

Izveštaj o radu Centra za poremećaje hranjenja BEA za 2023.godinu

Uvod

Tijekom 2023. udruga Centar BEA je nastavila provoditi projekte i programe koji se temelje na pružanju psihosocijalne podrške maloljetnim i punoljetnim osobama oboljelima od poremećaja hranjenja i njihovim obiteljima.

Centar za poremećaje hranjenja BEA tijekom 2023.godine imao je zaposlenu 1 djelatnicu: izvršnu direktoricu (Jelena Balabanić Mavrović, dr.sc.) koja je radila na puno radno vrijeme,

Centar za poremećaje hranjenja BEA administrativne poslove obavlja u prostorima svoga sjedišta a rad s korisnicima odvija se na adresi Savjetovališta Ilica 106a, Zagreb.

Prostor Savjetovališta udruge nalazi se na adresi Ilica 106a, u vlasništvu Ministarstva prostornog uređenja, graditeljstva i državne imovine RH, s kojim je udruga imala sklopljen ugovor o korištenju prostora do 1.11.2023, uz naknadu. Novi petogodišnji ugovor je u pripremi o čemu je Ministarstvo prostornog uređenja, graditeljstva i državne imovine izdalo Očitovanje (20.1.2024) u smislu izražavanja namjere za sklapanje novog ugovora.

Udruga osigurava prostor od požara, poplave i drugih nepogoda u korist navedenog Ministarstva.

OPIS AKTIVNOSTI Centra za poremećaje hranjenja BEA tijekom 2023:

- 1. Savjetovalište**
- 2. Grupe podrške**
- 3. Program prevencije poremećaja hranjenja**
- 4. Predavanja za zajednicu**
- 5. Volonterske akcije**
- 6. Međusektorska i stručna suradnja**
- 7. Medijski istupi i senzibilizacija zajednice**
- 8. Apliciranje na EU fondove**
- 9. Donacije i financijska podrška**

Razrada

1. aktivnosti Savjetovališta Centra BEA:

SAVJETOVALIŠTE za oboljele i članove njihovih obitelji

Tijekom 2023.godine provedeno je sveukupno **1.225 sati** savjetovališnog rada (individualni i obiteljski dolasci korisnika u Savjetovalište Centra BEA te on line i telefonsko savjetovanje):

- **Savjetovalište Centra BEA** uključilo je **319 korisnika** koji su sudjelovali u **345 sati** savjetovališnog rada. Voditeljica Savjetovališta mag.psih. Martina Štrk pružila je usluge psiho-socijalne podrške te asistencije pri uključivanju oboljelih u zdravstveni sustav – upućivanje u specijalističke centre unutar zdravstvenog sustava: KBC Zagreb (Zavod za dječju i adolescentnu psihijatriju i psihoterapiju; Zavod za personologiju i poremećaje hranjenja) te Dnevnu bolnicu za poremećaje prehrane pri Klinici za psihijatriju Sv.Ivan i Kliniku za pedijatriju KBC Sestre milosrdnice. Ulazni trijažni razgovor provodio se uživo (Savjetovalište Centra BEA u Ilici 106a, Zagreb), ali i online, za osobe iz cijele Hrvatske i regije.

- provedeno je **360 sati** savjetovanja putem **on line i telefonskog savjetovališta**: korisnici iz čitave Hrvatske ali i okolnih zemalja (Bosne i Hercegovine, Slovenije i Srbije) javljaju se s upitima o načinu liječenja u Hrvatskoj, o postupcima pri ostvarivanju prava pacijenata, o tome kako motivirati oboljelog člana obitelji za liječenje, kako savladati strah od liječenja; te kako nastaviti liječenje nakon niza bezuspješnih pokušaja da se simptomi poremećaja hranjenja stave pod kontrolu. Usluga on-line i telefonskog savjetovališta pruža informaciju, edukaciju i psiho-socijalnu podršku– ovisno o potrebama korisnika.

Također, mnogim korisnicima izvan Zagreba pružili smo i uslugu traženja adekvatne psihoterapijske podrške u mjestu stanovanja, te spajanja korisnika/ pacijenta te liječnika/ psihoterapeuta. Psihoterapeutima s manje iskustva u liječenju poremećaja hranjenja nudili smo i stručnu podršku kroz razmjenu iskustava, upućivanje na stručnu literaturu i konzultacije s iskusnijim stručnjacima iz Hrvatske i inozemstva.

