



THALASSA
HÁZ

Segély Helyett Esély Alapítvány

Beszámoló a 2023-as évről



Várvédő Szilvia, a Thalassa Ház intézményvezetőjének visszatekintője

Hálás vagyok a 2023-ban elért eredményeinkért, így köszönettel tartozom kollégáimnak, a hozzánk bizalommal fordulóknak és nem utolsósorban támogatóinknak.

2023-ban lehetőségünk volt arra, hogy a Thalassa Házban a terápiás közösségi működés mind teljesebb formájában dolgozhattunk. A tavalyi évet leginkább a **szakmai és szervezeti stabilitás megerősítése** jellemezte, ami a pácienslétszámunk további növelését, a szakmai felkészültségünk elmélyítését, a humán erőforrásunk bővítését, és a pénzügyi nehézségeink megoldásának folyamatos menedzselését jelentette. Klinikai munkatársaink elkötelezetten és kitartóan dolgoztak, ezáltal növelve a szakmai munkánk színvonalát, melynek eredményeként **első interjúra 631 esetben jelentkeztek** hozzánk, bizalmat szavazva ezzel Intézetünknek. **Több hónapon át tartó pszichoterápiás rehabilitációs ellátást 174 páciensnek tudtunk biztosítani intézményünkben.**

2023. jubileumi év volt a Thalassa Ház életében, fennállásunk 20. évfordulóját ünnepeltük meg tavasszal. Fűtésrendszerünket kiegészítettük új klímaberendezések beruházásával, telepítésével. Terápiás eszköztárunkat új hangszerekkel és művészetterápiás kellékekkel bővíthettük, valamint a rezsikiadásainkhoz is kaptunk támogatást. Alapítványi fenntartású működési formánkból adódóan egyre nehezebbé vált a bérszínvonalunk megtartása, emelése, más egészségügyi intézményekhez való igazítása, azonban szintén egy támogatási forrásnak köszönhetően - legnagyobb örömünkre és kollégáink megbecsülésére - **sikerült bérkiegészítéssel megtartani szakembereinket.**

Mindezen bizalomnak, támogatásoknak és munkatársaink együttműködésének köszönhetően nagy tervekkel és reménnyel telve vágtunk bele a 2024-es évbe.



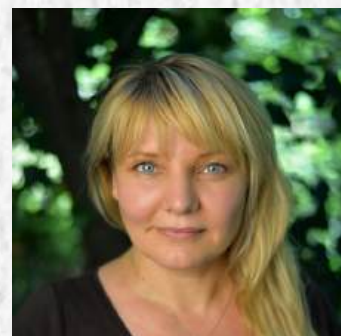
Várvédő Szilvia

Farkas-Régi Annamária, szociális intézmények vezetőjének beszámolója

A 2023-as év a Szociális Intézményeink életében a megszilárdulás és a stabilizálódás időszaka volt. Az előző évben bekövetkezett vezetéváltás és személyi változások után mostanra sikerült az új csapatunkat teljes mértékben összekovácsolni és az új munkarendet kialakítani. Az átadási időszak alatt szerzett tapasztalatokat felhasználva, a 2023-as év során sikeresen megoldottuk az óhatatlanul felmerülő nehézségeket.

A Tisztás Szenvedélybetegek Rehabilitációs Intézményben, mely a Thalassa Ház érintett páciensei számára biztosít heti rendszerességű speciális csoportot, továbbra is elsődleges célunk volt a különféle függőségekkel küzdők segítése és a megtartó sorstárs közösség működtetése. A szociális segítségnyújtás keretében továbbra is támogattuk a terápia utáni életbe való visszatérést, beleértve a további önsegítő csoportok felé történő delegálást, és az önálló életvitel kialakítását.

A Móló Támogatott Lakhatásban az év során 7 lakó élt. A 2023-as évben kerestük azokat a pályázati lehetőségeket és szakmai együttműködéseket, amelyek által tovább lehet fejleszteni a lakhatási szolgáltatást biztosítva ezzel a lakók számára az élhető, stabil és támogató környezetet.



Farkas-Régi Annamária



A Thalassa Ház **terápiás közössége** a **mentális nehézségekkel** és kapcsolódó kihívásokkal küzdő **serdülőknek és felnőtteknek** segít a **felépülés és a függetlenség felé** haladni a közösségben való együttélés, a felelősségvállalás és a **klinikai ellátás** eszközeivel.

