

## ERASMUS+ BETTER SUPPORT FOR ELDERLIES PROGRAM LONDONI TRÉNING

A projekt harmadik képzési alkalmára 2023. április 19-21. között Londonban, a Groundswell irodájában került sor, mely könnyen megközelíthető, központi helyen, a Kennington Park közvetlen szomszédságában egy modern irodaházban található. A londoni előadások témái leginkább a mentális egészség javítására, megtartására összpontosító megoldásokhoz és programokhoz kapcsolódtak. Emellett projektünk logójának kiválasztása is megtörtént, amelyet a szervezetek ügyfelei között meghirdetett rajzpályázat művei közül választottak ki a londoni alkalmon részt vevő szakemberek.

A **Groundswell** elsőként a „mental health peer research and campaign” (Mentális egészség sorstárskutatás és kampány) elnevezésű programját mutatta be. Ez a kezdeményezés a hajléktalanságban élő emberek hozzáféréseinek javítását célozza a lelki egészség támogatásához kapcsolódó egészségügyi szolgáltatásokhoz. A korábbi beszámolóiban szereplő #HealthNow kampány keretében a Groundswell együttműködik a Crisis és a Shelter nevű szervezetekkel, akik lakhatási szolgáltatásokat üzemeltetnek. A kutatásban résztvevő személyek mind rendelkeznek saját tapasztalattal a hajléktalan élethelyzetről. A most bemutatott kampány a #HealthNow keretében zajlott kutatások akcióprogramjához kapcsolódik. Az akkori eredmények szerint a hajléktalan emberek lehetőségei a lelki egészség megtartásához és javításához kapcsolódóan nagyon korlátozottak, ezért a kutatásban részt vevők új, mélyebb megértésre szolgáló program megvalósítására törekedtek, melynek céljai:

- Feltérképezni a hajléktalan emberek mentális támogatáshoz való hozzáféréseivel kapcsolatos akadályozó tényezőket
- Közvetlen visszajelzést kapni a mentális problémákban érintett hajléktalan emberektől arról, hogy milyen tényezők és eszközök segíthetnék azt, hogy nagyobb

arányban tudjanak igénybevenni lelki egészség támogatásához kapcsolódó szolgáltatásokat

A kutatási jelentés 80 interjúra támaszkodik, amelyeket a Groundswell közreműködésében dolgozó sorstárs kutatók (peer researchers) végeztek a Crisis Newcastle, a Crisis Birmingham és a Shelter Greater Manchester szállásain. A következő problémákat azonosították:

- A hajléktalan emberek már az élethelyzetük miatt is előítéletekkel szembesülnek,, ezért a mentális problémák felvállalása további szégyenérzetet okozhat
- A lakhatás megteremtésével kapcsolatos küzdelmeik mellett, háttérbe szorítanak más jellegű nehézségeket, így a mentális egészségükkel kapcsolatos kérdéseket is.
- A megfelelő szállás hiánya fenntartja és súlyosbítja a mentális problémákat, emiatt pedig beszűkül a szolgáltatásokhoz és az egészségügyi ellátáshoz való hozzáférésük is
- Az emberek bizalmatlanok a szakemberekkel szemben, gyakran úgy érzik, hogy nem hallgatják meg őket
- Az mentális egészségüggyel kapcsolatos ellátások leginkább a legrosszabb csak akkor érhetőek el, amikor valakinek a mentális egészsége már jelentősen leromlott

A felsorolt problémák megoldása érdekében javasolják, hogy mindenki számára biztonságos, megfelelő és stabil otthont kell nyújtani, az ennek megteremtéséhez szükséges támogatás biztosításával. Felhívják a figyelmet:

- A megelőzésre és a korai intervencióra: Fontos, hogy a hajléktalan emberek már a mentális problémák kialakulása előtt is megfelelő támogatást kapjanak nehézségeik kezeléséhez, hogy megelőzhető legyen az ilyen jellegű problémák súlyosbodása
- A közösségi alapú szolgáltatásokra: Olyan közösségi alapú szolgáltatásokat kell kialakítani, amelyek könnyen elérhetőek hajléktalan helyzetű emberek számára is



