelmi Fórummal való együttműködésünk.

Látogatást tettünk a Nyírő Gyula Kórház Addiktológiai osztályán, ahol dr. Petke Zsolt addiktológus főorvos vezetésével, s kollégái részvételével megismerkedtünk az intézménnyel. A Nyírő Gyula Kórház Pszichiátriai Gondozójával és annak vezetőjével, dr. Slezák Adriennel a korábbinál jóval intenzívebb szakmai kapcsolódás alakult ki, részt vettek a közösségi pszichiátriai képzésünkön a

gondozó munkatársai, s küldtek klienseket a tapasztalati szakértő-képzésünkre.

Sok új kapcsolat szövődött a RUBEUS Egyesülettel közösen megvalósított képzések és egyéb szakmai munkák során. Ezt a jelentős projektet, amelyben 12 szervezet vett részt a Bűnmegelőzési Tanács finanszírozta. A pályázatban Dr. Bulyáki Tünde, Kristóf Róbert vett részt az alapítvány részéről.

A budapesti hajléktalanellátókkal (BMSZKI) dr. Bulyáki Tünde projekt-vezetésével tovább bővültek a kapcsolataink, amelyek egy példaértékű közösségi pszichiátriai ellátást képviselnek. 2022-ben ebben a projektben is sor került sorstárs segítő, tapasztalati szakértő foglalkoztatására, Kaszás Jánosné személyében. A BMSZKI Bulyáki Tünde vezetésével, az Ébredések Alapítvánnyal együttműködésben dolgozik ebben a projektben, sőt, 2022-ben az eredeti 3 hajléktalan szálló pszichiátriai gondozása mellett további két BMSZKI intézménnyel bővült a gondozási háló, emellett 3 szállón pszichológiai konzultációt is megrendelt a BMSZKI. 2022-ben közülük 29 részesült közösségi gondozásban. Többen is kikerültek a hajléktalan-ellátásból saját szobába-, vagy albérletbe.

Nemzetközi szinten jelentős előrelépés történt. Kristóf Róbert távozott a Gamian-Europe vezetőségéből, s helyette nemcsak megválasztották Kéri Pétert, de ő a szervezet elnöke is lett. Számos nemzetközi meghívásnak tett eleget, s az Európai Pszichiátriai Társaság (EPA) vezetőségébe is beválasztották. Már személyesen tárgyalt az Európai Unió vezető szerveivel a mentális egészség továbbfejlesztésének lehetőségeiről. Kéri Péter nemzetközi jelenléte az alapítvány számára további kutatási, pályázati, innovációs lehetőségeket nyit meg.

Folytatódott a heti KaranténKafé, amelyben számos hazai és külföldi szakember és tapasztalati szakértő tart eszmecserét.

2022-ben Ulf Malm (Svédország) vezetésével ismét rendszeres online összejövetelekre került sor a korábbi, Ian Falloon által vezetett kutatási és képzési program (Optimal Treatment Program) „veterán” résztvevőivel. Itt Harangozó Judit bemutatta az Ébredések Alapítvány – SE Közösségi Pszich. Centrumot, különös tekintettel a tapasztalati szakértők bevonását. A többi partner is bemutatkozott. A projekt nyomán konferencia-szimposiumokat és könyvkiadást tervezünk.

Kialakulóban van egy együttműködés a franciaországi Rennes egyetemének Pszichológia Tanszékcsoportjával, vezetőjük meghívást kapott a XXVII. Közösségi Pszichiátriai, Addiktológiai és Mentálhigiénés Konferenciánkra. A közös projekt - terveink szerint - cseréltogatásokat, közös kutatásokat és publikációkat jelent majd.

Továbbra is kapcsolatban vagyunk a Genfi Orvostud. Egyetem Addiktológiai Intézetével és Klinikájával. Reméljük, hogy előadnak a konferencián, s meghívást kaptunk egy szakmai programukra 2023. év második felében.

