

KIEGÉSZÍTŐ MELLÉKLET **a 2025. évi egyszerűsített éves beszámolóhoz**

1. Általános információk

A Kiegészítő Melléklet a Perinatus Alapítvány **2025. 01. 01. - 2025. 12. 31.** időszaki tevékenységéről készült.

Jogszabályi háttérként a beszámoló, ezen belül a kiegészítő melléklet összeállításában a többször módosított 2000. évi C. számú törvény a számvitelről, valamint a 479/2016. (XII. 28.) Korm. rendelet a számviteli törvény szerinti egyes egyéb szervezetek beszámoló készítési és könyvvezetési kötelezettségének sajátosságairól szóló kormányrendelet szolgált.

2. Az Alapítvány adatai és működésének bemutatása

Az Alapítvány teljes neve:	Perinatus Alapítvány
Székhelye:	1061 Budapest, Hegedű utca 9. fszt. 3.
Alapító induló tőkéje:	300 000 Ft
Adószáma:	18197141-1-42
Bírósági bejegyzés száma:	0100/Pk.60678/2007
Létesítő okirat kelte:	2008. 03. 10.
Nyilvántartási szám:	01-01-0010441
Alapítvány jogállása:	közhasznú
Az Alapítvány kuratóriumának elnöke:	Orosz Katalin (1061 Budapest, Hegedű utca 9. fszt. 3.)
Az Alapítvány weblap címe:	www.perinatus.hu

Az Alapítvány pszichológus, mentálhigiénés, családterápiás és perinatális tanácsadó, szülésznő, szoptatási tanácsadó és egyéb szakemberek segítségével a magzati lét, a várandósság és a szülés-születés lélektani hatásait kutatja.

Az Alapítvány tevékenységének legfontosabb súlypontjai a következők:

- biztosítja a gyermeket váró szülők számára a lehetőséget a szerepükre való megfelelő felkészülésre, majd a baba érkezését követő gyermekágyas időszakban is támaszt nyújt,
- elérhetővé teszi a felnőttek számára mindazokat a tudományos eredményeket és eszközöket, amelyek segítségével feldolgozhatják saját születési élményüket.

Az Alapítvány kiemelt szakterületei:

- a várandósság, szülés-születés és gyermekágy időszaka,
- az önismeret.

Az Alapítvány szakmai programokon vesz részt, oktatást végez és előadásokat tart, melyek jelentős tudományos-ismeretterjesztő, felvilágosító és támaszt nyújtó hatást fejtenek ki.

3. A számviteli politika főbb vonásai

Az Alapítvány a működéséről, vagyoni, pénzügyi és jövedelmi helyzetéről az üzleti évet követően beszámolót köteles készíteni. Könyvvizetés a kettős könyvvitel rendszerében készül. Az Alapítvány egyszerűsített éves beszámolót állít össze, melyben a mérleg és az eredménykimutatás a 479/2016. Kormányrendelet 3., illetve 4. mellékletében foglaltak szerint készül. A mérlegkészítés időpontjáig ismertté vált, tárgyévet, előző éveket érintő gazdasági események, körülmények hatásait a mérleg tartalmazza.

A mérleg fordulónapja: tárgyév december 31-e

A mérlegkészítés időpontja: tárgyévet követő év január 31.

A kettős könyvvitel keretében vezetett könyvelés alapján az egyszerűsített éves beszámoló összeállításánál alkalmazott főbb értékelési módszerek és eljárások a következők:

Az immateriális javak és tárgyi eszközök értékcsökkenése lineárisan a számviteli politikában meghatározott leírási kulcsokkal került meghatározásra, és negyedévente kerül elszámolásra.

A 200.000 Ft alatti egyedi beszerzési értékű tárgyi eszközök beszerzési értékükön a használatba vételkor értékcsökkenési leírással egy összegben azonnal költségként elszámolásra kerülnek.

Terven felüli értékcsökkenés kerül elszámolásra, ha az eszköz könyv szerinti értéke tartósan és jelentősen meghaladja az eszköz piaci értékét, vagy megrongálódott, feleslegessé vált.

A devizás pénzeszközök értékelésekor az Alapítvány az MNB árfolyamát alkalmazza.

Az egyéb eszközsorokat az Alapítvány az értékelési szabályzatában bemutatottak alapján értékeli.

