

Beszámolónk
2025. évről

Segély Helyett Esély
Alapítvány



Kapcsolódások éve I.

Vannak évek, amikor a legfontosabb eredmények nem egyetlen nagy változásban, hanem sok apró kapcsolódásban mutatkoznak meg. Számomra ilyen volt 2025. Olyan év, amelyben új együttműködések születtek, régi kapcsolataink tovább erősödtek, és közben mi magunk is tovább fejlődtünk.

A kapcsolódások sokféleképpen jelentek meg az év során. Új szakmai együttműködések indultak, új támogatók csatlakoztak hozzánk, és olyan események is megvalósulhattak, amelyek közelebb hozták egymáshoz a Thalassa Ház közösségét. Nagy megtiszteltetés volt számunkra, hogy októberben a Mentális Egészség Világnapja alkalmából a Magyar Zene Háza támogatásával, valamint önkéntes művészek és szakemberek részvételével valósíthattunk meg egy különleges eseményt. Zenével, képzőművészettel, történetekkel és beszélgetéssel hívtuk fel a figyelmet a mentális egészségünkről való gondoskodás fontosságára. Mindez megerősített bennünket abban, hogy munkánk sokak számára jelent értéket. Különösen sokat jelent számunkra ez a visszajelzés alapítványi fenntartású intézményünk mindennapi működésében.

Miközben kifelé új kapcsolatokat építettünk, szervezeten belül is sokat dolgoztunk a működésünk fejlesztésén. Stábunk tovább erősödött, és egyre nagyobb figyelmet fordítottunk munkatársaink jóllétére. Meggyőződésem, hogy egy intézmény hosszú távú működésének egyik legfontosabb feltétele az a közösség, amely nap mint nap életben tartja.

Az elmúlt évben intézményünk környezete is tovább fejlődött. Támogatásoknak köszönhetően két kezelőszobánk teljes körű felújítása befejeződött, pácienseink birtokba vehették a megújult nappali tartózkodót, és a kertünk is megújult. Bevezettük az online időpontfoglalási rendszerünket az első interjúkra, hogy még hatékonyabban segítsük a hozzánk fordulókat ellátáshoz jutását.

A számok önmagukban soha nem mesélik el egy év történetét, mégis jelzik, hogy egyre többen fordulnak hozzánk bizalommal. 2025-ben szakrendelésünkön 692 első interjúra került sor, és 186 páciens részesült intézményünkben fekvőbeteg pszichoterápiás rehabilitációs ellátásban.

Miközben továbbra is a magas színvonalú betegellátás marad a legfontosabb feladatunk, 2026-ban szolgáltatásaink bővítését és tereink további fejlesztését is célul tűztük ki. Köszönöm munkatársaim kitartását és elkötelezettségét, szakmai partnereink együttműködését, valamint támogatóink bizalmát. Ezek a kapcsolódások adják a Thalassa Ház erejét, és ezekre építve folytatjuk munkánkat a következő évben is.

Ezek a kapcsolódások adják a Thalassa Ház erejét, és ezekre építve folytatjuk munkánkat a következő évben is.

Várvédő Szilvia
a Thalassa Ház intézményvezetője



A 2025-ös év szociális intézményeinkben a szakmai fejlődésről és a korábban kialakított működési keretek megerősítéséről szólt.

A Tisztásban az év egyik legfontosabb fejlesztése az addiktológiai felmérési rendszer megújítása volt. Az új szempontrendszer segítségével még pontosabban tudjuk megismerni a hozzánk érkező emberek aktuális állapotát, valamint azokat a területeket, ahol további támogatásra van szükség a józanság megőrzéséhez. Ez hozzájárul ahhoz, hogy a rehabilitációs folyamat személyre szabottabb és hatékonyabb legyen. A rendszeres csoportok továbbra is fontos támogatást jelentettek a felépülés útján járó páciensek számára, valamint a józanságuk megtartásában és mindennapi kihívásaik kezelésében.