KUTATÁS

(Harangozó Judit)

- A COVID hatása a lelki egészségre, a betegek szükségleteire (Harangozó Judit, Rupp Ágnes, Kéri Péter, Gallai István, Bulyáki Tünde)
- Hajléktalan pszichiátriai betegek helyzete (Bulyáki Tünde, Harangozó Judit, Kaszás Ilona)
- A hanghalló módszer kvalitatív kutatása (Rácz Andrea (ELTE), Mérey Zsolt, Bulyáki Tünde,

Harangozó Judit, Prokop Susi)

- Pszichózissal élők családjainak trauma-kutatása (Harangozó Judit, Bese Bálint)

PUBLIKÁCIÓK

(Harangozó Judit)

- Előadás és publikált absztrakt: Harangozó Judit, Rupp Ágnes, Kéri Péter: Effects of the Coronavirus Pandemic on Mental Health Self-help Group Members: Call for Targeted Patient-centered Interventions. *Journal of Mental Health Policy and Economics* ; 25(SUPPL 1):S14, 2022.
- Zábó Virág, Purebl György, Oláh Attila, Gonda Xénia, Harangozó Judit, Vincze Ágnes, Patkó Dömötör, Bognár Judit, Erát Dávid, Vargha András: Kutatási protokoll: klinikai és nem klinikai mintán vizsgált mentális egészség profi lok a Fenntartható Pozitív Mentális Egészség Elmélet szemléletében. *Neuropsychopharmacologia Hung. 2022. dec. XXIV. 4.* 180-184.
- Zábó Virág, Gonda Xénia, Oláh Attila, Harangozó Judit, Purebl György, Kéri Szabolcs, Vincze Ágnes, Patkó Dömötör, Bognár Judit, lewellyn van Zyl, Vargha András: Kövek közt is virágozó mag – Összefoglaló a pozitív klinikai pszichológia kihasználatlan magyarországi kapacitásainak jövőbeli perspektíváiról. *Neuropsychopharmacologia Hung 2022. Szept. XXIV.3.*113-119.
- Bulyáki Tünde, Kristóf Róbert: Asszertív kommunikáció, mint primer prevenció eszköz a lelki egészség megőrzésében 105-117 In: *Innovációk támogatása a gyermekvédelemben. Gyermek- és ifjúságvédelmi Tanulmányok (Rubeus Egyesület 2022)*
- Bulyáki Tünde, Szécsi Judit, Sik Dorottya: Atipikus helyzetek a családsegítésben – tréningtapasztalatok. 131-145 In: *Innovációk támogatása a gyermekvédelemben. Gyermek- és ifjúságvédelmi Tanulmányok (Rubeus Egyesület 2022)*
- Harangozó Judit, Bulyáki Tünde, Kaszás Ilona : *New Perspectives in Community Psychiatry for Homeless People in Budapest. Presentation at the International Conf: Divány a Dunán, 2022. május*
- Harangozó Judit: COVID19: trauma és reziliencia. Előadás a XXVI. Közösségi Pszichiátriai, Addiktológiai és mentálhigiénés Konferencián, 2022. ápr. 27.

KÉPZÉS

(Kristóf Róbert)

Tavaszi on-line konferenciánk nagy sikert aratott.

Folytatódtak a korábbi képzések: A SE Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikával együttműködve a orvosok, a SE mellett az OMIII-val az orvosrezidensek, az ELTE, a Károli G. és Pázmány P. Egyetemmel a pszichológushallgatók és szociálpedagógusok, szociális munkás-hallgatók, emellett több képzőhelyről a szociális szakemberek, ezen belül az NSZI-vel együttműködésben a közösségi gondozók, valamint az SE-el együttműködésben az egészségügyi szakdolgozók képzésében vettünk részt. Volt a profitszférából érkező tréning-felkérésünk is, melynek november-decemberben tettünk eleget. Továbbra is oktatói vagyunk a SE Egészségtudományi Kar szakmakötelező képzéseinek.

Pályázati forrásból került sor tapasztalati szakértői képzésre, valamint hozzátartozók számára online edukációra. (1. melléklet)

KURATÓRIUM

(Harangozó Judit)

A kuratórium stabilan működött és a felügyelő bizottság vezető tagja, Pintér Aurél is számottevő segítséget nyújtott a kuratórium számára. A kuratóriumban lemondott Prím Gabriella és helyére Csáki Anikó került. A kuratórium a stratégiai döntések, az alapítvány 2023-as egyetemi szerződésmódosítása előkészítése mellett a gazdasági vezetőváltást és az új vezető kiválasztását nagymértékben segítette.