Az Alapítvány értékhelyesbítéssel nem él, értékelési tartalékot nem képez.

A mérlegben a Saját tőke elemét képező „tárgyévi eredmény”-ből elkülönítetten mutatja ki vállalkozási és alapcél szerinti tevékenység eredményét.

Az Alapítvány a törvény előírása szerint könyvvizsgálatra nem kötelezett.

Az Alapítványi beszámoló aláírására jogosult személy

Orosz Katalin, a kuratórium elnöke

Lakcíme: 1061 Budapest, Hegedű utca 9. fszt. 3.

Aláírás módja: önálló

4. Mérleg főbb adatainak bemutatása

Eszközök

Az Alapítvány a befektetett eszközei között 4 012 E Ft értékű immateriális jószágot tart nyilván, ami teljes összegben szellemi termék.

A forgóeszközök értéke 12 214 E Ft, amely követeléseket 200 E Ft és pénzeszközöket 12 014 E Ft tartalmazza.

Az Alapítvány aktív időbeli elhatárolásának állománya 36 313 E Ft, amely az ERASMUS Támogatás Projekt 2024-2025-re járó bevételét 36 304 E FT és a 2026-os évre vonatkozó költséget tartalmazza.

Források

Az Alapítvány induló tőkéje 300 E Ft, melyet az Alapítók a szervezet rendelkezésére bocsátottak.

Tőkeváltozás 14 312 E Ft, mely az előző évek eredményét tartalmazza.

A tárgyévi eredmény 4 504 E Ft. Ebből a cél szerinti közhasznú tevékenységből származó eredmény 4 504 E Ft.

Az Alapítvány rövid lejáratú kötelezettségei között szállító kötelezettség, adótartozás, jövedelem-elszámolásból származó kötelezettség található 593 E Ft értékben és pályázati előlegből származó kötelezettség összesen 30 716 E Ft értékben.

Az Alapítvány a fordulónapon a passzív időbeli elhatárolások között 2025-öt érintő, de csak a következő évben felmerülő könyvelési díj költséget és halasztott bevételt tart nyilván, összesen 2 114 E Ft összegben.

5. Eredménykimutatás főbb adatainak bemutatása

Az Alapítvány bevételeinek és ráfordításának alakulása (E Ft-ban):

Bevételek	2024.	2025.
Értékesítés nettó árbevétele	18 943	9 273
Aktivált saját teljesítmények értéke	0	670
Egyéb bevételek	23 235	32 798
Ebből támogatások	23 235	32 798
Pénzügyi műveletek bevétele	358	904
BEVÉTELEK MINDÖSSZESEN	42 536	43 645
Ráfordítások	2024.	2025.
Anyagjellegű ráfordítások	18 578	7 532
Személyi jellegű ráfordítások	18 280	31 021
Értékcsökkenési leírás	0	467
Egyéb ráfordítások	0	0
Pénzügyi műveletek ráfordításai	681	121
RÁFORDÍTÁSOK MINDÖSSZESEN	37 539	39 141
EREDMÉNY	4 997	4 504

6. Az Alapítvány vagyoni, pénzügyi helyzetének vizsgálata

Az Alapítvány vagyoni helyzete stabil. 2025-ben a működéséhez szükséges fedezet biztosított volt. Az Alapítvány fordulónapi vagyona (saját tőkéje) 19 116 E Ft.

7. A mérlegen kívüli tételek

Az Alapítvány mérlegen kívüli tétellel nem rendelkezik.

8. Tájékoztató kiegészítések

Az Alapítvány Kuratórium tagjai a tevékenységüket önkéntesen végezték.

A Kuratórium tagjainak előleget, kölcsönt, más juttatást nem folyósított.

Az Alapítvány átlagos statisztikai állományi létszáma: 1 fő

Béreköltség és személyi jellegű kifizetések alakulása:

Megnevezés	2024.	2025.
Bruttó béreköltség	3 583	3 840
Szociális hozzájárulási adó	341	499
Ösztöndíjak, támogatások	14 022	26 543
Személyi jellegű egyéb kifizetések	334	139
ÖSSZESEN	18 280	31 021

A beszámolót készítette. EU-rópa Betéri Társaság.
1163 Budapest, Holdfény u. 4.
Sz. Kis Ágota
Könyvvizsgálói nyilvántartási száma: 002380

A kiegészítő mellékletben nem kerültek bemutatásra azon információk, melyek a 2000. évi – többször módosított – Számvitelről szóló törvény szerint a kiegészítő mellékletben kötelezően szerepeltetendő adatok, azonban az Alapítvány működése szempontjából nem relevánsak.

