

A PERINATUS ALAPÍTVÁNY KÖZHASZNÚ TEVÉKENYSÉGE TARTALMI BESZÁMOLÓ 2017

Ebben az évben kezdtünk el egy erőteljesebb **kapcsolatépítést** a hasonló témában tevékenykedő civil szervezetekkel, baba-mama klubbal, egyre több helyre hívták a Perinatus szakembereit **külső helyszíneken előadást** tartani.

2017-ban ismét megvalósulhattak a Perinatus Alapítvány **hagyományos ingyenes eseményei**: az őszi és a tavaszi nagy előadás sorozatunk, az országos Születés Hete programjához csatlakozva tavasszal, és a Perinatus Napok ősszel.

Az Országos **Védőnőképzésben** öt akkreditált képzésünk továbbra is 4500 védőnő számára elérhető.

Legfontosabb **eredményünknek a várandósokkal, kisgyerekes családokkal végzett munkánk sikerét** tartjuk. Évről évre bővül azoknak a száma, akik eljutnak hozzánk. Munkánk hatékonyságának fontos mutatója az a **szakmai elismerés**, hogy rokon szakmák képviselői (orvos, szülésznő, védőnő, pszichológus) jelentkeznek hozzánk szakmai konzultációra, szupervízióra, önismereti munkára.

Elkészült új **honlapunk**, amin nagyon sok információt lehet megtalálni szülés-születés témakörben. A tartalom folyamatosan bővül.

Fejlődött **Facebook marketingünk**. Három önkéntes munkájával egyre szélesebb rétegeket érünk el, ebben az időszakban csaknem ismét megkétszereződött az ismertségünk ebben a közösségi médiában.

Meghívást kaptunk a több nagyobb **szakmai konferenciára**: a magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság Kongresszusán és a A Magyar Személyközpontú Pszichoterápiás és Tanácsadási Egyesület **TALÁLKOZÁSOK** című konferenciáján workshopot is tartottunk. Az MPPPT konferencia szervezésében is aktívan részt vettünk. A Magyar Családterápiás Egyesület által szervezett Családterápiás konferencián is részt vettünk, mint előadók, és workshopot is tartottunk.

CSOPORTOK, PROGRAMOK

ÉleTÉrkép csoportok: egynapos, sajátélményű pszichoterápiás csoportokból álló sorozat, célja a születésélmény különböző lélektani vetületeinek lelki feldolgozása. Az öt lazán kapcsolódó téma: változás, kötődés, határok, érintés, gyász.

Kötődés csoport 2017. október 14. (Budapest, 7 fő); 2017. április 1 (Debrecen, 5 fő)

Változás csoport 2017 március 11. (Budapest, 11 fő),

Érintés csoport 2017 november 11 (Budapest, 6 fő)

Fókuszolás: a tudatos befelé figyelés alapjai, 8 alkalom 2017 január 27-28 (Budapest, 11 fő); 2017 április 26 (Budapest, 6 fő); 2017 október 27 (Budapest, 9 fő)

Szülésem története: csoport nőknek, 8 alkalom; 2017. január 30. (Budapest, 6 fő);

Születni- Újjászületni

Szív gyógyítása csoport: 42 órás önismereti csoport, 2016. augusztus 18-21. (Nagyberény, 14 fő)

Születés Hete 2017. május 6. (Budapest, 60 fő)

10 Éves a Perinatus Az alapítvány alapításának 10. évfordulója. „Amikor Orosz Katalin klinikai szakpszichológus 2001-ben Magyarországon elsőként indított felnőttek számára születés élmény feldolgozó csoportot, nem csak a korai sebek gyógyításának igénye vezette, hanem az a mélyről fakadó megismerési vágy is, amely életünk gyökerének kitüntetett, ugyanakkor sok szempontból máig rejtélyes időszakára irányul.” 2017 november 18 (Budapest, 80 fő)

ELŐADÁSOK, MŰHELYEK, KÉPZÉSEK

Három Királyfi, Három Királynő Családbarát Szülészeti Konferencia, 2017 május 15 kerekasztal beszélgetésen részt vett Nováky Rita

Magyar Védőnők Egyesülete szervezésében védőnők továbbképzése:

A kompetens magzat, előadó Orosz Kati (2017 Október 16, Pécs, 50 fő); Fókuszban a szülés Orosz Kati (2017 Október 26, Kaposvár, 60 fő) Veszteség a családban előadó Szénási Kornélia pszichológus, szülő-csecsemő konzulens (2017. október 27, Budapest, 50fő)

A Magyar Személyközpontú Pszichoterápiás és Tanácsadási Egyesület TALÁLKOZÁSOK című konferenciája 2016. május 20-21., Károli Gáspár Református Egyetem BTK épülete, 1088 Budapest, Reviczky u. 4. Itt Nováky Rita és Csizék Zsuzsanna tartott workshopot „A szülemény feldolgozásáról” címmel.