AZ ÉPÜLET

(Csáki Anikó)

Az épület állaga tovább romlott, nagy költséget jelentett és jelent az épület beázása elleni küzdelem, valamint a fűtési rendszer karbantartása. További nehézség még a közüzemi díjak jelentős emelkedése. Mindezek ellenére, valamint jelentős összegű tartozásaink dacára, jelentős segítséggel át tudtuk vészelné a nehéz helyzeteket, s tovább tudunk dolgozni a biztonságos működés/és érdekében.

AZ EGÉSZSÉGÜGYI ÉS SZOCIÁLIS ELLÁTÁSOK

(Vida Ágnes, Bodrogi Andrea és Harangozó Judit)

A szolgáltatásaink egyenletes színvonalon működtek. 2022-ben emelkedett a szolgáltatásaink iránti igény, és most először került sor várólista kialakulására.

A. Egészségügy:

A nappali kórház egyenletes teljesítménnyel havonta mintegy 32 beteg ellátását végezte. Addiktológiai gondozónkban 765 személyt láttunk el, ebből 308 új kliens volt. 130-an az új kliensek közül hajléktalan betegek voltak. A magánellátásban: 192 személy ellátása történt.

B. Pszichiátriai betegek közösségi ellátása (szociális finanszírozással):

Létszám adatok. Közösségi ellátásunkat 2022-ben összesen 178 kliens vette igénybe. Az év eleji nyitó létszám 125 fő volt, az évet 139 klienssel zártuk. Az év során begondozásra 53 fő, kigondozásra 39 fő került. Klienseink 38,8 %-át 69 férfi és 61,2 %-át 109 nő tette ki. A férfiak átlagéletkora 42,8 év (22 -69 év szélső értékek között), míg a nőké 46,4 év volt (20 és 80 év szélső értékek között). Az összes kliens átlagéletkora 45 év volt. Az év során begondozott új kliensek átlagéletkora 40,7 év.

Klienseink BNO kód szerinti megoszlása következőképpen alakult:

Pszichózis spektrum:	99 fő	55,62 % - férfiak körében kissé gyakoribb
Hangulat zavarok:	63 fő	35,39 % - nők körében kissé gyakoribb
Neurotikus zavarok:	16 fő	8,99 %

Klienseink Megoszlása lakóhely szerint:

KERÜLET	FŐ	%
II.	2	1,12
III.	3	1,69
IV.	10	5,62
V.	2	1,12
VI.	6	3,37
VII.	12	6,74
VIII.	34	19,10
IX.	14	7,87
X.	11	6,18
XI.	7	3,93
XII.	3	1,69
XIII.	18	10,11
XIV.	13	7,30
XV.	5	2,81
XVI.	3	1,69
XVII.	7	3,93
XVIII.	2	1,12
XIX.	3	1,69
XX.	6	3,37
XXI.	8	4,49
XXII.	2	1,12
ÉRD	4	2,25
BUDAÖRS	2	1,12
SZÁZHALOMBATTA	1	0,56

Változatlanul a VIII. kerületből érkeznek a legtöbb kliens – közel 20 %, de jelentős a XIII., a IX. és a XIV. kerületiek aránya is. Az I. és a XXIII. kerületből ebben az évben sem volt kliensünk. Az ellátási területünkhöz tartozó Érdi és a Budaörsi járásból csak a kliensek 3,98 %-a – 7 fő érkezett.

A szolgáltatást 2022-ben 29 hajléktalan kliens vette igénybe, 8 férfi és 21 nő. Átlagéletkoruk 54,2 év, ezen belül a férfiak átlagéletkora 53,0 év, a nőké 54,7 év volt. Tartózkodási helyük:

- 1089 Budapest, Kálvária u. 23. – 11 fő,
- 1134 Budapest, Dózsa György út 152. – 7 fő
- 1044 Budapest, Váci u. 102. – 4 fő
- 1081 Budapest, Alföldi u. 6-8. – 2 fő
- 1157 Kőrakás park – 2 fő
- albérlet – 3 fő

Fejlesztő foglalkoztatásban a RehabForce égisze alatt 3 közösségi ellátottunk vett részt.