A Móló Támogatott Lakhatásban az elmúlt év az önálló életvitelt támogató szakmai munka továbbfejlesztéséről szólt. Az esetmunka és a rendszeres lakógyűlések megerősítésével arra törekedtünk, hogy lakóink egyre nagyobb felelősséget vállaljanak saját döntéseikért és élethelyzetük alakításáért. A hét lakóból egy fő az önálló lakhatás felé tett jelentős lépést, míg egy másik lakónk párkapcsolatához költözött. Ezek az előrelépések jól mutatják, hogy a támogatott lakhatás valódi átmenetet jelenthet az önálló élet felé.

Különösen fontos esemény volt a Móló első nyílt napjának megrendezése, amely lehetőséget adott arra, hogy a Thalassa Ház munkatársai közelebbről is megismerjék a támogatott lakhatás mindennapjait és a lakók által megtett utat. Az év során egy régóta tervezett fejlesztés is elindult: megkezdődött a konyha felújítása, amelynek első eredményeként új tűzhely és szagelszívó került a Mólóba.

Munkatársaink az év során számos szakmai rendezvényen és fejlesztési programban vettek részt. Jelen voltunk az Országos Közösségi Ellátások Egyesületének kétnapos szakmai konferenciáján, ahol előadóként is részt vettünk és műhelyfoglalkozást tartottunk, és a Máltai Szeretetszolgálat addiktológiai és hajléktalanellátási szakmai rendezvényén is. Szakmai tanulmányutak keretében betekintést nyertünk a Pécsi Sotéria Alapítvány és a Leo Amici Alapítvány munkájába. Intézményeinkben folytatódott az addiktológiai szakmai szemlélet fejlesztése, ennek részeként kidolgoztuk és bevezettük az új felmérési rendszert, valamint több szakmaközi találkozót szerveztünk. Örömmel fogadtunk szociális munkás hallgatókat a Tisztásban, és önkéntes segítő is bekapcsolódott a csoportmunkába. Külön öröm számunkra, hogy munkatársunk, Pados Eszter megszerezte pszichológusi diplomáját. Bíró Nóra sikeresen befejezte reflektív addiktológiai szociális segítő képzését, és megkezdte szupervízori tanulmányait.

Köszönöm munkatársaim elkötelezett munkáját, valamint támogatóink és adományozóink segítségét, akik hozzájárultak fejlesztéseink megvalósításához.

Az elmúlt év eredményei megerősítettek bennünket abban, hogy intézményeink stabil szakmai háttérrel, elkötelezett munkatársakkal és folyamatos fejlődéssel tudják támogatni a felépülést és az önálló életvitel kialakítását.

Farkas-Régi Annamária
szociális intézmények vezetője





Egészségügyi intézményünk

Közfeladatot ellátó egészségügyi intézményünkben 38 krónikus kórházi ágyon, 19 férőhelyes nappali szanatóriumban, valamint a Pszichoterápiás Szakambulancia keretében heti 24 órában nyújtunk betegellátást a NEAK-kal kötött finanszírozási szerződés alapján. A hazai viszonylatban egyedülálló megközelítéssel, terápiás közösségben dolgozunk együtt pácienseinkkel.

A kibővített, több hónapon át tartó pszicho-szociális rehabilitációs programunk bizonyos elemei az alapszolgáltatásokhoz képest többletet jelentenek, amelyeket Alapítványunk támogatásából tud finanszírozni.

A terápiás programban való részvételhez, az öngondoskodás jelentőségét is hangsúlyozva, heti önerős hozzájárulást kérünk minden páciensünktől, mely hozzájárul működési költségeink finanszírozásához is.

Szociális intézményeink

Szociális intézményeink működését alapítványunk normatív állami hozzájárulás segítségével biztosítja.

A Tisztás Szenvedélybetegek 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 egyidejűleg 7 lakó élhet térítési díjas hozzájárulással.

Működésünkről 2025-ben

2025-ben nem történt változás fenntartónk, a Segély Helyett Esély Alapítvány, közhasznú civil szervezet, Kuratóriumában és Felügyelő Bizottságában.