- A mentális betegségekkel kapcsolatok stigmákra: Fontos, hogy a társadalomban jelenlévő előítéletek oldódjanak. Ez segítheti az embereket abban, hogy nyíltabban beszéljenek problémáikról és könnyebben kérjenek segítséget
- Az egészségügyi- és szociális szolgáltatások együttműködésére: Szükségessnek látják annak érdekében, hogy a hajléktalan helyzetű emberek mentális egészségére is kedvezően ható támogatást kaphassanak

A Groundswell külső szakértőnek meghívta Dr. Caroline Schulmant, aki az „**Inclusive Health**” programról tartott előadást, ami az angliai egészségügyi egyenlőtlenségek csökkentését tűzte ki célul. A Nemzeti Egészségügyi Szolgálat (NHS) által 2021. januárjában indult program keretében a szakpolitikát alakítani képes szereplők, a szociális- és egészségügyi rendszerben működő partnerek, betegek és közösségek együttműködve igyekeznek megreformálni az egészségügyi rendszert annak érdekében, hogy biztosítsák az egyenlő hozzáférést és az optimális egészségügyi ellátást mindenki számára. Kifejezett cél, hogy az ellátásban való részvétel pozitív élmény legyen. A program fontos feladata, hogy megismerje és megértse azokat a csoportokat – és azok jellemzőit, szükségleteit –, amelyek akadályokba ütközhetnek a szolgáltatásokhoz való hozzáférés során. Fontos célnak tekinti, hogy fejleszteni, képezni kell az területen dolgozó szakembereket; ezzel is hozzájárulva, hogy integrált és könnyen hozzáférhető szolgáltatásokat alakíthassanak ki. A program során folyamatos kutatásokkal monitorozzák a célok eléréséhez kapcsolódó intézkedések hatásait.

Ezek a lépések hozzájárulnak a mindenki számára egyenlő egészségügyi ellátás megteremtéséhez, hatékony közegészségügyi beavatkozásokhoz és az emberek védelméhez olyan veszélyhelyzetek esetén is, mint a hajléktalanság.

Ehhez kapcsolódva megtekintettük a Clarissa című filmet, mely hajléktalan emberek által megélt tapasztalatokat mesél el fikciós formában. A film után lehetőségünk volt beszélgetni Chris Godwin rendezővel és a főszereplővel, Sarah Hoarevel. A 23 perces film Clarissa történetén keresztül mutatja be a korábbi traumák hatását a másik emberhez való kapcsolódásra, a bizalom kiépülésére, emellett megvilágítja a közösségi szolgáltatások igénybevételével kapcsolatos élményeket egy hajléktalan ember szemszögéből. A film online, ingyenesen elérhető, hogy minél több helyre el tudják juttatni. Nem a legjobb gyakorlatok bemutatása a célja, hanem beszélgetések indítása a hajléktalan emberek egészségügyi



ellátáshoz való hozzáféréseinek akadályairól és a lehetséges megoldásokról. Egészségügyi szakemberek oktatásához készült hozzá a beszélgetést támogató jegyzet is.

A Groundswell ListenUp! kampányának bemutatása során öt közösségi riporterként (peer reporters) dolgozó tapasztalati szakértővel volt lehetőségünk beszélgetni. A ListenUp! program közösségi médiás tartalmak közzétételére törekszik, amelyben a hajléktalan emberek szemszögéből igyekeznek megvilágítani olyan témákat, amelyek közvetlen hatást gyakorolnak az életükre. Kiemelt célja, hogy felhívja a figyelmet a hajléktalanságban élők által tapasztalt egészségügyi egyenlőtlenségekre és segítse a döntéshozókat a megfelelő gyakorlatok és politikai döntések kialakításában. A program során hajléktalan élethelyzetű emberekkel készített interjúk és fókuszcsoporthok révén nyernek mélyebb betekintést a problémákba. A közösségi riporterok mobiltelefonjaikkal dokumentálják a történeteiket, amelyeket a ListenUp! hub nevű platformon később megosztanak. A program fontos eleme, hogy döntéshozói szerepben lévő és hajléktalan élethelyzetben élő emberek közötti webináriumokat szerveznek, hogy az érintettektől származó információk felhasználhatóak legyenek a konkrét gyakorlat és a szakpolitika megváltoztatása érdekében. Ezeken túl a résztvevők folyamatosan képzéseket kapnak, melyek során megismerhetik a jogukat és eszközöket kaphatnak a hatékonyabb érvényesüléshez és öntudatosságuk növeléséhez.