Kapacitás adatok

2022. január elsejétől a támogatott létszám 120 fő volt. Az év során kapacitásbővítésre nyílt lehetőség – 2022. május 20-án az engedélyezett létszám 145 főre emelkedett. Mindezek tükrében a MÁK 135 teljesítendő feladatmutatót írt elő 2022-re.

Ennek megfelelően a teljesített feladatmutató következőképpen alakult:

HÓNAP	GONDOZÁSI NAPOK SZÁMA	FELADATMUTATÓ
1.	3841	123,9032
2.	3681	131,4643
3.	4393	141,7097
4.	4549	151,6333
5.	4891	157,7742
6.	4724	157,4667
7.	4900	158,0645
8.	4861	156,8065
9.	4549	151,6333
10.	4578	147,6774
11.	4299	143,3000

12.	4316	139,2258
ÖSSZESEN	53582	146,8000

BNO:	GONDOZÁSI NAPOK SZÁMA	FELADAT MUTATÓ	GONDOZÁSI NAPOK SZÁMA	FELADAT MUTATÓ	GONDOZÁSI NAPOK SZÁMA	FELADAT MUTATÓ
F2..: pszichózis- spektrum						
F3..: Hangultzav arok						
F4..: Neurotikus zavarok						
F20..	14907	40,8411	30952	84,8000	49074	134,4493
F21..	1970	5,3973				
F22..	1033	2,8301				
F23..	2938	8,0493				
F25..	10104	27,6822				
F31..	11509	31,5315	18122	49,6493		
F32..	1620	4,4384				
F33..	4993	13,6795				
F40..	530	1,4521	4508	12,3507	4508	12,3507
F41..	2377	6,5123				
F42..	365	1,0000				
F43..	1236	3,3863				
ÖSSZESEN	53582					146,8000

Az F40-es BNO kódcsoporthoz tartozó kliensek aránya nem haladja meg a támogatott létszám 10 %-át. (Támogatott létszám 135; 10 %-a = 13,5000. Teljesített F40.-es feladatmutató 12,3507 = 9,15 %.), nincs szükség korrekcióra.

Személyi feltételek

A közösségi gondozást 8 órában 4 fő, 4 órában 2 fő, 2 órában 2 fő terápiás illetve szociális munkatárs látta el. A közösségi gondozók közül 2 fő kilépett. Egyikük (4 órás) helyére új (4 órás)

munkatárs lépett. A közösségi dokumentáció karbantartását, ellenőrzését végző Kocsis Anikó távozott a szervezettől. A közösségi anyagokat 2022. november 4-én adta át – elődjének/utódjának Vida Ágnesnek. A közösségi gondozók munkáját tapasztalati és kísérő szakértők is segítik.

Ellenőrzések

2022-ben a MÁK a 2021-es évet ellenőrizte, elfogadta a 2021-es elszámolást. A fenntartói ellenőrzés az előírásoknak megfelelően az év folyamán 3 alkalommal megtörtént. Folyamatos volt a feladatmutató és a gondozási események nyomon követése, valamint az év során 2x megtörtént az ellátotti dokumentáció áttekintése. A KENYSZI rendszerben zajlott az adatszolgáltatás és az önellenőrzés.

HR

(Kristóf Róbert)

Különösen nehéz év áll mögöttünk. De talpon vagyunk, s rendeződni, tisztulni látszanak a korábban nehezen működő területek is. Emberi erőforrások szempontjából két kulcsfontosságú munkatárs távozott (gazdasági vezető, képzési asszisztens/kontroller), s mind távozásuk, mind az azutáni időszak komoly megterhelést rótt a szervezetre. Távozott egy fő szociális munkás is, helyére még keressük a szociális szakembert. Nagy segítséget kaptunk a Kuratórium és a Felügyelő bizottság tagjaitól. Csak néhányat említek azok közül, akik a nyár közepétől napi szinten vettek részt nemcsak az új kollégák kiválasztásában, de egy új HR-struktúra kialakításában és beindításában is segítettek az Alapítvány vezetőinek munkáját: Streit Zsófia, Zelkó Csilla, dr. Bulyáki Tünde, valamint dr. Pintér Aurél.