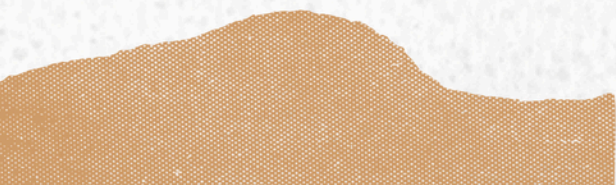
Tagjai továbbra is önkéntesen, díjazás és ellenszolgáltatás nélkül vállalják a törvényben meghatározott feladataikat, és emellett az egész év során szaktudásukkal segítik az intézményekben dolgozók munkáját.

Kuratóriumunk tagjai:

Poór Titanilla (elnök)
Csatlós Judit
Justin Móni
Dr. Szemelyácz János

Felügyelő bizottságunk tagjai:

Andrási-Tóth Ágnes
Ipacs Laura
Dr. Jancsó Ildikó Mária

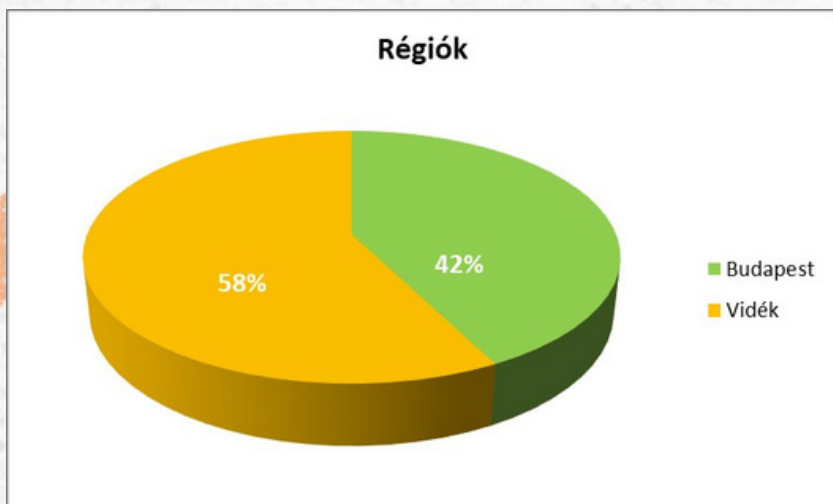


Akik szolgáltatásainkat választották 2025-ben

Komplex pszichoterápiás rehabilitációs ellátást 186 esetben tudtunk biztosítani a Thalassa Házban.

Az integráltan működő Tisztás Szenvedélybetegek Rehabilitációs Intézményben pedig 57 fő kliens kapott külön ellátást. A Móló Támogatott Lakhatásban 7 kliens lakott a tavalyi évben.