On line i telefonskim savjetovanjem obuhvatili smo oko **280 korisnika** iz cijele Republike Hrvatske.

U Savjetovalištu **su volontirale i mlade stručnjakinje pružajući besplatnu psihološku podršku** uz superviziju svoga rada. Tijekom 2023.bilo je uključeno 58 volonterki-psihoterapeutkinja pod supervizijom (upisana najmanje treća godina psihoedukacije).

Iz edukacije za realitetnog psihoterapeuta ili savjetodavnog terapeuta volontirale su kolegice: Vanja Točaković, Jelena Perak, Marta Klobučar, Mateja Klemenčić, Veronika Vojvodić, Patricia Rudan, Marijana Dugandžić, Josipa Čorluka, Ivana Tomić Arland, Marijana Petkoviček, Maria

Maja Santini, Kristina Marković, Jelka Predragović, Vlatka Margetić, Lana Radišić, Dunja Sarap Mišić, Gabrijela Jurić Grgurić, Slavica Tankuljić, Ivana Cinac, Mirjana Djedović, Petra Šoletić.

Iz edukacije za gestalt terapeuta, u volontiranju pod supervizijom sudjelovale su kolegice: Anja Zojčeska, Matea Ljubobratović, Marijana Anzulović, Sonja Miočić, Tea Sladić, Bruna Nedoklan, Ivana Mikulinjak, Snježana Puščenik, Petra Mehmedović, Tomislava Gregov, Ida Todosijević, Marija Novak, Marinela Marković, Sanja Lavižati, Anita Krečak, Nikoleta Rodin, Lana Ivezić Pasini, Danijela Tadić, Marina Marghetti, Maja Bukvić, Sonja Tadej, Vedrana Kačer, Jasna Matošević.

Volonterke koje pohađaju edukaciju za logoterapeuta a volontiraju u Centru BEA u sklopu projekta terapeut-volonter su kolegice: Anamarija Strabić, Karmen Lubinović, Marina Jakuš i Rozarija Peroš.

Psihološku pomoć osobama oboljelima od poremećaja hranjenja slabijeg imovinskog stanja pružale su tjelesno integrativni terapeutkinje u edukaciji, kolegice Latica Ivković i Maja Kasiček.

TA terapeutkinja u edukaciji uključene u projekt Centra BEA za psihološku pomoć osobama slabijeg imovinskog stanja su kolegice: Tina Denona, Marija Jukić, Nikolina Vidović, Helena Stražičić, Vesna Bončina i Ivana Kujundžić. Također, volontirala je i kolegica polaznica edukacije za sistemskog obiteljskog terapeuta Andrea Marinac, te kolegica volonterka iz edukacije psihodramske terapije Dragana Radusinović Tafra.

Volontersko savjetovanje ostvarilo je **520 sati** kroz savjetodavnu podršku za korisnike slabijeg imovinskog stanja.

2. Održavanje GRUPE PODRŠKE za oboljele od poremećaja hranjenja i roditelje oboljelih osoba:

Voditeljice **grupe podrške za punoljetne** oboljele od poremećaja hranjenja (psihodramska praktičarka Nikolina Komljenović) tijekom izvještajnog razdoblja održala je 14 grupnih susreta u trajanju od 1,5 sata (ukupno 21 sata). Obuhvaćeno je 14 korisnica: punoljetnih osoba oboljelih od anoreksije, bulimije i nespecifičnih poremećaja hranjenja.

Nutricionističke grupe za oboljele od poremećaja hranjenja pod vodstvom mag.nutric.Maje Žanko – provedeno je 28 susreta od siječnja do prosinca 2023. Grupe su provedene u online formi, svaka u trajanju 1,5h. Uključeno je 20 sudionica

Provođene su **online grupe za emocionalno prejedanje** pod vodstvom mag.nutr. Kristine Beljan. Provedeno je 48 grupnih susreta (1,5 sat) koji su obuhvatili 18 osoba oboljelih od poremećaja prejedanja.