Egy másik szekcióban lehetőségünk adódott részt venni a Groundswell Mental Health Képzésének rövidített változatán. Ezt a képzést a szervezet szolgáltatásként nyújtja cégek számára, munkahelyi pszichés terhelések csökkentéséhez, és a munkavállalók mentális egészségének védelméhez kapcsolódó módszerekről. A képzést egy tapasztalati szakértő tartja azzal a céllal, hogy a munkahelyi mentálhigiéné védelme érdekében szükséges eszköztárat kapjanak a résztvevők, külön kitérve arra, hogyan ismerhetik fel a környezetükben dolgozó személyeken a pszichés terhelés okozta tüneteket és hogyan nyújthatnak segítséget számukra.

A **Focus Ireland** előadásában bemutatták a hosszú távú lakhatási projektjeikben résztvevő közép- és időskorú, korábban hajléktalan élethelyzetben lévő ügyfelek körében készült sorstárskutatásuk eredményeit. A szervezet 1372 lakásban biztosít szociális szolgáltatásokat



egyéneknek és családoknak Írországbán, és arra kerestek válaszokat, hogy közép- és időskorú bérlők milyen speciális támogatásokra szorulnak. Annak érdekében, hogy ezt jobban megértsék, a Focus Ireland sorstárskutató csapata a 45 évnél idősebb bérelőket célzó telefonos interjúkat készített. 76 sikeres interjúmegkeresés során az egészségi állapotra vonatkozó legfontosabb adatok a következők. A válaszadók 55%-a számolt be arról, hogy krónikus hátfájással küzd, míg a megkérdezettek felének nehézséget okoz fizikai aktivitást végezni. A kutatás legfontosabb eredményei az alábbiakban foglalhatók össze:

- A válaszadók többsége az otthonában szeretne megőregedni. Ezért olyan szakmai protokollok kialakítását, amely a bérlők otthonukból vagy közösségükből való kiköltöztetésével tervez az önellátásban akadályokkal szembesülő emberek esetében, csak utolsó lehetőségként szabad számításba venni.
- A hajléktalanságot megtapasztalt emberek egészségi állapotához kapcsolódó problémák és az azzal kapcsolatos szükségletek az átlagos népességben jóval magasabb életkorban tapasztalhatók csak.
- Az egészségi állapot hatással van más, látszólag azzal össze nem függő tényezőkre.
- A szolgáltatásokhoz való hozzáférésben a fizikai távolság számít a lakók számára a legfontosabb szempontnak. Ennek magyarázata valószínűleg az, hogy a válaszadók felének vannak mozgással, közlekedéssel kapcsolatos nehézségei.
- A pénzügyi helyzettel kapcsolatos kérdésekre adott válaszok rámutatnak arra, milyen küzdelmes az alapvető szükségletek biztosítása az érintettek számára.
- A lakások fenntartása során gyakran merülnek fel karbantartási szükségletek, amelyek súlyosbíthatják a pénzügyi nehézségeket, ez pedig az általános egészségi állapotot rontó szorongást, pszichés nyomást eredményez.
- A különböző problémák megoldásainak szükségszerűen figyelembe kell vennie az egészségügyi, pénzügyi és lakhatási szükségleteket, mint egymással szorosan összefüggő elemeket.
- Az eredmények azt támasztják alá, hogy a lakhatás megtartásához kapcsolódó támogatási formák mellett a mentális egészség megőrzéséhez kapcsolódó segítő tevékenység fenntartására és fejlesztésére is szükség van.