Elmondhatjuk, hogy mindhárom távozó helyére rutinos, alapos, lelkes munkatársakat tudtunk felvenni. Elsőnek Csáki Anikót említem, aki jelentős erőfeszítéssel, 1 hónappal a munkába állása után, sikeres MÁK ellenőrzést készített elő, amihez a rendkívül bonyolult táblázatokban és kimutatásokban kellett elmélyednie. A 2022-es évet stabilizálódó gazdálkodással zártuk. A korábbi gazdasági vezető kilépett a kuratóriumból is, és jelzi a bizalmat az új vezető felé, hogy a kuratórium tagjai közé választotta. A képzési asszisztens, kontroller távozása nehéz helyzetet hozott szintén, de Vida Ágnes, a terület korábbi nagyszerű ismerője, vezetője vissza tudott térni. Ő is jelentős átvizsgálásba kezdett, amely segíti a működésünket. A közösségi gondozók körül egy szakember távozott, de a számos önkéntesünk közül nem volt nehéz utódot találni.

Ellátási oldalról is komoly nyomás nehezedik a szervezetre, egyre nagyobb várólistával kell megküzdenünk, s korábbi célunktól, hogy mindenkin a lehető legkevesebb időn belül segítünk, kissé távolabb kerülünk. A kollégák túlterheltek, de lelkesen, hatékonyan állják a sarat.

Az egyensúlyba kerülő, az előírások szerint működtetett gazdálkodás az év végén már szerény prémiumra, sőt fizetésemelésekre is lehetőséget teremtett. A továbblépés, a fejlődés útjában anyagi nehézségek állnak. Gond a munkatársak alacsony fizetése, s az, hogy új munkatárs felvétele egyelőre ki van zárva. Az önkéntesek munkájára is támaszkodunk. 2022-ben a SE Pszichiátriai és Pszichoterápiás Klinikáról érkeztek rezidensdoktorok, amely segítette a nappali kórház munkáját.

Öröm, hogy a tapasztalati szakértők közül kerül ki a kommunikációs vezetőnk Kéri Péter személyében.

PÁLYÁZATOK (ld. Még 2. melléklet)

(Kéri Péter)

Tapasztalati szakértői projekt (programvezető: Kéri Péter)

Az Ébredések Alapítvány, a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet FOF pályázata keretében nyert támogatást egy olyan tapasztalati szakértői kör létrehozásában, mely az alapítvány hagyományait, tapasztalati szakértői képzéseinek eredményeit ápolja és tovább viszi.

Az idei képzés után alapítványunk összesen 65 tapasztalati és kísérőszakértői vizsgálával rendelkező kollégát bocsáthatott útjára. Idei projektünk egyik alappillére az volt, hogy ezek a szakértők egész éven át mint önálló team működhessenek és országszerte – a felmerülő igények ismeretében – beilleszkedhessenek az ellátórendszer más-más pontjaiba. Tapasztalati szakértői körünk működése rendkívül sok tanulságot mutatott. Megérthettük, ki miért marad hosszú távon ezen a pályán és azt is, hogy többen mi okból nem szeretnék tapasztalati szakértőként dolgozni. Megismerhettük heti rendszerességű klubtalálkozóinkon, hogy az aktív tapasztalati szakértők milyen kihívásokkal néznek szembe az ellátórendszerekben, milyen nehézségeket tapasztalnak akár saját állapotuk változásában működésük során.

A kör működése alatt szervezésben eljutottunk vidéki egészségügyi, szociális és egyházi intézményekbe is amire nagyon büszkék vagyunk. Tapasztalati szakértőinket sikerült bevonni nemzetközi kutatásokba, konferenciákba betegségcsoporttól függetlenül. Igen fontos volt minden segítő visszajelzés ami az Ébredések Alapítvány kollégáitól és más ellátóktól érkezett, hisz működésünket így tudtuk a legjobb útra terelni. Büszkék vagyunk arra, hogy több tapasztalati szakértőnk kap kisebb nagyobb fizetést is azért, hogy e munkában tevékenykedik, továbbá arra is, hogy csapatunkat a legkülönbélebb ellátók, csoportok, közösségek is megkeresik.

Több konferenciafelkérést is kapott teamünk az idén, ebből a Pszinapszis pszichológiai konferenciát emelném ki, mely látogatói először kaphattak előadást a tapasztalati szakértelem mibenlétéről. Fantasztikus érzés, hogy ezek az eltökélt segíteni vágyók (peer workerek, csoportvezetők, élőkönyvek), mind-mind aktívan vettek részt a munkánkban.

