

IDŐSEK  
BARÁTAI

# ÉVES BESZÁMOLÓ 2019

PETITS FRÈRES  
DES PAUVRES

Non à l'isolement de nos aînés



ÖNKÉNTES  
KÖZPONT  
ALAPÍTVÁNY

## Azért dolgozunk, hogy leküzdjük az időskori elszigeteltséget Magyarországon!

Az idős emberek magánya olyan probléma, amely különösen érzékenyen érint bennünket. Mi különlegesnek és értékesnek találjuk mindannyiukat, személyenként, egyedi figyelemmel fordulunk feléjük, teljes integritásukban tekintünk rájuk. Változtatni szeretnénk azon, hogy egyedülletben, elszigeteltségben teljenek napjaik, méltóságuktól megfosztva.



Egyre több idős ember él Magyarországon, hiszen az élettartam hosszabbodik. Ezen korosztály aránya a népességben belül csak emelkedett, amióta népszámlálásokat tartunk.

2011-ben a 60 év felettek száma 2,3 millió volt, ami azt jelenti, hogy hazánkban hozzávetőleg **minden 4. ember idős korú.**

Amikor az öregedő társadalom jelenségét vizsgáljuk, két fő mutató az ami egyszerűen kifejezi a korösszetétel változását: az öregedési mutató, ami a gyerekkorúak és az időskorúak egymáshoz viszonyított arányát fejezi ki, és az ún. időskori függőségi ráta, mely az aktív korúak és az idősek arányát mutatja.

Hazánkban mindkét mutató egyértelműen kifejezi, hogy nem lehet figyelmen kívül hagyni ezt a korosztályt: 100 gyermekkorúra 161, 100 aktív korúra pedig 25 időskorú jut.

Szenior korba lépve fizikailag és mentálisan is szembesülünk az idő múlásával, és bizony ritka az olyan ember aki felkészül ezekre a kihívásokra akkor, amikor még képes rá.

Mégis a legnagyobb probléma a **magány**. Sok-sok év munka, társas kapcsolat, gyereknevelés, hobbi és pihenés van már ilyenkor hátunk mögött, megannyi szép és keserű emlék. Ezekkel egyedül maradni, egyre kevesebb új élményt szerezni fájalmassá teszi a mindennapokat.

Magyarországon **554 ezer** idős él egyedül!

És ez a szám egyre növekedik.



Sokan közülük elszigeteltek, család, barátok távol kerültek tőlük vagy már nem élnek. A sokat beszélő nénit és a morgós bácsit messziről elkerülik a szomszédok. Az idősek mozgásukban korlátozottak, digitális eszközöket nem tudják használni. Mi marad ilyenkor? Vajon mit csinálnak ők minden nap a négy fal közé szorulva?

**Mi ezen segítünk.** Beszélgetünk a nénivel, a bácsinak bevásárlunk és felkeressük régi barátait az interneten. Találkozunk, telefonálunk, ott vagyunk, figyelünk rájuk.

Egyelőre Budapesten vagyunk jelen, de hosszú távon szeretnénk országos szervezetté nőni. A legtöbb időskorú egyedülálló a fővárosban él, 100 idős korúból 34 – így van tennivalónk bőven ebben a városban.

Az öregedő társadalom már nem csak egy szociológiai terminus amiről hallunk az egyetemen, vagy borúlátó jövőkutatók eszmefuttatásaiban: ezt megéljük a jelenben, és a helyzetet aktívan kezelni kell. Fel kell készülnünk az idősek számának további növekedésére, mely gazdasági és társadalmi kihívásokkal jár.

Mi hiszünk benne és bizonyítjuk is, hogy **mindannyian tudunk tenni** az idős korosztályért valamit. Már egy kedves mosoly, egy együttérző szó is sokat jelent, és még mennyi minden van ezen kívül amivel szebbé tehetjük napjaikat!



Az Önkéntes Központ Alapítvány 17 éve tesz a közjóért az önkéntesség kultúrájának terjesztésével, az Idősek Barátai Program pedig 2019-ben a harmadik évébe lépett.

A fejlődési irányokat önkénteseinkkel és a programban részt vevő idősokkal együtt közösen határozzuk meg, valamint arra törekszünk, hogy programunkkal egyre több segítségre, társaságra szoruló idős embert érjünk el. Igazi társadalmi összefogást tudunk létrehozni azáltal, hogy felhívjuk a figyelmet az idősök igényeire, gondjaira és ezek megoldására bevonjuk az őket segíteni kívánó önkénteseket.