Mindezen eredmények alapján Focus Ireland a döntéshozók felé folytatott kommunikációjában szorgalmazza, a korai és rendszeres egészségügyi szűrővizsgálatok biztosítását a hajléktalanságot megtapasztalók számára. Felhívja a figyelmet arra, hogy a gondozási folyamatokat az egyéni szükségletek, és nem az életkor alapján kell kialakítani, emellett pedig azt javasolja, hogy az életkorral növekedjen a lakhatáshoz kapcsolódó pénzügyi támogatások összege azért, hogy az emberek az otthonukban idősödhessenek. A szolgáltatások szempontjából fontosnak tartják jobban összehangolni az egészségügyi és egyéb szolgáltatásokat úgy, hogy könnyen elérhetőek legyenek a hajléktalan emberek számára is. Javasolják, hogy multidiszciplináris team munka modelleket alkalmazzanak az idősödő, hajléktalanságot megtapasztalt bérlők támogatására. Ez a Elsőként Lakhatás modellben alkalmazott munkamódszer az idősebb ügyfelek egészségügyi szükségleteinek hatékonyabb kielégítéséhez is hozzájárulhat, hiszen az ilyen módon szerveződő segítő stábben különböző szakértelemmel rendelkező szakemberek működnek közre, pl: nővérek, orvosok, foglalkozásterapeuta, fizioterapeuta, logopédus, szociális munkás. Így, hogy a szükségleteknek megfelelően többen is kapcsolatba kerülhetnek egy-egy érintettel, átfogó értékelést végezhetnek az egyes ügyfelek állapotáról és szükségleteikről. Az egyéni esetkezelés tervének kidolgozásához felméri az életminőséget, a funkcionális képességeket és az egészségügyi állapotot is. A multidiszciplináris team együttműködik kórházi- és közösségi egészségügyi szolgáltatókkal, és így összehangolt ellátáshoz juthatnak az arra rászorulóknak, ezzel is segítve az idősebb ügyfelek hozzáférését a szükséges szolgáltatásokhoz.

A **Caritas Trieste** a városban található pszichiátriai szolgáltatások történetét mutatta be, illetve a pszichiátriai ellátások szervezeti felépítését. Ezután két olyan esetet dolgoztunk fel közösen, amelyben a mentális problémák jelenléte nagy mértékben határozza meg a támogatási folyamat lehetséges lépéseit. Az első egy japán állampolgár esete volt, akit iratok nélkül találtak a trieszti pályaudvaron, a bőröndjén ülve, maga elé motyogva. Mint később kiderült japánul beszélt, összefüggéstelenül. A másik, egy több éve a szervezet szállóján élő férfi lassú viselkedésváltozásáról szólt, amelyben a kezdetben ugyan inaktív, de a megjelenésére adó ügyfelük elhanyagoltta és egyre zavartabb viselkedésűvé vált. Mind a két



eset során felmerültek olyan kérdések, amelyek rámutatnak az egészségügyi ellátás keretében igénybevehető mentális egészséggel kapcsolatos támogatáshoz való hozzáféréssel kapcsolatos akadályokra. Emiatt a Caritas Trieszt is fontosnak tartja azokat a döntéshozói szintű lépéseket, amelyek az egészségügyi és szociális területen működő intézmények jobb együttműködését célozzák.

A mentális egészséghez kapcsolódó támogatásokról a **BMSZKI** részéről Bulyáki Tünde tartott előadást, melyben bemutatta a BMSZKI és az Ébredések Alapítvány közös munkáját, amely a szállókon élő, pszichiátriai betegségben érintett emberek segítségét célozza. Akialakított együttműködés keretében a BMSZKI három szállója kifejezetten a pszichiátriai problémával élő személyeket látja el. Ez a megközelítés nem a szegregáció céljával jött létre, hanem arra a szükségre próbál reagálni, hogy a rendelkezésre álló szűkös erőforrások mellett, hogy lehet a kevés rendelkezésre álló szaktudást a leghatékonyabban alkalmazni.

Az előadó elmondta, hogy eleinte csak a lakók kisebb része vállalta az együttműködést az Ébredések Alapítványtól érkezett szakemberekkel. Emögött nagy valószínűséggel a pszichiátriai betegségekhez kapcsolódó előítéletek, a pszichiátriai ellátásban szerzett korábbi rossz élmények, és a zárt intézménybe kerüléstől való félelmek álltak. Az ilyen jellegű akadályozó tényezők eloszlatása érdekében kezdtek el tapasztalati szakértőt alkalmazni a programban. Az alapítványban dolgozó pszichiáterek célja a komplex bio-pszicho-szociális rehabilitáció folyamatának elősegítése. Ennek érdekében egyéni konzultációkat biztosítanak a három szállás ügyfeleinek, akik a gyógyszeres kezelés mellett pszichoedukatív programokon is részt vehetnek, az alkalmazott közösségi pszichiátriai megközelítés alapján. Ebben a megközelítésben is a multidiszciplináris team modellt alkalmazzák. A team tagjai a közösségi pszichiátriai gondozó, a tapasztalati szakértő és egy szociális munkás minden szállásnyújtó intézményből. Az alapítvány lehetővé teszi emellett az intézményi szociális munkások számára, hogy részt vegyenek az értekezleteiken, és konzultálhassanak az esetekkel kapcsolatban felmerülő kérdésekről. Az együttműködés keretében 2020. óta 20 ügyfél vett részt a közösségi pszichiátriai ellátásban a három szállóról. Eddig két esetben zárult le az együttműködés: egyikük állapota sokat javult és képessé vált életének önállóbb vezetésére, míg egy fő kilépett a közös munkából.