Az ellátásban résztvevők földrajzi megoszlása

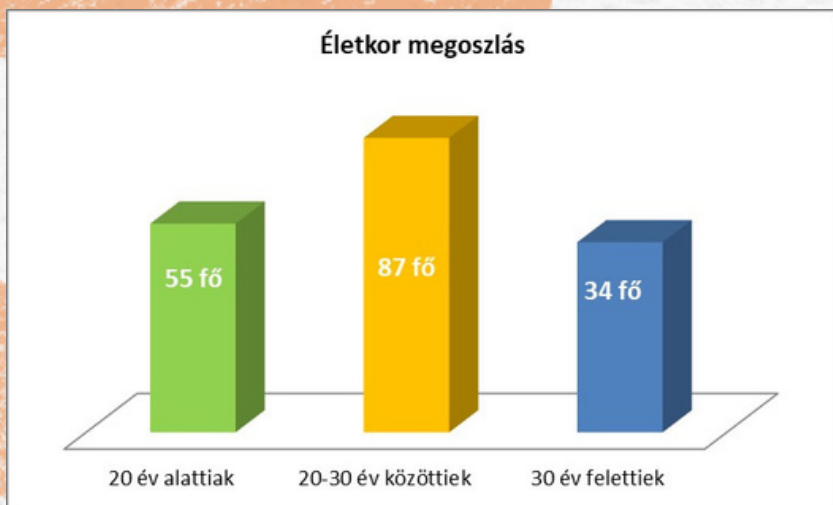


2025-ben ellátottak életkor szerinti megoszlása

20 év alattiak: 55 fő

20-30 év közöttiek: 87 fő

30 év felettiak: 34 fő

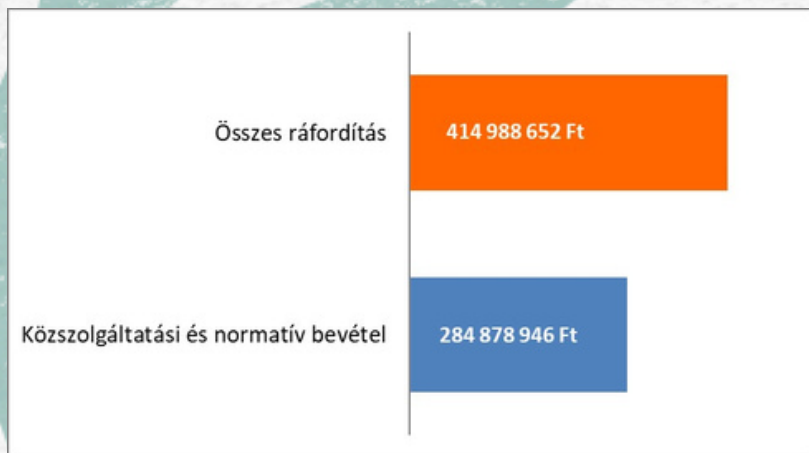


Kiadásaink

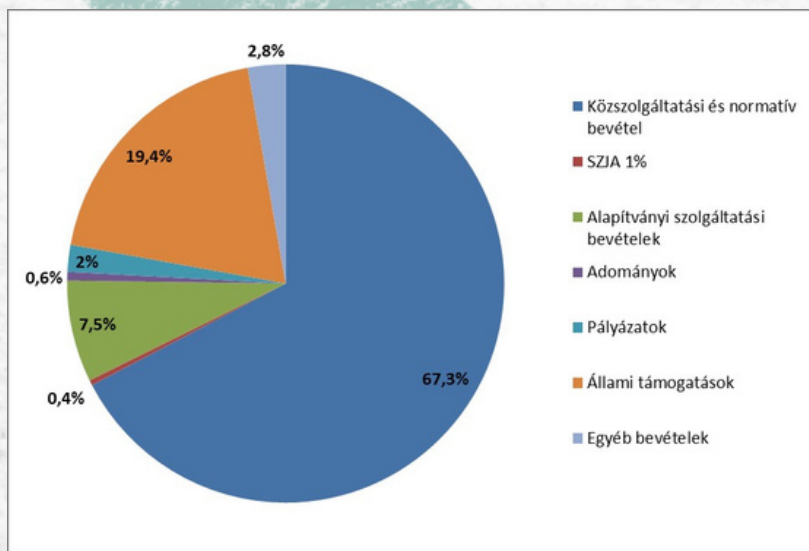
Kiadásaink döntő hányada, szolgáltatásunk jellegéből adódóan bér jellegű kifizetés. 2025-ben 48 munkatárs dolgozott velünk három intézményünkben, eltérő jogviszonyban és munkabeosztással. A szakmai minimumfeltételeknek való megfelelés és a rehabilitáció, reintegráció érdekében nyújtott pszicho-szociális rehabilitációs programunkban magasan képzett stábtagnak dolgoznak. Pszichiáter szakorvosok, klinikai szakpszichológusok, pszichoterapeuták, pszichológusok, szakképzett ápolók, szocioterápiás munkatársak, szociális munkások, művészet-terapeuták, portások, takarító személyzet, gazdasági és kommunikációs kollégák elhivatott munkája biztosítja működésünket.

A működtetéshez szükséges mindennemű eszközöket, tárgyi feltételeket, javításokat, karbantartásokat, rendszerüzemeltetést, az információnyújtás és tájékoztatás érdekében a kommunikációt, szakmai konferenciák költségeit alapítványunk biztosítja saját forrásaiból, adományokból, pályázatokból.

A 2025. év ráfordításai a közszolgáltatási bevételek tükrében



Bevételeink





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.