A **terápiás közösség** nálunk egy **módszertani keret**, melynek ernyője alatt többféle, alapvetően csoportos pszichoterápiás módszert alkalmazunk:

- **verbális** pszichoterápia
- **nonverbális** terápiák (zene, színház, mozgás, képzőművészet)
- **szocioterápiás aktivitások**
- Tisztás csoport (**addiktológiai** problémákkal küzdőknek)

“A Thalassa Házban megismert sorsok, és a közös, vagy együtt megvitatott gondolatok mindig egy kicsivel előbbre vittek terapiám során a gyógyuláshoz. Sok olyan gondolat vagy kérdés volt bennem amit egyedül négy fal között, szimplán gyógyszerekkel nem tudtam volna leküzdeni, de a közösségben minden támogatást megkaptam ahhoz, hogy dolgozzak egy jobb "ügyön". Visszakaptam az álmokat, az életet, amiről szinte teljesen lemondtam. És ami a legfontosabb az önbizalmat, és a magamba vetett hitet. Ez az a "megcsinálom" érzés... Csak akarnom kellett.”

egykori páciens története



**THALASSA
HÁZ**

Egészségügyi intézményünk

Közfeladatot ellátó egészségügyi intézményünkben 38 krónikus kórházi ágyon, 19 férőhelyes nappali szanatóriumban, valamint a Pszichoterápiás Szakambulancia keretében heti 24 órában nyújtjuk a hozzánk önként fordulóknak számára a betegellátást a Nemzeti Egészségbiztosítási Alapkezelővel kötött finanszírozási szerződéssel. A klinikai kezelői team döntése alapján felvett személyeknek komplex pszichoterápiás programot kínálunk a hazai viszonylatban egyedülálló megközelítéssel, terápiás közösségi formában 3-6 hónap időtartamban.

Alapítványi intézményünk a különleges, komplex pszichoterápiás programjának fenntartása és az intézményi működés biztosítása érdekében önerős támogatási rendszert működtet, melyet a terápiájukat megkezdő pácienseknek vállalni szükséges. A szolidaritás elve mentén, a rászoruló páciensek számára ehhez szociális alapunk nyújthat támogatást.

Szociális intézményeink

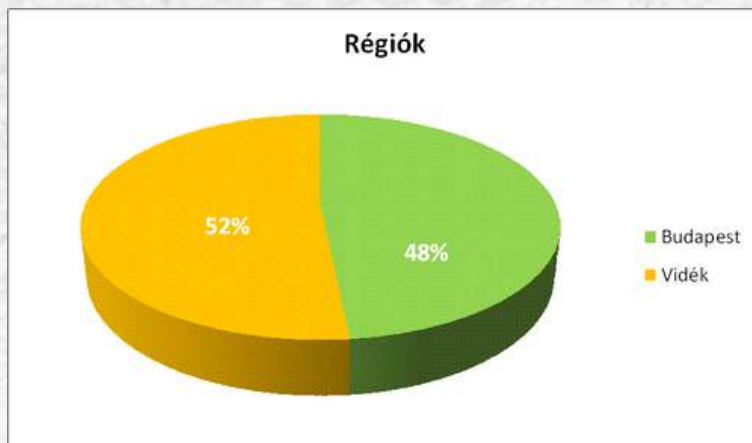
Szociális intézményeink működését alapítványunk normatív állami hozzájárulás segítségével biztosítja. A Tisztás Szenvédélybetegek Rehabilitációs Intézményben a korábban addikt, illetve "kettős" diagnózisú személyek számára 20 férőhelyen biztosítjuk pszichoterápiás ellátásuk mellett, az esetükben indokolt addiktológiai konzultációt, valamint a szociális esetvezetést, egyéni és csoportos formában. A MÓLÓ Támogatott Lakhatásban 7 lakó él térítési díjas hozzájárulással.