Grupa podrške za maloljetne oboljele do poremećaja hranjenja održavala se od siječnja do lipnja 2023. u online obliku pod vodstvom psihodramske savjetodavne terapeutkinje Irene Boháč, te od listopada do prosinca 2023. uživo, pod vodstvom dr. Nikoline Kranjec. Obuhvaćeno je 22 člana. Održano je 20 grupnih susreta, u trajanju od 1,5 sat.

Grupa podrške namijenjena roditeljima maloljetne i punoljetne djece s problemima u odnosu prema tijelu i hrani održana je suradnji s udrugom Creativa. Tijekom 2023. održano je 36 radionica za roditelje koje je vodila prof. ped. Tončica Šiškov, psihoterapeut pokretom i plesom te NLP majstor-praktičar (uključeno 72 roditelja).

3. Program PREVENCIJE poremećaja hranjenja

3.1. održana predavanja u osnovnim i srednjim školama, te obrazovnim institucijama:

održana su predavanja (uživo i online) u navedenim institucijama i školama: Županijsko vijeće Šibenik, Škola za medicinske sestre Mlinarska, Županijsko stručno vijeće odgajatelja u učeničkim domovima Grada Zagreba, Udruga kineziologa Grada Zagreba, OŠ Marin Držić, Prva gimnazija Varaždin. Predavačice i izvoditeljice radionica su bile mag. soc. ped. Ivana Kurtov, mag. so. paed. Ivana Marić i mag. soc. paed. Karla Raguž.

4. PREDAVANJA za zajednicu

Tijekom 2023. godine, Centar BEA je nastavio provoditi online predavanja putem online platforme (zoom, FB live). Analizom vidljivosti i doseg predavanja ustanovljeno je kako online predavanja imaju veći doseg i gledanost (pojedina predavanja dosežu i preko dvije tisuće pregleda) te su dostupna korisnicima i u mjesecima i godinama nakon samog predavanja, na You tube platformi.

Tijekom 2023. održali smo **13 predavanja** s temama osnaživanja oboljelih i osoba u riziku za razvoj poremećaja hranjenja, osnaživanje obitelji oboljelih osoba, kao i srodnih tema vezanih uz mentalno zdravlje.

Popis 13 održanih predavanja:

- 1) 26.1.2023. izv. prof. dr. sc. Miranda Novak „Promocija mentalnog zdravlja mladih kroz ulaganje u pozitivan razvoj“
- 2) 9.2.2023. prof. dr. sc. Ante Bagarić, psihijatar i psihoterapeut „Što je to bipolarni poremećaj?“ I dio
- 3) 16.2.2023. Antonia Zrinjski, stručnjakinja po iskustvu „Moj put oporavka“
- 4) 28.2.2023. dr. med. Nikolina Vujčić Stipčević, psihijatar i psihoterapeut „Što je opsesivno-kompulzivni poremećaj?“
- 5) 21.3.2023. dr. med. Maja Šeparović Lisak, psihijatar i psihoterapeut „Što je anksiozno-depresivni poremećaj?“

- 6) 20.4.2023. prof.dr.sc.Ante Bagarić, psihijatar i psihoterapeut „Što je to bipolarni poremećaj?“ II dio
- 7) 25.5.2023. dr.med Antonia Vuk, psihijatar "Što je ADHD?"
- 8) 5.6.2023. edukantice gestalt psihoterapije Tomislava Gregov i Marija Novak „Seksualnost i poremećaji hranjenja“
- 9) 19.9.2023. dr.med.Hrvoje Handl, psihijatar i psihoanalitičar „Boluju li muškarci od poremećaja hranjenja?“
- 10) 12.10.2023. mag.psych.i terapeut Dora Glavaš „Obiteljska terapija“
- 11) 26.10.2023. dr.med Filip Mustać „Psihološki pokazatelji ličnosti u osoba s pretilosti i anoreksijom nervozom“.
- 12) 14.11.2023. dr.sc.Jelena Balabanić Mavrović „ Poremećaji hranjenja u katitalističkom društvu: Super-žena ili super-promašaj“
- 13) 21.11.2023. Brigita Dielacher, savjetodavna terapeutkinja „Stigmatizacija osoba s mentalnim poremećajima“

Dodatno, održano je i predavanje za mlade stručnjake, studente Filozofskog fakulteta u Rijeci, odsjek za psihologiju, kao ulaganje u kapacitete budućih stručnjaka u sustavu, za prepoznavanje i prevenciju poremećaja hranjenja (5.5.2023) te za studente Edukacijsko rehabilitacijskog fakulteta (6.11.2023).