2025-ben az évek óta húzódó, egyre sürgetőbbé váló felújításokra is sor kerülhetett állami pályázati támogatásokból.

Pályázatok

2025-ben 8 pályázaton indultunk, ezekből négy nyert támogatást.

MOL Zöld Oázis Pályázat: 2.000.000,- Ft

A program célja az alapítványi fenntartású Pszichoterápiás Intézetünk kertjének fejlesztése volt, melyet a páciensek és a személyzet tagjai közösen gondoznak. A kert a terápiás közösségi működésünk egyik legfontosabb színtere, az „együtt-cselekvések”, cselekvéseinkből való tanulás közege, emellett lehetőség a rekreációra, a sokszor megterhelő terápiás munka melletti kikapcsolódásra, elvonulásra, illetve önszerveződő közösségi és szabadidős programok helyszínéül is szolgál.

A kert fejlesztésére elnyert támogatásból növényeket, kerti szerszámokat szereztünk be, méhlegelő került kialakításra, ágyásszegélyeket telepítettünk, felújítottuk a közösség által rendszeresen használt, régi kerti padokat, elkészülhetett a fedett biciklitároló, valamint esővíz-gyűjtő tartályokat szereztünk be.

MOL Zöld Oázis Pályázat munkálatai





MÚEA Kozma Imre Gyermekgyógyító Pályázat 2025: 2.952.000.-Ft.

Terápiás programunkban központi jelentőségű a serdülők különféle művészetterápiás csoportfoglalkozásokon való részvétele, ezt a terápiás közösségi kezelés integráns részének tekintjük. A pályázat támogatást nyújtott a mozgás- és táncterápiás csoport, a zeneterápiás csoport, és a pszichodráma csoportok működtetéséhez.

CH2025 Fogytékossággal élő személyek számára

bentlakásos vagy lakóotthoni ellátást nyújtó szervezetek egyszeri támogatása: 436.525,-Ft.

A támogatás segítséget nyújtott a MÓLÓ Támogatott lakhatás működési költségeihez.

Szerencsejáték Service Nonprofit Kft. támogatása: 3.000.000,-Ft

A támogatás hozzájárult a felépülést és társadalmi visszailleszkedést támogató pszichoterápiás eszköztárunk működtetéséhez.

SZJA 1%

2025-ben 1.609.718,- Ft-ot ajánlottak fel a magánszemélyek alapítványunk javára.



Intézményi kapcsolatépítés

2025-ben is fontos volt számunkra a kapcsolatépítés a hazai szociális és egészségügyi szektorban működő szervezetekkel, intézményekkel.

Szakmai délutánok, tapasztalatszerék a Thalassa Házban

1.Szakmai délután – Téma a serdülők ellátása - május 30.

Kollégáink, Fenyvesi Dávid, Mészáros Gergő, Mohai Ágnes tizennyolc fiatalokkal foglalkozó segítő intézmény munkatársaival beszélgettek, többek között a különböző ellátórendszerek (pedagógiai-, szociális, egészségügyi) integrálatlanságáról és magára hagyatottságáról.

2.Szakmai délután - Téma: Addikció - november 14.

Hogyan valósul meg az addikció érintettségű páciensek komplex pszichoterápiás ellátása a terápiás közösségbe ágyazva? Munkatársaink - Farkas- Régi Annamária, Bíró Nóra, Mohai Ágnes – beszélgettek vendégeinkkel.

Intézményi látogatások

- Vadaskert Alapítvány Gyermek-és Ifjúságpszichiátriai Kórház - március
- Komlói Leo Amici 2002 Alapítvány - május
- II. kerületi Család- és Gyermekjóléti Szolgálat - június
- XXII. kerületi Család- és Gyermekjóléti Szolgálat - szeptember
- Egészségdokk Alapítvány - október
- NANE - november
- Bethesda Gyermekkórház KAMASZ-SZAKASZ Kognitív Viselkedésterápiás Gyermekközpont - december



Részvételünk szakmai konferenciákon

Serdülő- és gyermek-pszichoterápia folyóirat VIII. konferencia

2025. április 5.