Fehér Boróka és Rádi Szilvia az idős hajléktalan nők támogatásáról tartottak előadást. A BMSZKI a szolgáltatások igénybevevőinek szükségleteiről a Február 3-a kutatás keretében egy betétlapon feltett kérdéssor segítségével igyekszik további információkat szerezni, ez azonban a női élettapasztalatokat figyelembe vevő kérdésfeltevésre nem ad lehetőséget. Ezért 2018-ban egy kifejezetten a támogatott nőket célzó szükségletfelmérésre is sor került. Ebben az intézményeinket használó nők a tisztaság hiányát, a lakók közti konfliktusok meglétét, és az intézmények leromlott fizikai állapotát azonosították az őket érintő legfontosabb problémákként. Emellett sokaknál megjelent nehézségként a rossz fizikai és mentális egészség, illetve az akadályozottság a 18 éven aluli gyermekeikkel való kapcsolattartásban, és a nőgyógyászati problémák kezeléséhez való hozzáférésben. A BMSZKI traumatudatos nőgyógyászati ellátása válaszként született meg erre a nők egészségi állapotához kapcsolódó szükségletre. Az előadók kiemelték, hogy a traumatudatos működés alapelveit figyelembe véve, csak női személyzet dolgozik itt, és már a váróba is csak nők léphetnek be. A stáb emellett elvégzett egy külön képzést, hogy ismerjék a korábbi traumatikus élmények hatásait amelyek a szorongást keltő helyzetekben felerősödhetnek, és ennek megfelelően alakítsák a szolgáltatást, illetve a kihívást jelentő helyzetekre elfogadóan és a nők autonómiai érzését tiszteletben tartva tudjanak reagálni.

Az **Utcáról Lakásba! Egyesület** a saját sorstárssegítő programját mutatta be, amelyet a Groundswell egyik korábbi tréningen elhangzott előadása inspirált. Kiemelték, hogy a hajléktalan élethelyzetben megélt tapasztalatokat szakértelemnek, a jobb megértés és az érintettekhez való kapcsolódás eszközének tekintik, és úgy látják, hogy a professzionális szociális munka és a sorstárssegítés kiegészítik egymást. Programjuk 2022. novemberében indult, amikortól heti rendszerességgel csoportokat tartottak a sorstárssegítőknél. Felkészítették őket a munkára, közösen kialakították tevékenységük kereteit és határait. Hét sorstárssegítővel kezdtek el dolgozni, akik közül hárman korábban hajléktalanságban éltek, négyen pedig ukrán menekültek voltak. Minden segítő két családdal dolgozik, miközben rendszeresen találkoznak és beszélnek egymással, melynek során a támogatottak igényeinek megfelelő idejű együttműködést alakíthatnak ki. A sorstárssegítők a közösségi és a szabadidős tevékenységekbe is becsatlakoznak, munkájuknak pedig alapvető részét képezi a szociális





munkásokkal való rendszeres egyeztetés. A jövőre vonatkozó terveik közül említették, hogy 2023. júniusában indítanak egy rendszeres csoportot a kunyhóból rövidesen lakásba költöző ügyfelek számára, és ezt is a sorstárssegítőikkel közösen valósítják majd meg. Az ügyfelek ezen csoportok során választhatják majd ki, hogy kivel szeretnének együtt dolgozni, így a sorstársak általi támogatás már a beköltözésük előtt megkezdődik.

A beszámolót készítette:  
Soós Péter  
Szabolcs Átmenti Szálló  
Ellátási egységvezető