Akik szolgáltatásainkat választották 2023-ban

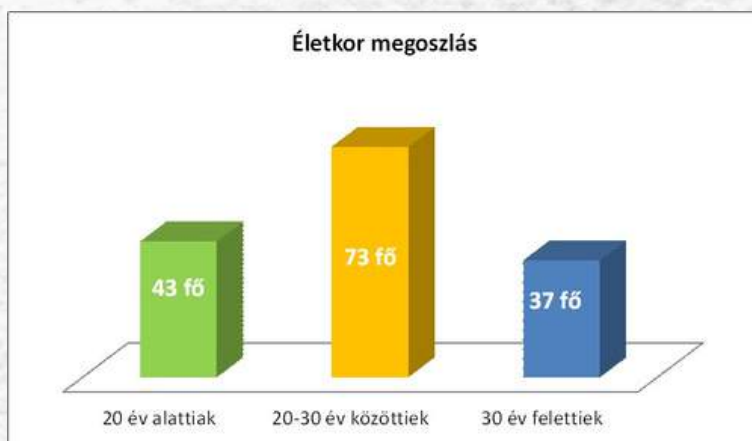
Komplex pszichoterápiás rehabilitációs ellátást **153 esetben** tudtunk biztosítani a **Thalassa Házban**. Az integráltan működő **Tisztás Szenvedélybetegek Rehabilitációs Intézményében** pedig **33 fő** kliens kapott külön ellátást.

Az ellátásban résztvevők földrajzi megoszlása



2023-ban ellátottak életkor szerinti megoszlása

20 év alattiak: 43 fő
20-30 év közöttiek: 73 fő
30 év felettek: 37 fő



A **Móló Támogatott Lakhatásban** **7**, korábban pszichiátriai rehabilitációs ellátásban részesült személy élt a tavalyi évben.

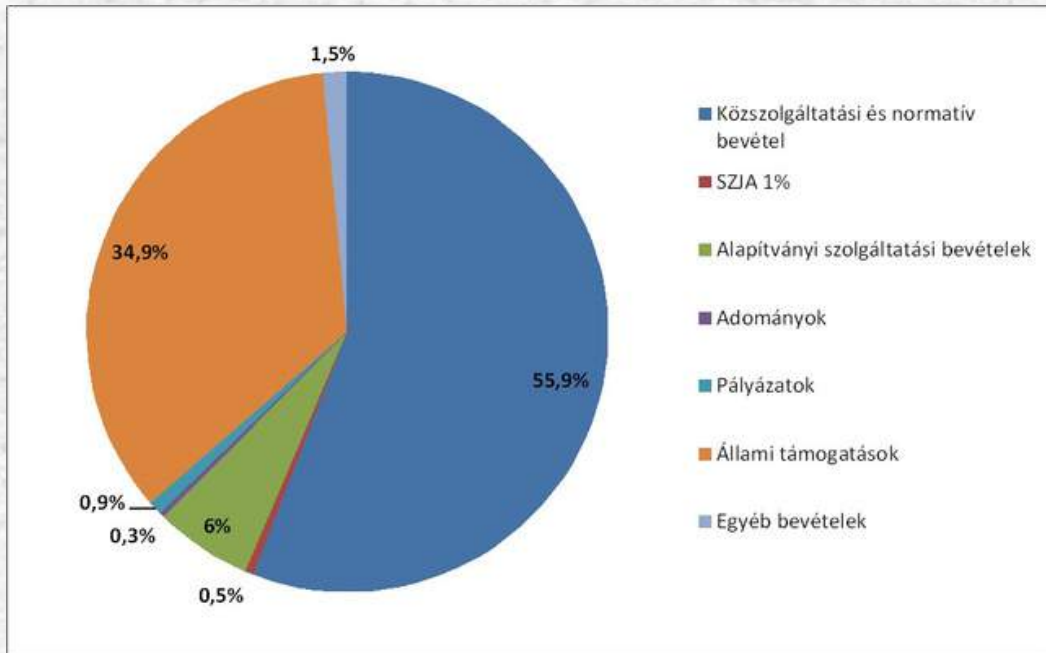


Kiadásaink

Kiadásaink döntő hányada bér jellegű kifizetés. **2023-ban 48 fő munkatárs vett részt a terápiás munkában és intézményeink működtetésében.** Stábunkat pszichiáterek, pszichológusok, ápolók, szocioterápiás munkatársak, szociális munkások, művészetterapeuták, portások, takarító személyzet, gazdasági és kommunikációs kollégák közös részvétele alkotja.

Alapítványunk fenntartóként **saját forrásaiból fedezi a működtetéshez kapcsolódó költségeket,** eszközbeszerzéseket, javításokat, karbantartásokat, a felszerelések és berendezések cseréit, a kommunikáció és a szakmai konferenciák költségeit.