Köszönettel tartozunk adományozóinknak is, akik nagylelkű támogatásukkal jelentős mértékben hozzájárulnak programunk fejlesztéséhez valamint az idős emberek életminőségének javításához.

### **ÉRTÉKÜNK MINDEN EMBER**

**egyediségének és egyszeri voltának felismerése, méltósága, tekintet nélkül a származásra, pszichikai, fizikai vagy szociális helyzetre**



Pénzügyi szempontból kizárólag adományokból tartjuk fenn az Idősek Barátai Programot.

### BEVÉTELEINK

Teljes bevételünk 2019-ben **9 354 ezer** forint volt, melynek 87%-át (8 173 ezer Ft-ot) a francia Petits Frères des Pauvres szervezettől kaptuk támogatásként. Ez a szervezet több, mint 70 éve foglalkozik az időskori magány elleni küzdelemmel Franciaországban, így óriási szakmai tapasztalattal rendelkezik ezen a téren. Folyamatos szakmai és anyagi támogatásuk lehetővé teszi, hogy megalapozhassuk programunk jövőjét, és saját lábra állhassunk!

A Petits Frères des Pauvres szervezet szakmai támogatásaként januárban egy Exchange meetingen vehetett rész a program vezetője, Somlai Katalin, majd februárban egy adománygyűjtéssel kapcsolatos nemzetközi konferencián bővültek ismereteink.

A saját lábra álláshoz és növekedéshez viszont elkötelezett támogatókra van szükségünk.

2019-ben **1 181 ezer** forintot sikerült összegyűjtenünk különböző adománygyűjtő akcióink által.

A fehérvárcsurgói Károlyi kastélyban március 2-án jótékonyági koncertet hallhatott a nagyérdemű, akiknek köszönhetően 123 100 forint pénzadományt gyűjtöttünk össze. **Károlyi Angelica** grófnőnek nagy hálával tartozunk ezért a különleges alkalomért!

Az ÖKA kuratóriumának döntése alapján az ÖKA 1%-os bevételeit az idősek javára használhattuk fel. Ebből a forrásból 2019-ben 423 777 forint érkezett.

Júliusban közösségi főzés keretében adományt gyűjtöttünk az önkéntesek segítségével a Szimpla Kertben. Öröm volt látni, ahogy készül a finom tökfőzelék és karalábefőzelék.



Nagyon jó hangulatban telt az esemény – köszönjük az önkénteseknek a sok mosolyt, egymás segítségét! Mindenki megtalálta hol és miben segíthet, így angolul, franciául, spanyolul sem okozott gondot kommunikálni. Ezen az eseményen 129 308 forintnyi adományt kaptunk.

A színművészet világából is érkezett támogatás: **Tenki Réka** színművésznő két jegyet ajánlott fel a Seveled című új filmje stábvetítésére, melyet a karácsony előtti időszakban adományozók között sorsoltunk ki. Nagyon köszönjük a művésznőnek a kedves felajánlást! Karácsonyi időszakban 110 ezer forint adományt kaptunk magánszemélyektől.

Az ÖKA által évenként megrendezésre kerülő Önkéntességért Díj átadó ünnepségén sütívásár keretében gyűjtöttünk 48 400 forint adományt. A vásárra felajánlott finom, házas süteményeket a TESZÜNK Szenior Önkéntes Klub önkénteseinek köszönhetjük!



**Minden kedves adományozónknak hálásan köszönjük támogatását!**

Adománygyűjtés	Összeg (ezer Ft)
Koncert a Károlyi kastélyban	123
Rendszeres adományok	36
Eseti adományok	152
1%-os bevétel	423
Szimpla Főzés	129
Őszi közösségi adománygyűjtés	95
Húsvéti adománygyűjtés	53
Karácsonyi adománygyűjtés	110
Önkéntességért Díj sütívásár	48
Egyéb (Segítő bankkártya program, céges pénzadomány)	12
<b>Összesen</b>	<b>1 181</b>

