



## **Správa o činnosti Ligy za duševné zdravie za rok 2008**

Vo marci SR LDZ vyhodnotila projekty zaslané do Grantovej schémy Nezábudka, ktorú sme vytvorili z finančných prostriedkov získaných prostredníctvom verejnej zbierky Dni nezábudiek 2007.

V r.2008 sme pokračovali v informačných kampaniach:

### **Jarná kampaň.**

Súčasťou kampane bola jarná kampaň LDZ k Svetovému dňu zdravia, ktorá bola zameraná na zviditeľnenie Motivačného centra Nezábudka.

### **Jesenná kampaň**

Na jeseň sme realizovali pri príležitosti Svetového dňa duševného zdravia tradičnú informačnú kampaň Dni duševného zdravia – Dni nezábudiek spojenú s celonárodnou verejnou zbierkou. V tohtoročnej kampani sme sa sústredili na ozvučenie potreby zlepšenia komplexnej starostlivosti pre ľudí s duševnou poruchou. Z výnosu zbierky boli podporené spolupracujúce organizácie 30% z vyzbieraných financií a to na projekty na podporu duševného zdravia. Po odpočítaní povolených nákladov na kampaň bude opäť vytvorená Grantová schéma Nezábudka na podporu projektov, ktoré zlepšujú starostlivosť ľudí s duševnou poruchou. Súčasťou kampane bola kampaň v médiách, diskusie relácie a články v médiách, podujatia usporiadané regionálnymi združeniami. S veľkým záujmom verejnosti a médií sa stretlo podujatie „Cesta vydláždená strachom“. V špeciálnom kamióne - simulátore pri bratislavskom Auparku mohla verejnosť zažiť pocity človeka s ochorením schizofrénia. Cieľom podujatia bolo zlepšenie informovanosti a scitlivenie spoločnosti k duševným ochoreniam.

V 2008 sme kontinuálne pokračovali v aktivitách LDZ: Galéria nezábudka, Motivačné centrum Nezábudka, Poradňa Nezábudka, školský projekt, svojpomocná skupina zameraná na poruchy príjmov potravy, diskusie pre verejnosť.

### **GALÉRIA NEZÁBUDKA**

V Galérii Nezábudka plánujem sme v r.2008 realizovali nasledovné aktivity:

Pútnikov denník" - výstava diel z letného sympózia 2007

Spríevodnou aktivitou výstavy je výtvarné školenie, na ktorom sa účastníci

Tematické oslovenie ocenených autorov z výzvy Hľadá sa talent 2007

Cieľom výzvy bolo podporiť všetkých 24 ocenených autorov z minuloročnej výzvy Hľadá sa talent, nestratiť s nimi kontakt a inšpirovať ich k výtvarnej tvorivosti. Siedmich najúspešnejších autorov vybrala odborná komisia na letné výtvarné sympóziu 2008. Vybrané diela boli vystavené na kolektívnej výstave v Bratislave pri príležitosti zahájenia Dní duševného zdravia - Dní nezábudiek.

Letné výtvarné sympóziu v Galérii insitného umenia Pezinku

Nadviazanie na tematickú výzvu, prepojenie výtvarného workshopu s literárnymi aktivitami.

Autorská výstava - prezentácia tvorby Zuzany Ebringerovej

Prezentácia diel Zuzany Ebringerovej, ocenej autorky v kategórii Talent roka 2007, ktorej tvorbu mapuje Galéria Nezábudka už dlhoročne a ktorá doposiaľ nemala individuálnu výstavu.

Kolektívna výstava diel z literárnej inšpirácie "Inšpirujúce slova"

Kolektívna výstava autorov zapojených do výtvarnej inšpirácie a účasti na letnom sympóziu v Pezinku.

Aktivity Galérie Nezábudka boli podporené z finančných prostriedkov MK SR - Kultúra znevýhodnených skupín obyvateľstva, letné výtvarné sústreďenie podporilo MPSVR. Dlhoročným partnerom Galérie je spoločnosť Pfizer.