Bevételeink



A 2023. év ráfordításai a közszolgáltatási bevételek tükrében





Bevételeink

A közszolgáltatási és normatív állami finanszírozás és a teljes ráfordítás közötti különbséget alapítványunk különböző forrásokból egészíti ki. Ezek a források: pácienseink önerős hozzájárulása, pályázati támogatások, adó 1%-os felajánlások, magánszemélyek és vállalatok pénzbeli adományai.

Pályázatok

2023-ban 7 pályázaton indultunk, ezekből három nyert támogatást. A pályázatokon összesen 3.089.298.- Ft támogatást kaptunk a MOL Új Európa Alapítvány – Gyermekgyógyító Programtól, a Victoria a gyermekekért Közhasznú Alapítványtól és a Slachta Margit Nemzeti Szociálpolitikai Intézettől.

SZJA 1%

2023-ban 1.721.765 Ft-ot ajánlottak fel a magánszemélyek az SZJA 1%-ából alapítványunk javára, amelyet terápiás eszközökre és terápiás programokra tudunk fordítani.

KOMMUNIKÁCIÓNK

Érezzünk együtt, olvassunk együtt

Ha júniustól augusztus végéig vásárol a Libri könyvruházban, lehetősége van adományjeggyel támogatni a Thalassa Házat.

Köszönjük, ha gondol ránk!



SZENVEDÉLY- BETEGSÉGEK

definíció | szerhasználat | tabuk



szocioterápiás munkatárs

jelentkezését várjuk
a Thalassa Házba!

NYÁRI KÖNYVAJÁNLO

Vadász Piroska zeneterapeuta

"Linn Ulmann: Szemem fénye. Egy norvég családragényt ajánlok Nektek, ami egyszerre iszonyú szomorú és izgalmos, szinte letehetetlen. Az egész történet egy családi titok köre épül. A titok, amiről nem lehet beszélni beépül mindenki életébe, csak másképp."



hozzátartozói csoport

függőséggel élők hozzátartozóinak
a Thalassa Házban

NYÁRI KÖNYVAJÁNLO

Dr. Ötvös Réka pszichiáter szakorvostól

"Az aktuális kedvenc könyvem Alba Donati: Könyvesbolt Toszkánban. Bár kicsit a ponyvaregények sajtója lett az olasz utazás, toszkánai nyaralás, toszkánba költözés témája, de Donati mégsem közhelyesen ír ezekről, nem rózsaszín, hanem hús-vér emberek jelennek meg a könyvben, lelki vívódásaikkal, konfliktusaikkal együtt."





THALASSA
HÁZ

Szakmai szereplések, konferenciarészvételek

13. LFA – Learning from Action – working conference

A terápiás közösségben dolgozó szakemberek számára szervezett továbbképzési forma, tapasztalati tanuláson alapuló készségfejlesztés. A konferenciák megszokott struktúrájától eltérően az LFA-n nincsenek előadások, workshopok; a háromnapos esemény alatt a résztvevők egy szimulált közösséget alkotnak és a közösségi együttéléshez szükséges feladatokon, illetve a közös tevékenységeken keresztül, azokra reflektálva fejlesztik pszichológiai, pszichoterápiás megértésüket.

2023-ban néhány munkatársunk részt tudott venni ezen a továbbképzési eseményen, melyhez részben a Goodwill Pharma alapítványa nyújtott segítséget.

Az élményalapú konferencia nagyon sok értékes mozzanattal gazdagította munkatásaink szakmai önismeretét és a közösségekről, azokban betöltött szerepekről, dinamikákról alkotott gondolkodásukat. Az LFA szervezői stábjának sok éve tagja kezelő teamünkben Valkó Lili klinikai szakpszichológus, csoportanalitikus szakpszichológus is.



**THALASSA
HÁZ**

Szakmai szereplések, konferenciárészvételek

GASI (Group Analytic Society International)

Pszichiáter és klinikai szakpszichológus munkatársaink résztvevői voltak a GASI 2023-ban Belgrádban megrendezett konferenciának, melyhez szintén hozzájárult a Goodwill Pharma Alapítványa. Kollégáink ennek tapasztalatairól beszámolót tartottak az itthon megrendezett CSAKIT konferencián, ahol nagycsoportot is vezettek.

A Csoportanalitikus és Kiképző Társaság (CSAKIT) tagja az Európai Csoportanalitikus Kiképző Intézetek Hálózatának (EGATIN) és az Európai Pszichoterápiás Szövetségnek (EAP).