5. VOLONTERSKE akcije

Volonterske aktivnosti u Centru BEA tijekom 2023. godine bile su, kao i prethodnih godina, usmjerene na 3 glavna područja: izrada popularno znanstvenih objava za medije i internet (podsekcija "Volonteri pišu"); volonteri-psihoterapeuti pod supervizijom (za mlade stručnjake pomažućih profesija koji pohađaju završne godine psihoedukacije) te provođenje volonterskih radionica za osnaživanje učenica i učenika srednjih škola "Dozvola za nesavršenost".

Tijekom 2023.godine organizirana je grupa od 5 volontera-pisca koji su proučavali recentnu znanstvenu produkciju vezanu uz mentalno zdravlje djece i mladih. Kao rezultat njihovog istraživačkog rada objavljeno 10 popularno-znanstvenih tekstova o prevenciji i liječenju poremećaja hranjenja na web stranici udruge te na društvenim mrežama.

Druga grupa volontera djelovala je kao psihoterapeuti pod supervizijom te je održano 520 sati volonterskog savjetovanja s punoljetnim korisnicima Centra BEA slabijeg financijskog stanja: uključeno 58 volonterki, usmjerenja gestalt, logoterapija, realitetna, transakcijska, psihodramska i tjelesno orijentirana psihoterapija.

Volonterkama je omogućena i besplatna supervizija u udruzi pod vodstvom dr.sc. Jelene Balabanić Mavrović, savjetodavne terapeutkinje i članice Hrvatske komore psihoterapeuta (održano 30 sati supervizijskih sastanaka putem platforme zoom) . Volonteri-psihoterapeuti pod supervizijom pružali su kontinuiranu psihološku potporu osobama oboljelima od

poremećaja hranjenja i članovima njihovih obitelji putem online i uživo savjetovanja, kao nadopuna psihijatrijskom vođenju unutar zdravstvenog sustava.

Dodatno, volonterka dr.med.Nikolina Kranjec, specijalizantica pedijatrije i edukantica dječje integrativne psihoedukacije održala je radionicu pod nazivom „Majke i kćeri“ 11.3.2023. namijenjenu boljem razumijevanju kćerki tinejdžerica oboljelih od poremećaja hranjenja i njihovih majki.

Deset volonterki uključenih u volonterski projekt Dozvola za nesavršenost prvo su pohađale edukaciju za volontere u Centru BEA (održana 15.10.2023) te su provele 44 radionica u trajanju od 2 školska sata u odabranim srednjim školama grada Zagreba. Time su obuhvatile 515 učenice i učenika u 3 škole grada Zagreba (Sesvetska gimnazija, Agronomska škola, Prirodoslovna škola Vladimir Prelog,

U volonterske aktivnosti Centra BEA u 2023.uključeno 65 volonterki.

6. MEĐUSEKTORSKA i stručna suradnja

Međusektorska suradnja i edukacije mladih stručnjaka na području poremećaja hranjenja

Tijekom 2023.godine održano je niz različitih aktivnosti koje uključuju međusektorsku suradnju sa drugim stručnjacima i ustanovama, što je izrazito bitno u provođenju prevencije i liječenja poremećaja hranjenja kao multidisciplinarnog procesa.

- **Supervizijski susreti:** supervizija kod doc.dr.sc. Karin Ser nec, voditeljice Enote za motnje hranjenja / Odjela za poremećaje hranjenja pri Psihijatrijskoj bolnici Ljubljana u 2023.održana je 4 puta u online formi (16.1; 20.3; 28.6; 30.8.; 18.12.2023) .
- **Intervizijski susreti:** održano je 10 intervizijskih susreta sa stručnjacima iz tima Centra BEA i predstavnicima tima Dnevne bolnice za poremećaje prehrane pri PB Sveti Ivan u trajanju od 20 sati.
- **Supervizija volontera- psihoterapeuta:** u svrhu osnaživanja psihoterapeuta volontera pod supervizijom koji pružaju besplatnu psiho-socijalnu podršku osobama smanjenih financijskih mogućnosti održano je 20 supervizijskih susreta pod vodstvom dr.sc. Jelene Balabanić Mavrović te je ostvareno 30 sati online grupne supervizije.
- **Supervizija psihoterapeuta :** u svrhu jačanja stručnih kapaciteta u radu s oboljelima od poremećaja hranjenja, održano je 6 supervizija namijenjene certificiranim terapeutima. Superviziju je provodila dr.sc. Jelena Balabanić Mavrović u online obliku.
- **Međusektorski susreti:** Međusektorsko umrežavanje- Održano 4 međusektorskih online sastanaka (17.1.; 16.5; 26.9; 14.12.2023) sa predstavnicima zdravstvenog sustava, te jedan uživo susret timova Centra BEA, KBC Sestre milosrdnice/ Klinika za