A beszámoló adatai könyvvizsgálattal nincsenek alátámasztva.

A Perinatus Alapítvány a beszámoló és a közhasznúsági melléklet közzétételére vonatkozó kötelezettségének a kötelező bírósági közzététellel tesz eleget.

9. Az Alapítvány 2025. évi tevékenysége

A Perinatus Alapítvány a 2025-ös évben is nagy hangsúlyt fektetett a gyermekvállalásra készülők, a várandósok és a kisgyermekes családok támogatására. A személyes találkozások mellett továbbra is fontos szerepet játszottak az online foglalkozások és tevékenységek, amelyek a pandémia alatt már beváltak, szélesebb körnek adva lehetőséget az alapítvány pszichés támogatását igénybe venni. A 2025-ös évben az alapítvány tevékenységei középpontjában a megszülárdulás, a személyes és online események, képzések és csoportok továbbvitele, továbbfejlesztése állt.

Az elmúlt évek pandémiája utáni új helyzetekhez való alkalmazkodást követően további hatékony működésmódokat keresett az alapítvány, melynek jegyében kidolgozásra került egy újfajta szakmai vezetés, az év utolsó hónapjaitól negyedévente rotálódó szakmai vezetői kör fogja össze a szerteágazó alapítványi feladatokat.

Családok pszichés támogatása

A Perinatus Alapítvány megalakulása óta elkötelezetten dolgozik a családok támogatásán, különös tekintettel a babavárásra való felkészülés, a várandósság és a magzati lét, a szülés és születés, valamint a kisbabás lét és családdá válás időszakára. Alapítványunk kiemelt szakterületei közé tartozik, hogy egyéni és páros konzultációk, valamint csoportos foglalkozások keretében segítjük a családokat a gyermekvállalás örömteli, ám időnként kihívásokkal tarkított útján. Munkánk során nagy hangsúlyt fektetünk a prevencióra, különösen a primordiális prevencióra, amely a korai időszakban történő beavatkozások révén csökkenti a problémák kialakulásának esélyét.

Az alapítvány számos területen végez munkát annak érdekében, hogy a családok harmonikusabban és egészségesebben élhessenek. Kiemelten foglalkozunk a várandóssághoz és szüléshez kapcsolódó zavarokkal, mint a krónikus stresszállapot, a szorongás és a szülés utáni depresszió. A perinatális veszteséggel való megküzdés nehéz helyzeteiben is fordulhatnak hozzánk a családok. Különböző stresszkezelő módszereket egyéni folyamatokban is tanítunk. Támogatást nyújtunk a párkapcsolatok megromlásának és a válásnak a megelőzésében, valamint a szülő és gyermek közötti megterhelt kapcsolatok javításában. Segítünk a kisbabák regulációs zavarainak kezelésében, továbbá figyelmet fordítunk a kisgyermekek mentális és tanulási zavaraira, mint például a hiperaktivitás vagy a depresszió. Célunk, hogy minden család a lehető legjobb támogatást kapja, hogy gyermekvállalásuk időszaka boldog és kiegyensúlyozott legyen.

Segítő Csoportok

Autogén tréning csoportok

2025-ben is sikeresen folytatódtak az alapítványunk által szervezett autogén tréning csoportok, melyek jelentős mértékben hozzájárultak a résztvevők mentális és fizikai jóllétéhez. Az autogén tréning mint relaxációs technika hatékony eszközt kínál a stresszkezeléshez, az önismeret mélyítéséhez és a belső egyensúly megteremtéséhez. A megfogadás, a várandósság, valamint a kisgyermekes lét időszaka is remekül támogatható e módszerrel. Csoportjainkban a résztvevők szisztematikusan sajátíthatták el a relaxációt és a hozzá tartozó szemléletet, és gyakorolhatták annak alkalmazását mindennapi életükben, mellyel nemcsak saját, hanem családtagjaik, magzatuk, babáik életminőségét is javították.

