

VAKOK ÉS GYENGÉNLTÓK KÖZÉP-MAGYARORSZÁGI REGIONÁLIS EGYESÜLETE (KÖZHASZNÚ SZERVEZET)

1141 Budapest, Szugló u. 81.

✉ 1590 Budapest, Zugló 1 Posta Pf. 119

☎: 384-5541 E-mail: info@vgyke.com Honlap: www.vgyke.com



**BESZÁMOLÓ – szakmai értékelés a AIT-2024-780 számú pályázat
céljainak megvalósulásáról**

AKTÍV IDŐSKORT TÁMOGATÓ PROJEKT MEGVALÓSÍTÁSA - GYÓGYMASSZÁZS

TÁMOGATÁSI SZERZŐDÉS IKTATÓSZÁMA: CIV/98-2/2024

TÁMOGATOTT NEVE: VAKOK ÉS GYENGÉNLTÓK KÖZÉP-MAGYARORSZÁGI REGIONÁLIS
EGYESÜLETE (VGYKE)

CÍME: 1141 BUDAPEST, SZUGLÓ UTCA 81.

PÉNZÜGYI KAPCSOLATTARTÓ TELEFONSZÁMA: CSURAINÉ PÁTER TÜNDE +36 70 984 1646

PÉNZÜGYI KAPCSOLATTARTÓ E-MAIL CÍME: patertunde@vgyke.com

SAKMAI MEGVALÓSÍTÁSÉRT FELELŐS SZEMÉLY TEL.: PÁGÁNY NOÉMI +36 70 383 3610

SAKMAI MEGVALÓSÍTÁSÉRT FELELŐS SZEMÉLY E-MAIL CÍME: paganynoemi@vgyke.com

A VGYKE több, mint 15 éve működtet szolgáltatásokat, úgy, mint akadálymentes ügyfélszolgálat tagjaink és látássérültek részére, Közösség Lámpásai mentori hálózat, Louis Braille Támogató Szolgálat, Láthatár Segédeszközbolt, konzultációk. Gyógymasszázs szolgáltatásunk 2014. óta működik. Jelenleg 10 masször kollégával dolgozunk, 5 állandó helyszínen és több iskolában, intézményben, és különböző rendezvényeken, melyekre felkérést kapunk. A masszázis szolgáltatást egészségmegőrzés céljából indítottuk el, mivel a masszázssal teljesebb életet élhetnek az emberek. Szolgáltatásunk alapvetően nem TB támogatott, fizetős szolgáltatás. Az „Aktív időskort támogató projekt” pályázat keretében a III. kerületben élő idősebb korosztály részére szeretnénk volna térítésmentesen masszázst nyújtani, hogy minél több nyugdíjaskorú embert szólítsunk meg a közérzet javítása, fizikai, szellemi frissesség megőrzése érdekében.

Ezáltal megtapasztalják a masszázis egészségmegőrzést elősegítő jótékony hatását és a hosszú távú cél az, hogy a prevenció beépüljön mindennapi életvitelükbe.

A pályázat megvalósítására a III. kerületi Óbudai Szociális Szolgáltató Intézményben (1036 Budapest, Kiskorona utca 3.) kaptunk lehetőséget. Korábban együttműködésben álltunk az intézménnyel és ismerősként térhettünk vissza.

Itt volt módunk a program egészét lebonyolítani. Tevékenységünkhöz az intézmény minden alkalomra külön helyiséget biztosított, és kiemelt szerepet kapott a higiénia és a rendezett, családi hangulatú környezet.

Az intézménnyel közösen terveztük és jelöltük ki az alábbi napokat masszázssra, 8 egymást követő héten heti egy, illetve két alkalommal 9 és 15 óra között:

1.	2024. május 14.	-	9 fő
2.	2024. május 21.	-	9 fő
3.	2024. május 28.	-	9 fő
4.	2024. június 04.	-	7 fő
5.	2024. június 05.	-	9 fő
6.	2024. június 12.	-	9 fő
7.	2024. június 13.	-	8 fő
8.	2024. június 18.	-	9 fő
9.	2024. június 20.	-	9 fő
10.	2024. június 27.	-	9 fő
11.	2024. július 02.	-	9 fő
12.	2024. július 04.	-	9 fő

A 12 alkalommal összesen 105 fő (97 hölgy és 8 férfi) vendég részesült a masszázsban. Legnagyobb örömeinkre majdnem minden napunk telt házban volt és a rugalmasságnak köszönhetően, ha egy-egy vendég nem tudott elmenni, ezt jelezve más igénybe tudta venni a szolgáltatást.