pedijatriju, KBC Zagreb/ Dječja i adolescentna psihijatrija i psihoterapija i Psihijatrijske klinike Sveti Ivan /Dnevna bolnica za poremećaje prehrane, koji se odvio u prostorima Dječje i adolescentne psihijatrije na Rebru u domaćinstvu prof.dr.sc. Begovac Ivan, dana 22.3.2023.

- **Kongresi, edukacije, stručni skupovi:** Djelatnici udruge u 2023. sudjelovali su na kongresima KOKOSS Interdisciplinarnost kao resurs - pojedinac i zajednica u fokusu u razdoblju od 23. – 25. veljače 2023. godine u Vodicama, na simpoziju „Back together“ 16.6.2023 sa radionicom „Projekt tijelo i hrana“, na međunarodnom kongresu „Men have it too“, 19-23.10.2023 u Zagrebu, te na kongresu „Harm Reduction Forum HRF 2023“ u Tuhelju 24.i 25.11.2023 u svrhu širenja znanja o poremećajima hranjenja te umrežavanja sa drugim organizacijama i pojedincima koji djeluju na području mentalnog zdravlja i pružanja zdravstvenih i socijalnih usluga.

7. MEDIJSKI istupi i senzibilizacija zajednice

7.1. održavanje web stranice/ društvene mreže: internetska stranica Centra za poremećaje hranjenja BEA je www.centarbea.hr te javna baza podataka zdravstvene i psihološke podrške u 7 gradova u RH www.anoreksija-bulimija.info . Na taj je način omogućen pristup informacijama za ciljne skupine (oboljeli i njihove obitelji) kako bi se mogli uključiti u ponuđene programe i koristiti usluge Centra BEA. Tijekom 2023. nastavljeno je održavanje internetske stranice namijenjene liječnicima obiteljske medicine i zaposlenicima u primarnoj zdravstvenoj zaštiti o simptomima anoreksije, bulimije i nespecifičnim poremećajima hranjenja www.f50-anoreksija-bulimija-prejedanje/centarbea.hr

Stranice na društvenim mrežama (Facebook i Instagram) su bile vrlo aktivne s objavama vizualnih i tekstualnih sadržaja koji promiču pozitivan odnos prema sebi i svom tijelu te mentalnom zdravlju općenito. Facebook stranicu Centra BEA redovito prati 7.600 korisnika, a Instagram profil prati 2.200 korisnika.

You tube profil Centra BEA prati preko 500 osoba, a na njemu je postavljeno preko 60 videa stručnih predavanja na temu mentalnog zdravlja sa naglaskom na poremećaje hranjenja.

U periodu od 1.1.2023. do 31.12.2023.na FB i Instagram profilu Centra BEA te na službenoj web stranici objavljeno je više od 700 objava, videa, tekstova i fotografija koje su usmjerene prije svega mlađoj populaciji (adolescentima) u svrhu osnaživanja zaštitnih faktora (samopouzdanje, učvršćivanje pozitivne slike o sebi, razvijanje uravnoteženog odnosa prema hrani) te jačanju motivacije za traženje stručne pomoći oboljelih osoba (destigmatizacija poremećaja hranjenja, promoviranje brige o mentalnom zdravlju).

Posebno ističemo kampanju „Dajmo im priliku za život“ usmjerene skretanju pažnje na problem nepostojanja sustavne zdravstvene skrbi za punoljetne osobe oboljele od anoreksije koje su teško pothranjene (snimljen video i tekstualna objava).