A 17 alkalmas (34 órás) alapfokú autogén tréning csoportok során a résztvevők nem csupán technikai tudást szereztek, hanem közösségi élményben is részesültek, amely erősítette elköteleződésüket és motivációjukat. A tréningek célja az volt, hogy a résztvevők megtanulják felismerni és kezelni a stressz jeleit, javítsák koncentrációs képességüket és növeljék általános életminőségüket.

Több éves szünet után 2025 novemberétől újra elindult a Perinatus Alapítványban az Orosz Katalin által kifejlesztett haladó autogén tréning csoport 70 órában, amely a belső képességekkel való munkán keresztül mélyíti el a relaxáció élményét és az annak mentén végezhető önismereti munkát.

Önismereti sajátélményű egynapos csoportok – születésélmény-feldolgozás

Egynapos programjaink célja, hogy a résztvevők sajátélményű feldolgozás révén mélyebben megértsék a szülés-születés témakörét. Az év különböző szakaszaiban szervezett eseményeink lehetőséget adnak arra, hogy a résztvevők különböző aspektusokból közelítsék meg saját születési élményeiket. Ezek az Orosz Katalin által kidolgozott ÉletTÉRKép elnevezésű önismereti csoportok támpontokat nyújtanak a kötődés, a változás, a születés, az érintés, a határok, az elengedés és a félelem és szeretet témáiban. A programok során a résztvevők mélyebb betekintést nyerhetnek ezekbe az alapvető élettémákba, ezáltal elősegítve személyes fejlődésüket és önismeretük elmélyítését.

2025-ben munkatársaink és az alapítványhoz tartozó szakemberek több alkalommal is tartottak egynapos ÉletTÉRKép csoportokat Budapesten, Szegeden, valamint az Erasmus+ pályázati program támogatásával megvalósulva Salzburgban is a következő tematikákkal: érintés, elengedés, félelem helyett szeretet, változás.

Önismereti sajátélményű csoportok

Egész évben állandó programként működött a Fellélegző elnevezésű élményfeldolgozó, jelenlét-gyakorló csoport, amely heti rendszerességgel, nyitott csoportban várta a lassulni, elmélyülni vágyókat vezetett légzés-, szemlélődés- és relaxációs

gyakorlatokkal. A résztvevőknek lehetőségük nyílt az élmények, tapasztalatok megosztására és a hétköznapi életük során felmerülő kérdések mélyebb átgondolására.

A januártól áprilisig heti rendszerességgel az Óbudai Don Bosco Oratóriumban hátrányos helyzetű gyerekeknek tartott meseterápiás foglalkozások általános iskolásoknak tanítottak erőforrásokat a népmeséken keresztül, valamint azt is, hogyan tudnak a relaxáció és az alkotás segítségével megpihenni, töltődni.

Heti rendszerességgel tartottunk ingyenes Csikung foglalkozásokat másfél órában segítő foglalkozású kollégáknak és édesanyáknak. A csoportos foglalkozások célja az volt, hogy segítsük a megterhelő érzelmi és fizikai állapotokból való mielőbbi regenerálódást, illetve a hatékonyabb megküzdést. A csikung kiváló kiegészítője a lélektani feldolgozó folyamatoknak, mivel testi, érzelmi és mentális szinten is hatékony önszabályozást tesz lehetővé. A lassú, meditatív mozgás és a rekeszizomlégzés mérsékli a szervezet stresszhormonszintjét, valamint segít a test feletti kontroll visszanyerésében, a testben rögzült feszültség és szorongás feloldásában. A gyakorlatok harmonizálják a vegetatív idegrendszert, ezáltal csökkentik a szimpatikus túlműködésből eredő tüneteket, mint a dühkitörések vagy a pánikreakciók.

Önismereti sajátélményű csoportok kifejezetten segítő szakemberek számára

2024-ben hosszú és körültekintő szakmai előkészítéssel kidolgozásra került egy másfél napos szülésélményfeldolgozó csoport segítő szakemberek számára, amely 2025-ben már négy alkalommal megvalósult. A két napos, 15 órás szakmai eseményekre egy alkalommal Szegeden, három alkalommal pedig Budapesten került sor. A családokat támogató segítő szakemberek szemléletformálásával közvetett módon még sokkal több családhoz juthat el a Perinatus szellemisége, mint pusztán a civil érdeklődőknek szervezett csoportok által.