European Group Analytic Training Institutions Network (EGATIN)

Budapesten rendezték az EGATIN képzéssel egybekötött találkozóját, "Temetett és Teremtő Örökségek a Csoportanalitikus Képzésben" címmel. Az eseménynek egyik főszervezője, illetve segítője volt két kezelő munkatársunk.



THALASSA
HÁZ

Szakmai szereplések, konferenciárészvételek

Serdülő- és Gyermek Pszichoterápia Folyóirat VI. Konferenciája

Játszó Térkép címmel tavasszal került megrendezésre, ahol a gyermekek és serdülők pszichoterápiás ellátásában dolgozó szakemberek és kutatók cseréltek eszmét egymással, hozzájárulva ezáltal ahhoz, hogy a hazai gyermek- és serdülő pszichoterápia legújabb vívmányai eljussanak a szakemberekhez, és hogy megismerhessék egymás jó gyakorlatait. A Thalassa Ház klinikai teamjéből négyen vettek részt, és egy workshop során bemutatták a felnőttek közé integrált serdülők ellátását a Ház Terápiás Közösségében.

Pszichodráma csoportunk vezetője a pszichodráma terápiás hatásáról tartott előadást a **Hátrányos Helyzetűekért Országos Egyesület online szakmai továbbképzésén**. Az Egyesület a NILD tanulási terápia hazai meghonosítója.

Kiállításunk és tematikus szakmai műhelyek az Átkelő Galériában

Novembertől öt héten át volt látogatható a Thalassa Ház képzőművészet-terápiás csoportján készült alkotásokból összeállított art brut kiállítása, Világaink címmel. A megnyitót kerekasztal beszélgetés követte „Szavakon innen és túl” címmel. A kiállítás ideje alatt hétről hétre bemutatkoztak nonverbális csoportjaink, a csoportvezetők által vezetett workshopok során. A Thalassa Házban a nonverbális terápiás módszerek a komplex rehabilitációs program részét képezik. Mind a kiállítás megnyitóján, mind az azt követő hetekben, illetve a szakmai esteken nagy volt az érdeklődés, és a visszajelzések alapján további hasonló alkalmakra is szükség lenne a közös szakmai gondolkodás érdekében.





Médiamegjelenéseink

A mentális problémákkal való megküzdésben és az azokat övező társadalmi tabuk lebontásában óriási szerepe van a küzdelmekről való beszédnek, ezért fontos számunkra minden, a nyilvánosságot elérő megszólalási lehetőség. 2023-ban háromszor is beszélgethettünk munkánkról.

Áprilisban a **KÉPMÁS Magazinban** meséltünk a Thalassa Ház működéséről, a terápiás közösségről, a nálunk alkalmazott különböző nonverbális módszerekről. [LINK](#)

Júniusban a **Szabad Európa Rádió** podcastján kérdezték teamünk tagjait a terápiás közösségről, a demokratikus működésről és a lapos hierarchiáról, a kórházi és szociális ellátás viszonyáról, a hazai ellátás helyzetéről, valamint a mentális egészség társadalmi fontosságáról.

[LINK](#)

Augusztusban a **Klubrádió Zsebenciklopédia** című műsorában pszichiáter szakorvos kollégánk beszélt a fiatalkori lelki problémákról és a Thalassa Házzal. [LINK](#)



Szerepvállalásunk a hazai szakember képzésben

Aktív szerepet vállalunk a hazai graduális és posztgraduális szakemberképzésében.

Intézetünk a Semmelweis Egyetem által akkreditált képzőhely a pszichiáter szakorvos, gyermek- és ifjúságpszichiáter szakorvos és a pszichoterapeuta szakorvos / szakpszichológus képzésben. Továbbá a graduális pszichológus képzésben az ELTE, a PPKE és a KRE klinikai gyakorlóléhelyeként veszünk részt.

Ezek mellett, 2023-ban sikerült a gyermek- és ifjúságpszichiáter szakorvos képzésben való akkreditációt is megkapnunk.

2023-ban két pszichiáter rezidens és egy pszichoterapeuta jelölt töltötte gyakorlatát a Thalassa Házban.

Önkéntesek a terápiás közösségben

2023-ban 10 önkéntes vállalta a hosszabb távú, minimum fél éves elköteleződést, azzal a szándékkal, hogy segítsék a klinikai teamünk munkáját, megismerve a terápiás közösségi munkamódot.