Shiatsu Egyesület 2017 szeptember 25., előadó: Csizék Zsuzsanna; 2017 Október 16., Előadó: Fabulya Edit, klinikai szakpszichológus, pszichodráma vezető, individuálpszichológiai tanácsadó, transzperszonális szemléletű terapeuta

AUM jóga Forráskód - egy nap a születésről, ahol újjászülethetsz
2017. szeptember 30. (Budapest, 20 fő)

A születés hatásai életünkre - előadás és interaktív beszélgetés Orosz Katalin klinikai szakpszichológus, transzperszonális terapeuta és Majoros István mentálhigiénés segítő szakember, szupervizor, tánc- és mozgásterapeuta vezetésével a Perinatus Alapítványtól.

Témák:

- Magzatkorunk hatásai és születésünk körülményei hogyan alapozhatnak meg olyan dinamikákat, amelyek későbbi életünkre is hatást gyakorolnak?
- A születésünk során megjelenő nehézségek (császármetszés, elakadások, egyéb külső körülmények...) hatásai milyen testi problémákat és lelki elakadásokat eredményezhet életünk során? Hogyan hatnak mindezek párkapcsolatunk alakulására? Hogyan alapozzák meg gyermekvállalási szándékunkat? Milyen problémákat (testi-lelki) okozhatnak a fogantatás, babavárás idején?

A **2017 február 24-i** MPPPOT konferencián Schwarcz Ágnes és Rosnyay Nóra, mentálhigiénés segítő szakemberek előadást tartottak „Amikor a test elfárad, a lélek kimerül - a relaxációban rejlő lehetőségek fogantatási nehézségek esetén” címmel

Mandala jóga , 2017. január 14., Előadó: Szénási Kornélia, pszichológus, perinatális szaktanácsadó, szülő-csecsemő konzulens

II. Pálferis szülők napja, 2017. április 8, Budapest, Szülésem története workshopot tartott Csizék Zsuzsanna és Schwartz Ágnes, mentálhigiénés segítő szakember

15. kerületi Kanga Klub, mely egy baba-mama klub és játszóház 0-3 éves korú gyermekeknek és szüleiknek. Hat alkalommal mentek el a Perinatashoz kapcsolódó szakemberek az édesanyákkal beszélgetni.

Február 17 Péntek Anyaként mit teszel önmagadért? Azaz az önmagával való foglalkozás nem önzés
Előadó: Szénási Kornélia, pszichológus, perinatális szaktanácsadó, szülő-csecsemő konzulens

Március 10. péntek Hiszti..., de miért félünk a hisztitől? A beszélgetést vezette: Rosnyay Nóra, mentálhigiénés szakember

Április 7. Péntek Ki hiányzik, mi hiányzik és miért hiányzik? Előadó: Majoros István, mentálhigiénés szakember

Október 13. péntek Szülők-nagyszülők..A beszélgetést vezette: Nováky Rita szülésznő, perinatális szaktanácsadó

November 24 A gyereknevelés hétköznapi művészete, Szülő-gyerek kapcsolat- Örömök, döccenők, kételyek, megoldások Előadó: Orosz Kati, klinikai szakpszichológus

December 8 Péntek Sírás, megnyugtató Előadó: Szénási Kornélia, pszichológus, perinatális szaktanácsadó, szülő-csecsemő konzulens

Dúla képzés 2017 május 23, a képzést tartotta: Orosz Kati klinikai szakpszichológus és Szénási Kornélia pszichológus, perinatális szaktanácsadó, szülő-csecsemő konzulens

Debrecenben jártunk a **Magyar Családterápiás Egyesület XXXI. Vándorgyűlésén**. Mindig öröm, ha beszélhetünk arról, milyen fontos is a gyermekek születése körüli időszak mindannyiunk életében!