A kerekasztal beszélgetésen, melynek témája a serdülő és fiatal felnőttkor határán mozgó páciensek segítése, a segítségnyújtás buktatói voltak, meghívott résztvevő volt szakmai vezetőnk.

Csoportanalitikus és Kiképző Társaság V. éves Konferenciája

2025. október 10-11.

Munkatársaink, Debreczeni Tamás, Mohai Ágnes, Papp Gergely, Valkó Lili, egy szimulációs helyzetben mutatták be hogyan működik a Thalassa Házban egy Fórum.

Magyar Pszichodráma Egyesület XVII. Országos Pszichodráma Kongresszusa

2025. október 10-11-12-én

Learning from Action Workshop Conference, IT 2025. október 17-19.

Psziché 2025 – Pszichoterápiás Hétvége 19. alk. 2025. november 7-9.

Országos Közösségi Ellátások Egyesülete 2025. december 3-4.

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.

A graduális pszichológus képzésben az **ELTE**, a **Pázmány Péter Katolikus Egyetem** és a **Károli Gáspár Református Egyetem** klinikai gyakorlóhelyeként veszünk részt.

2025-ben 4 pszichiáter szakorvos rezidens és 14 pszichológus hallgató választotta intézményünket gyakorló helyként munkatársaink szakmai vezetésével.

Fejlesztések, újdonságok

2025-ben elindult online előjegyzési rendszerünk

A keddi első interjúink továbbra is bárki számára hozzáférhetőek, de a hatékonyabb és tervezhetőbb interjúk száma érdekében elindítottuk online jelentkezési felületünket. A kitöltendő rövid kérdőív abban is segít, hogy a jelentkezők felmérjék, valóban intézményünk-e a megfelelő terápiás hely problémáik kezelésére. A megfelelő segítséget megtalálni a pszichiátriai ellátó rendszerben egy hosszú folyamat, aminek sokszor az az oka, hogy a segítségre szoruló nem ismeri, vagy nem kap megfelelő tájékoztatást a lehetőségeiről, a különböző szolgáltatásokról, és arról, milyen feltételei vannak az ellátásnak az egyes helyeken. Az eddig eltelt több mint fél év alapján nem okozott nehézséget a jelentkezés új módja az érdeklődőknek.

Ambuláns csoportok a Thalassa Házban

2025-ben is folytattuk a korábban már kísérleti jelleggel elindított ambuláns csoportjaink szervezését, azzal a céllal, hogy egyrészt a dél-budai régióban hiánypótló szolgáltatásokat szervezzünk, másrészt legyen lehetősége az intézetünkben terápiájukat befejezett pácienseinknek nappali elfoglaltságaik mellett is folytatniuk az önismereti munkát.

- **12-alkalmas művészetterápiás csoport**

A csoport résztvevői korábban részt vettek a Thalassa Ház pszichoterápiás programjában. Ezúttal ambuláns keretek között, heti rendszerességgel vettek részt egy-egy alkotó folyamaton és azok feldolgozásában. Alkottak a női örökségről, foglalkoztak az "én testem az én váram" kiállítással, agyaggal. Készítettek identitás hagymákat, hatalmas papírokon végeztek nagymozgásos akciókat. Sashiko hímzés technikával a puhaság és szúrások világát érintették. A cianotípiá kísérletek pedig a lezárás élményét támogatták.

- **Ambuláns Serdülő Csoport**

A heti rendszerességű, egyénenként átlagosan tizenkét alkalomra tervezett csoportban a fiatalok mindennapjait megnehezítő problémákkal foglalkoztunk, mint pl. kapcsolódás a kortársakhoz, felnőttekhez, családi konfliktusok, teljesítménynyomás, elvárások, valamint határok az emberi kapcsolatokban. A csoportalkalmakon a beszélgetős megosztások mellett játékos feladatokkal dolgoztunk, amik abban segítették a résztvevőket, hogy könnyebben felismerjék saját és mások határait, kapcsolódjanak saját érzéseikhez, igényeikhez.



Társadalmi szerepvállalás, forrásszervezés

Mentális Egészség Világnapja

2025. október 10. a WHO által meghirdetett Mentális Egészség Világnapja.