Önismereti sajátélményű csoport belső szakmai körben

Matthew Appleton, az Integratív Babaterápia atyja Birth Process címmel angol nyelven egy kétnapos, kiscsoportos pre- és perinatális élményfeldolgozás csoportot tartott a Perinatus kollégáinak és közeli szakembereknek, hogy megismerjék a magzati kor és születésélmény feldolgozásának újabb aspektusait, módzatait. Appleton mellett a Perinatushoz közelálló szakemberek a csoporton asszisztensként is dolgoztak, segítve megteremteni a biztonságos légkört és megtartó erőt az élmények elmélyüléséhez.

Képzések, konferenciák, részvétel tudományos és más szakmai közösségekben

Integratív Babaterápia (IBT) képzés Matthew Appletonnal

A Perinatus Alapítvány 2023 márciusában indította el az Integratív Babaterápia (IBT) képzést Matthew Appleton vezetésével, amely három éven át tartott és összesen 12 modulból állt. Az alapítvány a 2025-ös évben is sikeresen megszervezett és lebonyolított

két modult (alkalmanként három naposakat), a képzés ezzel 2025 júniusában lezárult, 29 IBT terapeuta képződött ki összesen. Majd az év későbbi részében egy háromnapos szupervíziós szakasz is megvalósult.

A képzés arra irányult, hogy a szakemberek mélyebben megértsék a babák magzatkori és születés körüli tapasztalatait, és hatékonyan dolgozzanak ezekkel az élményekkel, beleértve a korai traumákat is. A korai életévekben nyújtott támogatás hosszú távon hozzájárulhat a gyermekek egészséges érzelmi fejlődéséhez, a családi kapcsolatok stabilitásához és a későbbi pszichés nehézségek megelőzéséhez. A program elsődleges célja nem piaci alapú képzési szolgáltatás nyújtása volt, hanem egy Magyarországon korábban nem elérhető, hiánypótló szakmai módszer meghonosítása és társadalmi hozzáférhetővé tétele. Az integratív babaterápia módszertana jelenleg nemzetközi szinten is csak korlátozottan hozzáférhető, Nyugat-Európában is csupán néhány országban érhető el szervezett képzési formában. A képzés megvalósításával olyan korszerű, prevenciós szemléletű tudás került be a hazai szakmai közegbe, amely korábban Magyarországon nem állt rendelkezésre.

Az oktatás angol nyelven folyt, magyar tolmácsolással, és olyan angliai kiképző tartotta, aki ugyanezt a programot Nyugat-Európában jelentősen magasabb részvételi díj mellett oktatja. A szervezés során kiemelt cél volt, hogy a magyar szakemberek számára a képzés az eredeti nemzetközi árnál lényegesen kedvezőbb feltételekkel váljon elérhetővé. A támogatások lehetővé tették a részvételi költségek csökkentését, ezáltal olyan szakemberek is részt tudtak venni a programban, akik piaci alapon ezt a tudást nem vagy csak nagyon nehezen tudták volna megszerezni. A projekt így hozzájárult a szakmai esélyegyenlőség és a tudáshoz való hozzáférés javításához.

A képzés előrehaladtával az egyéni segítői folyamatokban elindultak az integratív babaterápiás ülések is, mellyel tovább szélesedett a Perinatus Alapítvány látóköre, gazdagodik szemlélete és eszköztára. A program közhasznúságát erősíti, hogy a képzésben részt vevő szakemberek már a képzési folyamat során, illetve a képzés lezárását követően is ingyenes vagy a piaci árnál jelentősen alacsonyabb díjú támogató konzultációkat biztosítottak családok számára, és ezzel a program hosszú távon sokszoros társadalmi hatást fejtett ki.

További képzések

A Perinatus szakmai csapatának tagjai közül többen a 2025-ös évben is folytatták a 2022 őszén indult hároméves Pszichoszintézis képzést, mely a firenzei pszichoszintézis centrum, az Istituto di Psicointegrazione Assagioli szervezésében valósult meg. Az online és személyes évközi képzési alkalmakat, melyeket olasz oktatók tartottak, 2025-ben két firenzei tanulmányút egészítette ki. A tanulmányokat követően a hároméves képzés lezárult, a csapat tagjai Pszichoszintézis terapeuta tanúsítványt kaptak.