30 perces gyógy- vagy talpmasszázst kínáltunk a jelentkezőknek, és választhattak a két masszázsfajta közül. A gyógymasszázs a hát-, váll-, nyak- és derék részeinek masszázsa, a talpmasszázs a talp reflexpontjainak stimulálásával továbbá minden szervrendszerünkre.

A programunkon kizárólag 65 év feletti, III. kerületi lakosok vehettek részt. Tapasztaltuk, hogy érdeklődéssel, hálával és a szaktudás iránti elismeréssel fordultak kollégáinkhoz, akik szívesen adtak tanácsot, hiszen számos otthon végezhető gyakorlattal, praktikával tudnak hozzájárulni a jobb közérzethez. A vendégek a masszázs után elégedetten távoztak és a folytatáshoz elérhetőségeinkről érdeklődtek, vittek szórólapot további kapcsolatfelvétel céljából.

Ez a korosztály a III. kerületben élő lakosság egyhetedét képviseli, emiatt igen kitüntetett figyelmet érdemel. Esetünkben még inkább nagy hangsúlyt kap a prevenció, a mozgás fontossága és ha a mozgás kicsit nehézkessé válik, akkor az alternatív megoldások kerülnek előtérbe.

Korábban a kerületben három helyszínen is jelen volt egyesületünk masszázs szolgáltatása (Csobánka téri Szakrendelő, Vörösvári úti Szakrendelő és Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény). Azóta több kerületi lakos hiányolta ezt a jól működő lehetőséget. Januárban ismét megnyitottunk a Szent Margit Rendelőintézet Vörösvári úti Szakrendelőjében (1032 Budapest, Vörösvári út 88-96.), így újból elérhetőek vagyunk a közelben.

Tevékenységünk azért kiemelkedő, mert elősegítjük vele a gyógyító folyamatokat és javul az életminőség. Amikor már fájdalom kíséri a mozgást, a kiszolgáltatottság egyre növekszik és a masszázs ezt ellensúlyozhatja. Ehhez javasolt a rendszeres, vagy kúraszerű alkalmazása.

A helyszínen készült fotók:

(két masszőr kollégánk, két vendég és vezetők, szervezők láthatók a képeken)



Költségeink indoklása:

1. **Anyagköltség:** a masszőri munka során eldobható papírlapedőt használunk a textillepedő fölött, melyet minden vendég után cserélünk. Használunk többféle krémet és masszázsolajat, hogy választási lehetőséget biztosítsunk és az allergiás jellegű tünetek elkerülése céljából. Kámforos krémet is alkalmazunk abban az esetben, amikor kifejezetten mozgásszervi panaszokkal, fájdalommal érkezik hozzánk a vendég. jelentkező vendégeknél. Felületfertőtlenítőt a magas fokú higiénia biztosítására használunk, ami ennél a korosztálynál kifejezetten fontos.
2. **Személyi jellegű költség - bérköltség:** masszőreink összesen 12 alkalommal alkalmanként 6 órában voltak jelen az intézményben és lelkesen, pozitív hozzáállással, nyújtottak szakmailag magas minőségben gyógy-, vagy talpmasszázst a pályázatban részt vevő lakosságnak. A kíséző a koordinációs iroda munkatársa, több alkalommal kísérte a masszőr kollégákat a helyszínre,

megmutatva az odavezető útvonal támpontjait, a helyszínt bejárva a látássérült kollégával, illetve menedzselte a tevékenységet, szervezést, kapcsolattartást, programváltozást.

3. **Telefon- és banki költség:** Az egyesület működéséhez szükséges banki szolgáltatás költsége és telefonköltség is benne volt a pályázatban, így elszámolásunkban ezek a tételek is szerepelnek. A befogadó intézménnyel a program megkezdése előtt és a program ideje alatt folyamatosan kapcsolatban álltunk, egyeztettünk (Honti Szilvia) és a program után értékeltük a tevékenységet és levontuk a következtetést, hogy nagy szükség van erre a fajta tevékenységre.



Ez a masszázs projekt nem valósulhatott volna meg a III. kerületi Önkormányzat és a helyszínt biztosító Óbudai Szociális Szolgáltató Intézmény támogatása nélkül, melyet ezúton is nagyon köszönünk!

Dátum: Budapest, 2024. 08. 29.



Fodor Ágnes elnök

VGYKE

VAKOK és GYENGÉNLÁTÓK
Közép-Magyarországi
Regionális Egyesülete
1141 Budapest, Szugló u. 81.
Adószám: 18185030-1-42 