Intézményi kapcsolatépítés

Intézményi vezetésünk ismét célul tűzte ki, a korábban már jól működő, szakmai kapcsolattartást a hazai szociális és egészségügyi szektorban működő szervezetekkel, intézményekkel. Ennek érdekében folyamatosan keressük a kapcsolódási lehetőségeket, illetve stábunk is nyitott a megkeresésekre a kölcsönös tapasztalatcsere szándékából, melynek várható eredménye a minél adekvátabb betegirányítás, a páciensek és kliensek számára legmegfelelőbb ellátási forma ajánlása és kiválasztása.

2023-ban megvalósult intézményi látogatások, szakmai tapasztalatcserék a Thalassa Házban:

Murmo – gyerekterápiás rendelő

BMSZKI Dózsa Átmeneti Szállás
Mérföldkő Egyesület Kovácsszénája –
szenvedélybetegek komplex rehabilitációja

Megálló Csoport Alapítvány
Szenvedélybetegekért



Működésünk és támogatóink

A megelőző évben megújult tagsággal folytatta munkáját 2023-ban a Segély Helyett Esély Alapítvány, közhasznú civil szervezet, intézményeink fenntartója. A Kuratórium és Felügyelő Bizottság tagjai önkéntesen, díjazás és ellenszolgáltatás nélkül vállalják a törvényben meghatározott feladataikat és emellett az egész év során szaktudásukkal segítik stábunk munkáját.

Kuratóriumunk tagjai: Poór Titanilla (elnök), Csatlós Judit, Justin Mónika, Dr. Szemelyácz János

Felügyelő bizottságunk tagjai: Andrási-Tóth Ágnes
Ipacs Laura, Dr. Jancsó Ildikó Mária

Akik pénzbeli, termék- vagy szolgáltatás-adománnyal és szaktudással támogatták működésünket 2023-ban:

- ASCON Consulting
- Boonshelf jótékonyági piactér
- Digic Services
- Goodwill Pharma az Egészségért Közhasznú Alapítvány
- Integral Vision – webfejlesztés, honlapgondozás
- ProMedia Reklám Nyomda
- Trelog Kft.
- Fulmer Andrea, webfejlesztés
- Németh Emese Karolina, coaching
- Schaffer Gábor online marketing szakértő
- Simó Kata grafikus
- Szekeres Anita, UI designer
- Urbán-Kormány Kinga – online marketing specialista

...és még sok magánszemély pénzbeli adományokkal.

Köszönjük Mindenkinek!



THALASSA
HÁZ

Terveink

A 2023-as év a nehézségek mellett szakmai sikereket, munkánk iránti növekvő érdeklődést, és ezáltal bizakodást hozott el alapítványunk és intézményeink számára. Újonnan csatlakozott és már gyakorlottabb munkatársaink magabiztosabban, a jövőt tervezve dolgoznak szakmai célkitűzéseink érdekében.

Nagy öröm, hogy két munkatársunk jubilált 2023-ban, akik immár 20, illetve 30 éve dolgoznak velünk. Úgy érezzük, hogy a hazai pszichoterápiás rehabilitációs szolgáltatások között fontos szerepet tölt be az általunk hosszú évek során felépített terápiás programunk, a háromlépcsős intézményrendszerünk és a terápiás közösségi módszerünk, továbbá a serdülő és felnőtt korosztály integrált ellátása, amely európai viszonylatban is egyedi.

Terveink között szerepel szolgáltatásaink bővítése délutáni, ambuláns ellátásokkal.

Infrastruktúránk fejlesztésére évek óta nem volt lehetőségünk. 2024-ben szeretnénk néhány helyiséget felújítani, méltóbb környezetet teremteni pácienseink és munkatársaink számára.

2024-ben újra megszervezzük a pandémia előtti években hagyományá váló nyílt napunkat, és folytatjuk szakmai együttműködéseink megerősítését.

Kommunikációs felületeinken továbbra is szeretnénk rendszeres tájékoztatást adni az érdeklődőknek, a szakembereknek, az ellátórendszer szereplőinek, valamint támogatóinknak.

Bízunk benne és dolgozunk azért, hogy 2024-ben is megfelelő támogatást tudjunk nyújtani a hozzánk fordulóknak.

Fővárosi Bíróság

nyilvántartásba vételi sorszáma:

01-01-0002923

Adószámunk:

18007679-1-43

Elérhetőségeink:

1223 Budapest, Jókai Mór u. 21-23.

+36-1-226-8433

info@thalassahaz.hu

thalassahaz.hu