## **MOTIVAČNÉ CENTRUM NEZÁBUDKA**

V rámci Motivačného centra sme pokračovali v realizácii už nastavených programov, ktoré podporila spoločnosť Servier: Open-Art Studio pre pacientov, Podpora pre príbuzných a Kontinual pre profesionálov.

**Open Art Studio:** Výtvarné workshopy pre pacientov

2 x mesačne pre bratislavských účastníkov, raz mesačne víkendový workshop pre mimobratislavských účastníkov. V novembri usporiadame výstavu účastníkov programu.

**Podpora:** programy pre príbuzných Rodinná podpora a Objaviť zdroje

Rodinná podpora:

Príbuzní sa pod vedením psychologicky A. Bartíkovej stretávali 1 x mesačne na nasledujúce témy: atmosféra v rodine, postoje k ochoreniu, program a denný režim/ stravovanie, ako prebudiť záujem, o liekoch a liečbe, rešpekt v rodine, rozlišovanie medzi chorobou a povahou, riešenie konfliktov/ agresivita, vytváranie partnerských vzťahov, zamestnávajúce ľudí s duševnou poruchou, význam svojpomocných skupín, ako nepoškodzovať chorého člena rodiny.

Objaviť zdroje: program sme zahájili v septembri v spolupráci s OZ Opora.

Program bol podporený z Grantovej schémy Nezábudka a realizuje sa v priestoroch LDZ. Program vedie PhDr. H.Ščibrányová. Témy: Proces vyrovnávania sa s duševným ochorením člena rodiny, Zmeny vnútorného prežívania u príbuzných a ich zvládanie, Komunikačné pozície členov rodiny, Duševné ochorenie ako výzva pre rodinu, Cesta k rodinným koreňom, Rodinné pravidlá, Ako podporovať duševné zdravie v rodinnom systéme, napriek duševnému ochoreniu člena rodiny

**Kontinual:**

V rámci vzdelávania sme pre pomáhajúce profesie pripravili nasledovné školenia.

**Diagnostika porúch osobnosti v klinickej praxi** - celková orientácia v diagnostických a diferenciaciálnych - diagnostických znakoch neurotických porúch

Lektori: MUDr. Jozef Hašto, PhD. a MUDr. Jana Vránová

### **Sociálne projektovanie a case manažment**

Lektori: Mgr. Elena Kopcová, Mgr. Viera Nogová

### **Duševné zdravie na stredných školách**

Školenie pre školských psychologov. Multiplikácia školského projektu LDZ.

Lektor: Mgr. Lenka Práznovská

V rámci Motivačného centra sme vytvorili spoluprácu s členskou organizáciou Kultúrne združenia národností a etník SR, ktorá má v našich priestoroch možnosť nácviku divadelných predstavení. V rámci spolupráce sme tiež zriadili na web stránke LDZ literárne dielňu pre literárne aktívnych ľudí s duševným ochorením. Literárnu a divadelnú dielňu plánujeme v budúcnosti po získaní finančných zdrojov zaradiť do pravidelných programov Motivačného centra.

### **ŠKOLSKÝ PROJEKT DUŠEVNÉ ZDRAVIE NA STREDNÝCH ŠKOLÁCH**

V rámci projektu sme pokračovali v realizácii stretnutí so študentmi bratislavských stredných škôl. Projekt sme rozšírili o vzdelávacie aktivity v regiónoch Nitra, Trnava. Prvá programová línia má názov: "Som v pohode. A ak nie?" Druhá: "Zvládam krízy a konflikty?".

V súvislosti s projektom zaslala LDZ pri príprave reformy školstva výzvu na MŠ SR, aby bola oblasť duševného zdravia zaradená do výchovno-vzdelávacieho programu na školách v rámci pripravovanej školskej reformy. S cieľom multiplikácie projektu v ďalších regiónoch podala LDZ projekt na Európsky sociálny fond.

### **PODPORNÁ SKUPINU PRE ĽUDÍ S PORUCHAMI PRÍJMU POTRAVY**

Nadálej sme realizovali podpornú skupinu pre ľudí s poruchami príjmu potravy. Dievčatá, mladé ženy ale aj muži, ktorí potrebujú pomoc mali možnosť stretávať sa raz týždenne v bezpečnom prostredí a otvorene vyjadrovať svoje pocity a nálady, hovoriť o problémoch súvisiacich s PPP, spoločne získať náhľad na chorobu a vzájomne sa podporiť v odhodlaní liečiť sa. Skupinu vedie psychologička a bývalá pacientka so skúsenosťou.