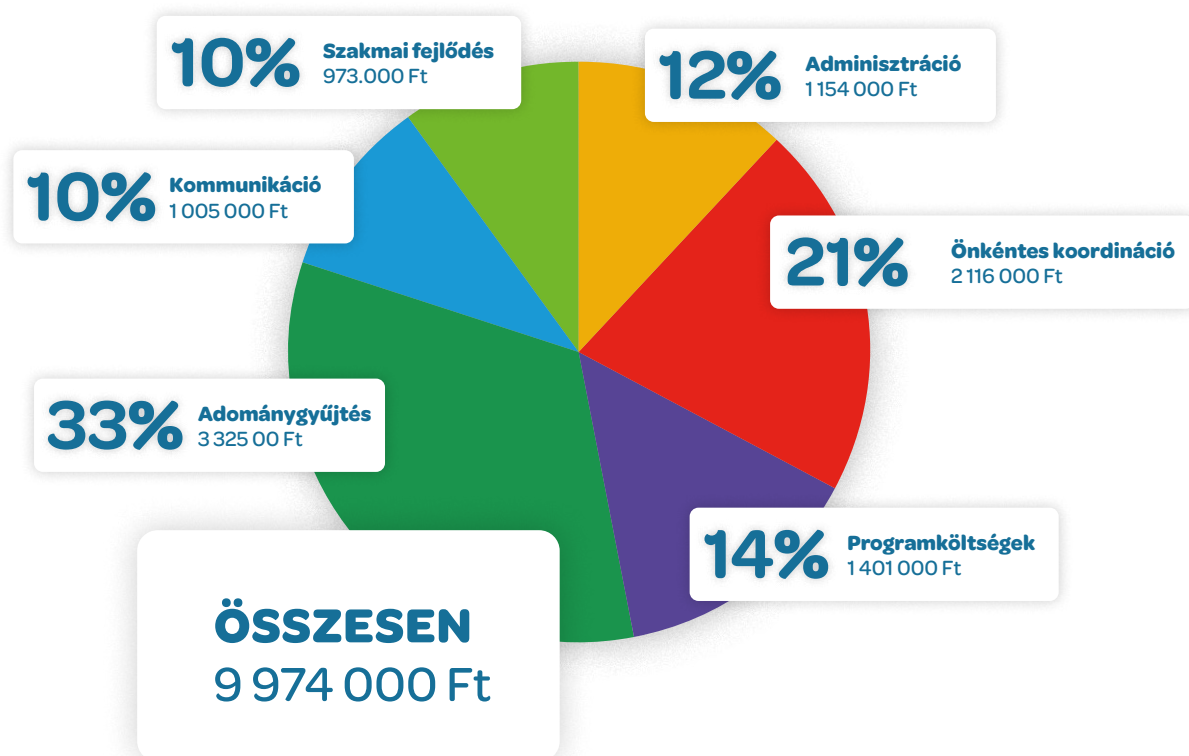
## KIADÁSAINK

2019-ben a program összes kiadása majdnem **10 millió** forint volt.

Ennek egyharmadát adománygyűjtési célokra fordítottuk, hogy hosszú távon is biztosítani tudjuk működésünket. Célunk a több lábbon állás, azaz hogy magán- és céges adományozóinkkal közösen építhessünk egy szebb jelent és jövőt a magyar idősek számára.

Programköltségeink az időseknek szervezett események, a számukra közvetlenül eljuttatott ajándék, édesség, képeslapok, egyéb meglepetések költségei. Adminisztrációs költségeink az irodabérleti és könyvelési díj, számítógép szoftver frissítés, és más hasonló jellegű kiadásokból állnak. Kommunikációs költségeinkbe a bemutató és önkénteskereső hirdetések, szórólapjaink tartoznak. Annak érdekében, hogy egyre több idős embernek, minél hatékonyabb támogatást tudjunk nyújtani nagy figyelmet fordítunk szakmai fejlődésünkre is. Ehhez olyan költségek kapcsolódnak, mint a konferenciák, képzések, tanácsadások díjai.