Óriási megtiszteltetés csapatunknak, hogy következő FOF pályázatunk révén – a nehézségek megismerése után – újabb évet láthatunk magunk előtt. Amit magunk mögött tudhatunk számokban*:

- 7.600 személyes segítség (a többszöri találkozásokat és csoportokat is beleértve),
- 1.200 megkeresés ellátótól, családtól, klienstől, képzési intézménytől
- 417 csoport, mely vezetői konzultáltak teamünkkel, vagy a vezetők teamünk tagjai
- 1000 interakció (zoom, telefon, személyes) a team tapasztalati szakértői között

*Forrás: Tapasztalati Szakértői felmérés, lezárva 2022.12.31.

Közösségünk nem csak itthon, hanem külföldön is elismertté vált, ami különleges dolog.

Szülőpályázat (Megvalósításért felelős személy: Kéri Péter)

A Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézet FOF Szülő pályázata keretében beindítottuk a KözösenKönnyebb szülőknél szóló kurzusainkat, melyek ebben az évben is hatékonyak voltak. KözösenKönnyebb 1.0 nevű kurzusunk az ország teljes területéről 30 hozzátartozót segített, 2.0 kurzusunk szintén harmincat, míg a 3.0-s majdnem 60 embert fogadott. Ezekkel az eléérésekkel egy átlagos családi miliót alapul véve egy-egy alkalommal 100-300 személynek is segítséget nyújtunk. Ezen képzések, workshopok létrehozásában már tapasztalati szakértőinket is bevontuk,

munkájukért fizetést kaptak.

A Szülő pályázatunkat idén is elkészítettük és akárcsak a FOF nevű, támogatást nyert.

MyHeart Projekt 2022

A GAMIAN Europe tagjaként, az Ébredések Alapítvány is részese annak a művészeti projektnek, mely - habár lelki elakadásokkal, problémákkal, diagnózisokkal élőkét céloz meg - arra helyezi a hangsúlyt, hogy a MŰALKOTÁS az MŰALKOTÁS, a MŰVÉSZ az MŰVÉSZ.

Különleges dolog ez, hiszen általában "páciensek műveinek" csokrait láthatjuk néhány helyen, ahol sokszor nem az alkotás minősége, hanem a diagnózis a fő ismérv.

A My heART projekben, minden olyan szervezetnél gyógyuló, terápiát igénybe vevő alkotó pályázhat, aki szeretné megmutatni művészetét.

A műveket nem pszichiáterek, szakorvosok, ápolók csapata, hanem igazi kiválasztott neves művészek válogatják majd, és ugyanők választják ki azt a három alkotót aki a kiírás végén egy-egy hétvégét nyer egy-egy igen izgalmas, érdekes városba. (Amsterdam, Madrid, Firenze)

A szervezőbizottság magyar tagja, és a rendezvény egyik szervezője Kéri Péter volt.

Peer-Support projekt 2022-

Az Ébredések Alapítvány képviseletében a GAMIAN-Europe-val karöltve egész Európát átfogó peer-support / sorstárs-segítő kezdeményezés elindítását kezdeményeztem mely elfogadásra került. Ennek keretében az európai gyakorlatokat megoszthatjuk egymással és erre megfelelő modern online felületeket hozunk létre.

ONLINE jelenlét

(Kéri Péter)

Online jelenlétünk tovább erősödött, a Facebook követőink száma ismét óriásit emelkedett, zárt csoportjaink aktivitása nagyon magas.

Fő Facebook oldalunk éves elérése 297%-kal növekedett 2022-ben ez 155 674 darab egyéni elérést jelent. A láthatóságunk mértéke ennek sokszorososa. Ezek az elérések a szintént több mint ezerrel megnövekedett követőtől származnak így 3900 követőnk van.

Fizetett eléréseink is igen magasak voltak:

Közösen Könnyebb kampány: 70 597 elérés

Közösen könnyebb 2,0 kampány 51 104 elérés

Továbbadó adománygyűjtő kampány: 19 146 elérés

Továbbadó II adománygyűjtő kampány: 18 316 elérés

Követőink 82%-a nő 18%-a férfi

Városok szerint:

Budapest 50%

Debrecen 2%

Székesfehérvár 1,5%

Szeged 1.2%

Pécs 1%

Kecskemét 1%

Ország szerint:

Magyarország 93%

UK 1%

Románia 1%

Követésleállítási arányunk 126/611 előző évben 83/319 ami javuló tendencia.