### **PORADŇA NEZÁBUDKA**

Poradenskú činnosť sme napĺňali prostredníctvom nízkoprahovej Poradne Nezábudka spojenej s internetovým poradenstvom v Bratislava shopping centre Aupark. Aj keď LDZ sa zatiaľ nedarí získať partnera, ktorý by pokryl finančné náklady na jej prevádzku, budeme v tejto službe naďalej pokračovať.

### **DISKUSIE A PODUJATIA PRE VEREJNOSŤ**

Počas prvého polroka sme pokračovali v organizovaní **diskusí** pre verejnosť v priestoroch Primaciálneho paláca v spolupráci s Magistrátom hl. mesta Bratislava. Vzhľadom na problematické získavanie odborníkov v časovom predstihu, ktoré znemožňuje propagáciu smerom k verejnosti, v 2. polroku sme v činnosti nepokračovali. Diskusie presmerujeme do prostredia, ktoré má ustálenú návštevnosť a propagáciu zo strany organizátora: Festival Pohoda, veľtrh Bibliotéka.....

Pre verejnosť pripravila LDZ aj program v rámci celobratislavského cyklického podujatia Víkend parkov a záhrad. Predstavila bratislavskej verejnosti činnosť LDZ a Galériu Nezábudka. Súčasťou podujatie v Medickej záhrade bola výstava,

diskusia s odborníkmi a čítanie z kníh autoriek so skúsenosťou s duševnou poruchou.

LDZ v r. 2008 iniciovala proces zriadenia Sekcie občanov z duševnými poruchami Pri rade vlády občanov zo zdravotným postihnutím pri MPSVR. Sekciu sa podarilo presadiť aj s podporou Združenia na pomoc ľuďom s mentálnym postihnutím a Národnej rady občanov zo zdravotným postihnutím, s ktorými Liga intenzívne komunikovala. Žiaľ konečný štatút vo finálne neumožnil, aby sa Liga stala členom. LDZ však iniciovala svoje členské a spolupracujúce organizácie, aby zaslali prihlášky do Zhromaždenia zástupcov.

LDZ sa v r. 2008 stala spolupracujúcou organizáciou Národnej rady občanov zo zdravotným postihnutím, ktorá je relevantnou národnou organizáciou obhajujúcou práva občanov zo ZP.

LDZ sa tiež zúčastňovala na zasadaní Rady pre duševné zdravie pri MZ SR, podieľala sa na príprave Akčného plánu na r.2008-2010.

LDZ usporiadala v spolupráci s Národnou bankou Slovenska 2 školenia pre členské organizácie, regionálne organizácie pacientov a regionálne organizácie príbuzných školenia Európska mena prichádza.

LDZ sa v r. 2008 stala úspešným prijímateľom prostriedkov z EU v rámci operačného programu: Zamestnanosť a sociálna inklúzia Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodina SR a Sociálnej implementačnej agentúry. Projekt „**Posilnenie ľudských zdrojov vzdelávaním**“ je zameraný na vzdelávanie lídrov patientskych a príbuzenských organizácií a multiplikáciu školského projektu. Vzdelávanie sa bude realizovať v r.2009.

V r. 2008 ukončila svoju činnosť chránená dielňa Bistro Nezábudka, ktorej poskytovala LDZ svoje priestory zdarma. LDZ našla ďalšieho prevádzkovateľa chránenej dielne, ktorý zahájil prevádzku v r.2009.

Priestor Ligy okrem nášho administratívneho centra naďalej využívali aj členské organizácie jednak pre ich pravidelné **stretnutia, trávenie voľného času a iné aktivity** (ODOS, Krídla, Opora, Kultúrne združenie národností a etník Slovenska a ďalší).

*Spracovala:*  
*Mgr. Alexandra Fischerová*  
*Výkonná riaditeľka*  
*07.01. 2009*