7.2. medijski istupi:

Promocija programa ostvarivana je vrlo brižljivo svakodnevnim objavama na društvenim mrežama Centra BEA (fb i Instagram) te putem sadržaja na web stranici udruge. Na web stranici udruge objavili smo 50 objava. U medijima je ukupno ostvareno 12 objava (portali, TV, radio, tisak).

Popis medijskih objava:

- 1.) Portal Zdravlje <https://portalzdravlje.us11.list-manage.com/track/click?u=b66a4b5434467d53f46fc217d&id=0cc0a82a00&e=be54b7ef6f>
- 2.) Članak o ortoreksiji <https://zimo.dnevnik.hr/clanak/znete-li-sto-je-ortoreksija-ovaj-poremecaj-sve-je-cesci-a-drustvene-mreze-dodatno-povecavaju-problem---773299.html>
- 3.) Gostovanje u emisiji dr Beck 20.4.2023. HTV 1, dr.sc.Jelena Balabanić Mavrović
- 4.) HTV 1, emisija Labirint, gostovanje J.Balabanić Mavrović Emisija o mentalnom zdravlju mladih (23.5. 2023)
- 5.) Nova TV , gostovanje u emisiji Dnevnik, prilog o poremećajima hranjenja (12.4.2023)
- 6.) Slobodna Dalmacija 30.9.2023 članak "Almond mums"
<https://slobodnadalmacija.hr/mozaik/stil/znete-li-sto-su-almond-mums-jedna-recenica-razotkrila-je-opasan-trend-i-pokrenula-revoluciju-ne-cinite-to-djeci-1326540>
- 7.) gostovanje u radio emisiji Ljudevit Grgurić Grga 25.9.2023, emisija "Tako dobro", radio Nacional
- 8.) gostovanje na N1, News, 10.10.2023, 21.15 h
- 9.) <https://hrvatska-danas.com/2023/05/27/kako-zaustaviti-zacarani-krug-emocionalnog-prejedanja/>
- 10.) <https://ezadar.net.hr/dogadaji/4390937/uskoro-prvi-medjunarodni-kongres-o-poremecajima-prehrane-kod-muskaraca/>
- 11.) <https://ezadar.net.hr/dogadaji/4390937/uskoro-prvi-medjunarodni-kongres-o-poremecajima-prehrane-kod-muskaraca/>
- 12.) <https://www.glasistre.hr/sport/2023/02/23/poremecaji-hranjenja-u-sportu-veliki-izazov-847909>

8. Apliciranje na EU fondove: Tijekom 2023.udruga nije aplicirala na nove EU natječaje.

9. Donacije i financijsko poslovanje- samoodrživost:

Protekla godina 2023. za udruhu Centar BEA bila godina bez podrške Nacionalne zaklade, te smo se oslanjali na financijsku podršku projektu „Psihosocijalna podrška za oboljele od poremećaja hranjenja i njihove obitelji“ od strane Grada Zagreba. Također, zahvaljujući donacijama poslovnog sektora (tvrtka Tomić & co) i donacijama građana u sklopu akcije Božićne donacije udruha je mogla korisnicima slabijeg imovinskog stanja pružiti besplatne usluge Savjetovališta te koordinirati opsežne volonterske aktivnosti.

Samoodrživost se bazirala na plaćanje određenih vrsta usluga, poput online i uživo grupa: nutricionističkih grupa, grupe podrške te dijela usluga Savjetovališta. Na takav smo način uspjeli osigurati kontinuitet i kvalitetu svojih usluga.

Zaključak

Godina 2023. omogućila je dalje djelovanje udruge Centar BEA u ostvarivanju misije udruge. I dalje nam je u fokusu dobrobit i poboljšanje statusa oboljelih od poremećaja hranjenja i članova njihovih obitelji, čemu je usmjerena svaka naša aktivnost. Posebno smo se usmjerili u afirmiranju teme hospitalizacije punoljetnih osoba oboljelih od anoreksije, koji zbog teške pothranjenosti nemaju svoje mjesto u zdravstvenom sustavu. Također Centar BEA je i u 2023. bio aktivan dionik u promicanju važnosti mentalnog zdravlja djece i mladih, u zajednici i među stručnjacima.

29.3.2024, Zagreb

Izvještaj sastavila:

Miriam Forempoher

Predsjednica udruge