6 dSzabóné ?arab zárt Facebook csoportunk van melyek a betegjogokat szem előtt tartva nem mutatnak semmit kívülről, mégis betegségtípusonként nagyon nagy napi tevékenységet mondhatnak magukénak.

Messenger: Messenger felületünkre naponta 5-10 kéréssel kérdéssel érkező üzenet érkezik, ezeket a Streit Zsófia és Kéri Péter a megfelelő helyre irányítja.

Internetes megjelenéseink és adománygyűjtési felhívásaink (1% és PayPal) sikeresek voltak.

Megtartottuk kozosen.ebredesek.hu oldalunkat, melyet újabb cikkekkel frissítettünk hozzátartozókat szakembereket is bevonva, elkészült könnyebbkozosen.hu tudásbázisunk melyről az alapítvány prezentációi, videói tölthetőek le hozzátartozók részére. Ezeket folyamatosan karban tartja Kéri Péter.

Felepules.org oldalunk forgalma nő, itt folyamatos együttműködésben (heti) vagyunk a tapasztalati szakértőkkel, időpontjaikat hetente egyeztetni a csapattal Kéri Péter, azokat a rendszerbe helyezi, majd a foglalások menetét ellenőrzi.

MÉDIA

(Kéri Péter)

Az idén több online és nyomtatott felületen is megjelent ellátóhelyünk. Így a Magyar Nemzet, a 168 óra is írt rólunk, továbbá Kaszás Ilona az ATV műsorában volt látható.

CSOPORTOK

(Kristóf Róbert és a csoportvezetők)

Alap pszichoterápiás csoportként továbbra is működött a Józanság Megtartó Csoport, továbbá rendszeresen szervezünk Asszertív tréning csoportokat. Rendelkezésre áll a ASSZERTÍVIA és az ASSZERTEEN Applikáció is.

Önsegítő és önképző csoportok

Hanghalló csoport	Mérey Zsolt, Gallai István, Mérey Dániel
Hozzátartozói csoport	Mérey Zsolt
Bipoláris csoport	Gecse Andrea
Eltökéltek - traumafeldolgozó csoport	Streit Zsófia, Bulyáki Tünde
Filozófiai Kávéház	Nemes László
Barcsay-alkotókör	Dubniczki József
LOVE csoport	Kéri Péter
Irodalomkör, verskör, angol	Tóth Katalin

A csoportokról részletes beszámolókat olvashatunk az 3. sz. mellékletben.

ANTISTIGMA PROGRAM

(Szabóné Streit Zsófia)

- 2022.04.27. Ébredések konferencia: Antistigma-díj átadása
- 2022.05.25. Dívány a Dunán, érzékenyítés
- 2022.09.23. Medikusok érzékenyítés
- 2022.09.25. Pszinapszis érzékenyítés
- 2022.10.07. Medikusok érzékenyítés
- 2022.10.14. Bulyáki Tünde ELTE érzékenyítés
- 2022.10.21. Medikusok érzékenyítés
- 2022.10.27. Bulyáki Tünde ELTE-TÁTK érzékenyítés Gallai István, Gecse Andrea, Kéri Péter, Streit Zsófia
- 2022.10.28. Medikusok érzékenyítés
- 2022.11.12.-13. Hozzártatózók képzése, érzékenyítés
- 2022.11.19.-20. Hozzártatózók képzése, érzékenyítés
- 2022.11.23. Máltai Szeretetszolgálat Molnár Kata, Gallai István érzékenyítés
- 2022.11.25. Medikusok érzékenyítés
- 2022.12.02. Medikusok érzékenyítés
- 2022.12.09. Molnár Kata NSZI érzékenyítés
- Színház – A Hisztérika c. darab kapcsán három ízben érzékenyítettünk a Hisztérika című előadás utáni nyílt óránkon, ahol több mint 100 embert értünk el.

2022-ben továbbra is karbantartottam a Nyitnikék weboldalt. 2022-ben kb 15db antistigma hírlevél ment ki, levelenként kb 10 hírrel.