A workshopunk témájáról itt olvashattok:

A perinatális időszak örömei és nehézségei a családdá válásban

A gyermekvállalás egy pár életében a családdá válás meghatározó lépése, minőségileg más életszakasz indul ezzel. A szülés-születés normatív krízisnek tekinthető, olyan sűrített élmény, mely alapvetően határozza meg a család fejlődő kapcsolatrendszerét. A legfontosabb kérdés: a baba, az anya és az apa milyen kapcsolatot tudnak kialakítani. Ráadásul egy gyermek foganása olyan esemény lehet, mely megérinti azokat a tapasztalatokat is, amiket a szülők saját születésükkor éltek át. A perinatális élmények feldolgozása így a családterápiás munkát többféleképpen is segítheti. Egyrészt, amennyiben a család rendszerében problémák merülnek fel, akkor ezeket segíthet oldani. Másrészt a szülők saját születés élményeinek megdolgozása a gyermekvállalás előtt prevencióssal bír.

Előadók: Csizék Zsuzsanna, mentálhigiénés segítő szakember; Kriván Márta, neurológus; Orosz

Katalin, klinikai szakpszichológus, transzperszonális terapeuta; Rosnyay Nóra Rita mentálhigiénés segítő szakember, fókusztréner

Nyitott Akadémia, Budapest, 2017. November 9 Orosz Katalin klinikai szakpszichológus, transzperszonális terapeuta tartott előadást „Családi Átok? A transzgenerációs hatások megjelenése életünkben” címmel

MÉDIAMEGJELENÉSEK

Kossuth Rádió Vendég a háznál: Önökkel beszélgetünk - A szülés emléke

Január 11. szerda

A szülés emléke az '50-es, '60-as, '70-es évek-ből. Egy karácsony előtti beszélgetésre ösztönöztek a 40-50 éves történetek a szülőszobából. Miért élnek ezek az események ennyire élénken? Milyen utóélete van a szülőszobán átélte dolgoknak? Hogyan élednek újjá mindezek az unoká születése kapcsán? Mire jó a szülésfeldolgozó tréning? Nováky Rita szülésznőt kérdezzük, és Önökkel beszélgetünk.
<http://www.mediaklikk.hu/2017/01/06/vendeg-a-haznal-onokkal-beszelgetunk-a-szules-emleke/>

Orosz Katalin részvételével valósult meg a Vendég a háznál „Élet a születés előtt” című sorozata 2018 augusztus 1 és 12 között, ez összesen 9 adást jelent.

<https://www.mediaklikk.hu/2016/07/31/vendeg-a-haznal-elet-a-szules-elott-sorozat-ismetles/>

Apostol TV október 28. szülésről beszélgetés Nováky Rita , téma: Fiataloknak szülésről

Kismama Magazin novemberi számában két cikk megjelent Nováky Rita szülésznő, perinatális szaktanácsadó hozzájárulásával: „Bio-bag az új anyaméh?” illetve „Szűj másképp”

Online megjelenések

2017 május Orosz Katalin cikke megjelent a HVG extra pszichológia online kiadásában

http://hvg.hu/pszichologiamagazin/20170506_Igy_eljuk_at_eletunk_legjelentosebb_esemenyet_a_szulesunket

Facebook-on 2017 év végére csaknem 2200-an lájkolták az alapítványt. Minden programunkról, csoportunkról posztolunk információkat, illetve megjelenünk cikkekkel, videó és hanganyagokkal is.


Nyomtatott megjelenés

Orosz Katalin és dr. S Nagy Zita „A sorsformáló 9+1 hónap” című könyve megjelent 2017. december 13-án.

Egyéb elért eredmények

Sikeresen elhoztuk Magyarországra az In Utero című dokumentumfilmet, melyet le is lefordítottuk magyar nyelvre. Ez egy fontos együttműködés volt a film amerikai készítőivel. A filmet levetítették a Perinatus 10. születésnapján, ahova meghívtük a szakma képviselőit: orvosokat, szülésznőket, dülákat, pszichológusokat, mentálhigiénés szakembereket. A vetítést egy szakmai beszélgetés követte, amelyben mindenki hangsúlyozta a téma fontosságát. Az új kutatási eredmények minél szélesebb körű

elterjesztését. A jövőbeni terveink között szerepel... illetve filmvetítések szervezése elsősorban szakmai közösségek számára. A magyarországi képviselet mikéntjéről tárgyalásokat kezdtünk az amerikai készítőkkal. A film családok felé történő terjesztéséről még gondolkodunk. Jövőbeni terveink között szerepel a film elérhetővé tétele a nagyközönség számára, illetve filmvetítések szervezése egy közös beszélgetéssel a végén.



PERINATUS ALAPÍTVÁNY

Cím: 1061 Budapest, Hegedű u. 9. fszt. 3.

Adószám: 18197141-1-42

Bank: CIB Bank

Számlaszám: 10700385-45236604-51100005