A Magyar Transzperszonális Egyesület 2024 februárjában ismét elindította Orosz Katalin vezetésével a 3 éves, 420 órás Transzperszonális terapeuta képzését segítő

foglalkozásúaknak, amelynek második éve 2025-ben zajlott, és amelyen munkatársunk is részt vesz, szélesítve tudását, látókörét, kompetenciáit, valamint kollégáink is oktatnak, átadva többek között az alapítvány szemléletét.

Oktatói tevékenységek

A Perinatus Alapítvány az ELTE tanácsadó szakpszichológusi szakirányú továbbképzésének egyik gyakorlóhelye volt 2025-ben is. Pszichológusaink 2025 első félévében a hallgatók két csoportjával vitték végig a gyakorlati képzést. Részt vettünk az ELTE perinatális szaktanácsadó képzésében is, ahol a Szülés-Születés sajátélményű műhelyen keresztül az egyetemi hallgatók értékes gyakorlati tapasztalatokat szerezhetnek. Alapítványunk számára különösen fontos, hogy a hosszú évek során megszerzett tudásunkat olyan szakmai közösségekbe vigyük el, ahol szemléletünket továbbadhatjuk, és így a jövő segítő szakemberei hatékonyan alkalmazhatják azt munkájuk során.

Konferenciárésztétel, előadások, médiamegjelenés

2025-ben alapítványunk is részt vett szervezőként és résztvevőként a Magyar Transzperszonális Egyesület VIII. Konferenciáján, melynek címe Lélekjelenlét változó időkben volt. A konferencia azt kívánta bemutatni, hogyan lehet a világ felgyorsult változásait és a benne zajló személyes folyamatokat a létező fenyegetettség és szorongás mellett is emberi minőségünk kibontására és gazdagítására használni, és ezzel a személyes boldoguláson túl a közösséget is segíteni. Három témát kapcsolt össze: a változást, a modern idők állapotát és a lelkierőt, az emberi jelenlét erejét, ami egyensúlyban tarthatja az egyént és a közösségeket a nehéz helyzetekben. A konferencia moderátora, háziasszonya az alapítvány kuratóriumának elnöke, Orosz Katalin volt.

A Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság (MPPOT) XXI. Országos Kongresszusának központi témája a transzgenerációs szemlélet reneszánsza – a gyógyítás és gyógyulás lehetősége volt, a feldolgozott témakörök pedig a transzgenerációs traumákat, a szülő-magzat kapcsolatanalízist, valamint a korai kötődés jelentőségét ölelték fel. Orosz Katalin workshopot tartott Tévedések v(é)gjátéka címmel, mely során segítő kérdések mentén, valamint testmunka gyakorlatokkal dolgoztak a saját történetükön a jelentkezők. A résztvevő szakemberek továbbá segítséget kaphattak ahhoz, hogyan lehet terápiás kapcsolatban óvatosan elindulni a sokszor súlyosan traumatikus helyzet megoldása felé, néhány tipikus tévedést elemezve.

A 2025-ös Gyüttment Fesztiválon Orosz Katalin Érzelmeink hatása-kezelése – Hogyan hat az érzelmeink felismerése, értelmezése és kezelése a megvalósításra? címmel tartott workshopot, ahol egyszerű gyakorlatokkal vizsgálták érzelmeiket és megoldási módzataikat a résztvevők, a személyes megosztások pedig segítettek megérteni saját viselkedésüket és megismerni a tanulás alapvető működését.

Orosz Katalin a firenzei Pszichoszintézis Intézetben (Istituto di Psicosintesi Assagioli) Kell-e szeretni az anyánkat címmel tartott workshopot. Amellett a Pszichoterápia Lap konferenciáján A modern világ szélén: új keretek, új erőforrások című előadásával szerepelt. A Global Ecovillage Network találkozóján A szülés szerepe az ökológiai fordulat idején címmel vezetett workshopot, a Világeleje ünnepen pedig Klímakatasztrófa a pszichológus szemével címmel adott elő. Az ELTE perinatális szaktanácsadók részére tartott képzésén Felnőttek pszichoterápiája a születési trauma gyógyítására címmel tartott perinatális előadást.