Ezen a napon a Magyar Zene Házában rendezett adománygyűjtő eseményen zenével, képzőművészettel, történetekkel és beszélgetéssel hívtuk fel a figyelmet a mentális egészségünkről való gondoskodás fontosságára. Támogató előadó művészek voltak Harcsa Veronika énekes, zeneterapeuta, dalszerző, Kecskés Karina színművész, valamint Rozs Tamás csellóművész, dalszerző. A szakmai beszélgetésen vendégeink voltak Pinke Gréta, a UBM Csoport vállalati jólléti nagykövete, Dr. Szabó-Tóth Kinga szociológus, tanszékvezető és Mészáros Gergely intézményünk szakmai vezetője. Moderátorként Haász János író, újságíró segítette a közös gondolkodást. A közreműködő vendégek pro bono vettek részt ebben a gazdag programot kínáló, érzékenyítő esten. Az eseményen egykori pácienseink is „hangot kaptak”. Felépülésük anonim történeteinek adott hangot Kecskés Karina, a kiállításon pedig képzőművészet-terápiás csoporton készült alkotásaikat lehetett megtekinteni.



Társadalmi szerepvállalás, forrásszervezés II.

Érzékenyítő kisfilm

“Valami akadt” címmel készült kisfilmünket a Mentális Egészség Világnapján, október 10-én mutattuk be. A filmben elhangzó mondatokat a Thalassa Ház terápiás közösségének volt páciensei írták terápiás folyamatukról. A filmet, mely a youtube csatornánkon megtekinthető, Sulyok Hanna filmkészítő rendezte, a közreműködő stáb önkéntesen segítette a film elkészítését.

Thalassa Ház negyedéves hírlevelei

Folytattuk 2025-ben is a negyedéves hírlevélsorozatunkat, amely betekintést ad a Thalassa Ház és Alapítványunk mindennapjaiba, több mint, 500 olvasóval.

Adományozási együttműködésünk a Magyar Zene Házával

Az MZH társadalmi felelősségvállalási kezdeményezésének köszönhetően 2024. szeptemberétől 2025. végéig intézményünk azon segítő szervezetek egyike lehetett, amelyek számára a programjegyek vásárlásait ki lehetett egészíteni bruttó 1.000 Ft-os adományjegyekkel. A különleges és időtartamban is egyedülálló együttműködésnek köszönhetően, az összművészeti esten és az adományjegyekkel összegyűlt adományokból fel tudtuk újítani az ötágyas betegszobánk teljes bútorzatát.

Sajtómegjelenéseink

kronika.hu – online magazinban 2025. december - Thalassa Ház: terápiás közösségben elindulni az önállóság felé

Nyilatkozatok a Mentális Egészség Világnapi eseményünk kapcsán: Tilos Rádió, Rádió Café, RTL Reggeli, Színes RTV





Támogatóink

Az alább felsorolt vállalati és jegyvásárlások általi pénzbeli adományok összege 2025-ben (a pályázati támogatások nélkül): 2.473.062 Ft volt.

Magánszemélyek adományainak összege: 1.000.100 Ft.

Akik pénzbeli, termék- vagy szolgáltatás-adománnyal és szaktudással támogatták működésünket 2025-ben.

- Integral Vision – éves support-webfejlesztés, honlapgondozás
- Fulmer Andrea, webfejlesztés, folyamatos tanácsadás /support
- UBM Csoport
- Magyar Zene Háza
- Menyhárd Antikvárium
- Jet Travel
- MN6 Energiaügynökség Kft.
- Régió Játékkereskedelmi Kft.
- Schaffer Gábor online marketing szakértő
- sok Magánszemély, akik évről évre vagy alkalmanként, de jelentős támogatással segítenek. Hálásan köszönjük!

Fővárosi Bíróság
nyilv.sorsz.:
01-01-0002923

Adószámunk:
18007679-1-43

Elérhetőségeink:

1223 Budapest, Jókai Mór u. 21-23.
+36-1-226-8433
info@thalassahaz.hu
thalassahaz.hu