Sárfi-Szakács Ildikó 2025-ben Keszthelyen a Psziché műhely keretein belül Születésünk máig látható és tapasztalható lenyomatai címmel tartott áttekintő előadást az Integratív Babaterápia módszerről és szemléletről. A Gyüttment Fesztiválon Térképen az Anyaság bemutató workshopot tartott, melynek témája az volt, hogy mi formál minket anyává, valamint hány szalon kapcsolódik össze a saját történetünk a közösségünkkel, a múltunkkal, a jövő generációival. A módszer célja, hogy a babavárás és a kisgyermekes lét időszakához kapcsolódó legfontosabb tudás és támogatás elérhető legyen bárhol, akár a legkisebb falvakban is. Ehhez egy olyan élményalapú, művészetterápiás elemeket is használó módszertan került kifejlesztésre, amely közérthető, biztonságos és megtartó, támogatja a nőket és családokat abban, hogy valóban kapcsolódni tudjanak önmagukhoz, a gyermekeikhez és egymáshoz.

Az Integratív Babaterápia képződő és végzett hallgatói, köztük a Perinatushoz kapcsolódó szakemberek több alkalommal is hírért vitték a képzésnek, valamint a Perinatusban folyó szakmai munkának, illetve az alapítvány sajátjaként is tekintett szemléletnek, további szakemberekkel és laikusokkal megismertetve azokat. Többek között ilyen volt Járay Dóra Hír TV-nek adott két interjúja is az IBT módszeréről, az emlékezeti sírásról, a babatestbeszédéről, a szülés szakaszairól a baba szemszögéből, valamint a szülés pszichés hatásairól.

Születés Kísérleti Műhely

A Perinatus Alapítvány több kollégája 2025-ben is aktívan részt vett a Születés Kísérleti Műhely munkájában. A műhely célja, hogy új megközelítéseket és módszereket dolgozzon ki a születéslélmény feldolgozására és támogatására. Kollégáink elkötelezetten vettek részt a programok tervezésében és megvalósításában, hozzájárulva szakmai tapasztalataikkal és tudásukkal. Az együttműködés lehetőséget adott számukra, hogy mélyebb betekintést nyerjenek a legújabb kutatási eredményekbe és gyakorlati alkalmazásokba, ezáltal továbbfejlesztve saját kompetenciáikat és hozzájárulva az alapítvány szakmai fejlődéséhez.

Tudásátadás belső szakmai körben

Orosz Katalin, az alapítvány kuratóriumának elnöke 2025-ben is aktívan részt vett szakmai tudásátadók vezetésében, amellyel közreműködött a munkatársak szakmaiságának, jártasságának mélyítésében. Orosz Katalin 2025-ben is több olyan

szupervíziós alkalmat vezetett az alapítvány szakmai team-je számára, ahol esetmegbeszélésekhez kapcsolódó kérdésfeltevések mentén bővítették a perinatális szakterület sajátosságait magába foglaló szakmai tudást.

Orosz Katalin A szív gyógyítása című csoportjának asszisztenseként is dolgozott kollégánk, ahol lehetősége volt mélyebb betekintést nyerni ezen transzperszonális önismereti csoport vezetésének sajátosságaiba, az önismeret útján a mélyebb rétegekbe való eljutás segítésének változatos folyamataiba.

Együttműködés Társszervezetekkel

Az Alapítvány mindig nagy hangsúlyt fektetett arra, hogy szakmai együttműködéseket alakítson ki más, hasonló területen tevékenykedő és hasonló szemléletet képviselő szervezetekkel, szakemberekkel. Ezek a kapcsolatok lehetőséget biztosítanak közös előadások, képzések és szupervíziós alkalmak megszervezésére. Ilyen együttműködő partnereink közé tartoznak többek között a Magyar Védőnők Egyesülete, a Békés Dúlakör, az MPPPO, az ELTE perinatális szaktanácsadó képzése, a SOTE szoptatási tanácsadó képzése, az ELTE tanácsadó szakpszichológus képzése, a Pandora Egyesület, az Élet-Más-Képp Alapítvány (Szeged), az Életkezdet (Siófok), az Életkapu (Gyula), a Lelki Köldökzsinór Egyesület (Jászberény). Továbbá az Istituto di Psicointegrazione Assagioli (Olaszország), az Erdélyi Dúlak Egyesülete (Sepsiszentgyörgy), a Fészek Családi Kör (Révkomárom), a Zentai baba-mama klub (Zenta), a Tulipa – Vajdasági Dúlak Egyesülete (Szerbia), a Péter Pál Egyesület (Románia), az Arany János Kulturális Egyesület (Románia), a Terra Materna (Szlovákia), az Arany János Egyesület (Nagyszalonta), a Salzburgi Magyarok Egyesülete, az Innsbrucki Magyar Ifjúsági és Kultúregyesület, a Berliini Magyarok Egyesülete, valamint a Nestwärme, Verein zur Betreuung und Beratung von AIDS-betroffenen Familien, Kindern und Jugendlichen e.V. (Berlin). Szakmai kapcsolatot ápolunk továbbá a ReflectMom – anyaságot támogató önismereti játék kidolgozóival is.

Külföldi oktatási tevékenység

Az Erasmus+ pályázat (2020-1-HU01-KA104-078338) keretében Alapítványunk 2025-ben bőven megduplázta a külföldi oktatási alkalmak számát, minden eddiginél több oktatási tevékenységet valósított meg, mint a megelőző évben. 26 esetben zajlott külföldi oktatás, melynek helyszínei Ausztria, Németország, Szlovákia, Románia és Szerbia voltak. A feldolgozott témák a stresszkezelés, érzelemszabályozás, közösségépítés, önismeret, szülésélményfeldolgozás, transzgenerációs folyamatok, személyiségrészek és belső fejlődés, magzati lét és szülés/születés kérdésköreit fedték le.

Ezek a külföldi programok nemcsak a nemzetközi szakmai kapcsolatok erősítését szolgálták, hanem hozzájárultak a közös szakmai szemlélet fejlesztéséhez és a szülők támogatásához is.

Külföldi tanulási tevékenységeink

Az Erasmus+ pályázat (2020-1-HU01-KA104-078338) keretében Alapítványunk 2025-ben is megduplázta ezen események számát, majdnem kétszer annyi külföldi tanulási tevékenységet szervezett, mint a megelőző évben. 22 alkalommal utaztak munkatársaink tanulni külföldre, melynek helyszínei Franciaország, Horvátország, Olaszország, Szlovénia, Spanyolország, Németország, Görögország, Szlovákia voltak. A tanulási témák a következőket foglalták magukban: új terápiás módszerek, mozgás- és testalapú terápiák, stresszkezelés, kiégésmegelőzés, mindfulness, együttműködő kommunikáció, viszonyulás az élet végességéhez, angol, spanyol és olasz nyelvtanfolyamok, fenttartható fejlődés, digitális kompetenciák.

Ezek a külföldi tanulási tevékenységek nemcsak szakmai fejlődésüket szolgálták, hanem hozzájárultak ahhoz is, hogy nemzetközi kapcsolataikat erősítsék, és új, innovatív módszereket integráljanak munkájukba.

Külföldi szakértők fogadása

Az Akkreditációs pályázat (a 2023-1-HU01-KA121-ADU-000134286 számú és a 2024-1-HU01-KA121-ADU-000219440 számú) keretében alapítványunk 2025-ben is fogadott külföldi szakértőt, hogy gazdagítsa szakmai tevékenységünket és támogassa képzési programjainkat. Matthew Appleton három alkalommal is ellátogatott hozzánk, hogy az Integratív Babaterápia (IBT) képzésünk keretében tartson előadásokat, műhelymunkákat, továbbképzést. A szakértő fogadása során lehetőség nyílt a legújabb nemzetközi módszerek és szemléletek megismerésére, melyek nagyban hozzájárultak képzési programjaink minőségének emeléséhez és szakembereink fejlődéséhez.

Segítő önkéntesek koordinációja

2025 nyarán két, pszichológiában képződő szakember csatlakozott önkéntesként a Perinatushoz. Részt vesznek a közösségi médiafelületek működtetésében és különböző szervezési feladatokban. Megismerkednek az alapítvány szemléletével, amelyet be tudnak építeni saját szakmai identitásukba, gondolkodásukba, és ezzel tovább szélesedhet azok köre, akik szervezetünk támogató tevékenységében részesülnek.

10. Támogatási programok bemutatása

Az alapítvány támogatási programjai a tevékenységek leírása pontban kerültek bemutatásra.

Adó 1% (2025-ben kiutalt)

A kiutalt összeget tárgyévben nem használtuk fel teljes összegben a cél szerinti tevékenységekre.

Budapest, 2026. április 07.

**Orosz Katalin
Kuratórium elnöke
Perinatus Alapítvány**