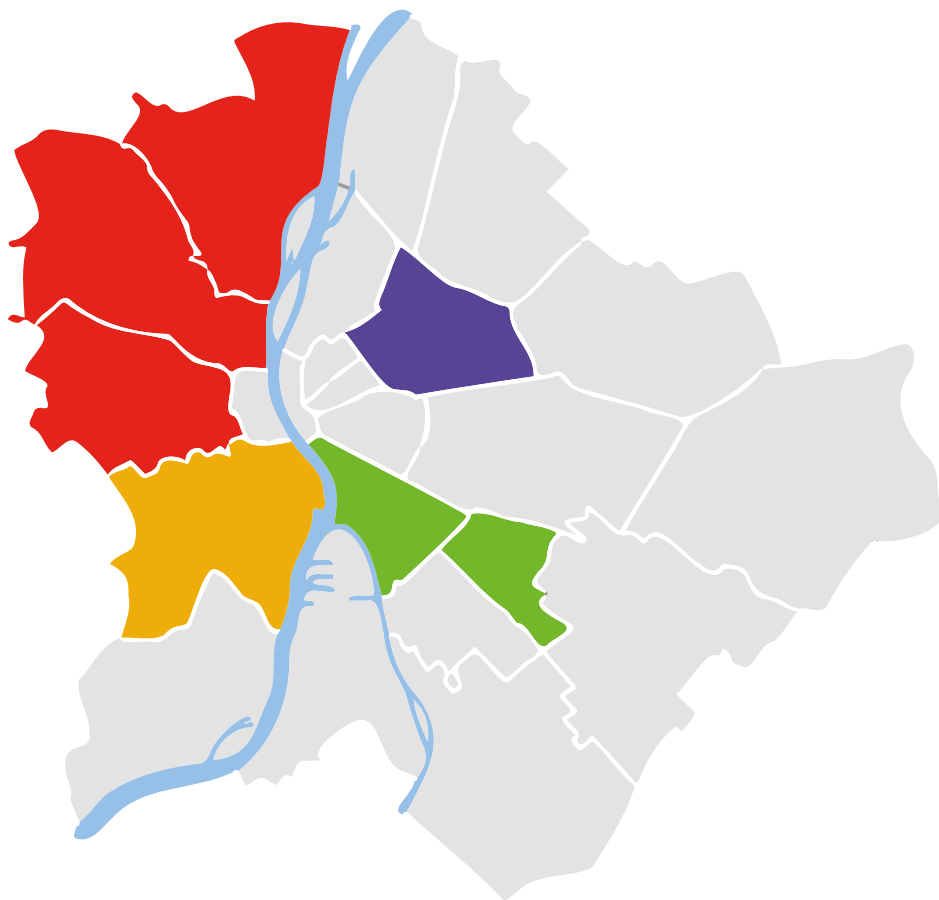
## KIADÁSOK KÖLTSÉGHELYEK SZERINT



Ezen felül természetbeni adományokat, pro bono szolgáltatásokat is kaptunk az év során, melyek összeértéke 1,5 millió forint. Köszönjük!



Szervezetileg 2019-ben indítottuk el azt az merőben új irányvonalat, hogy helyi csoportokat hozunk létre az idősek lakhelye alapján. Mivel időslátogató tevékenységünket a 11. kerületben kezdtük, így az újbudai csoport lett az első és legnagyobb létszámú. Csoportunk alakult a 2. és 12. kerület összevonásában, valamint jelen vagyunk további három kerületben (8., 9., 14) is. Helyi kisebb létszámú önkéntes csoportjaink könnyebben tudják egymást és a helyben élő időseket segíteni.



Önkénteseink azok, akik ezt a programot, és ezt a missziót minden nap megélik és vállukon hordják. Hihetetlen az a törődés és figyelem, amit az időseknek adnak, és mindezt olyan könnyedén teszik! Ők igazi hősök.

2019-ben összesen **1851 önkéntes órában** támogattuk a magányos időseket!



## TRANSPARENTIA ÉS KONTROLL

Az Idősek Barátai Program teljes elszámolása részét képezi az Önkéntes Központ Alapítvány közhasznúsági és pénzügyi beszámolóinak, melyek megtalálhatók az ÖKA honlapján ([www.onkentes.hu](http://www.onkentes.hu)). Az ÖKA pénzügyi beszámolóját független könyvvizsgáló ellenőrzi, az év folyamán pedig a Felügyelő és Számvizsgáló Bizottság tagjai ügyelnek az átlátható és minden szabálynak megfelelő működésre.

## VEZETŐSÉG

Az ÖKA Kuratóriumának elnöke Hegedűs László, ügyvezető igazgatója F. Tóth András. Az Idősek Barátai Programon két munkatárs dolgozik: Somlai Katalin programvezető és Hadrévy Borbála önkéntes koordinátor.

Scholtz-Hibay Alíz a Teszünk Szenior Önkéntes Klub elnöke, Paes-Békei Erzsébet pedig önkéntes alapon támogatja programunkat projektmenedzserként és a program szíve-lelkeként. Mindketten alapító tagjai az Idősek Barátainak!



# TEVÉKENYSÉGÜNK



**72 fő** • Önkénteseink száma



**31 fő**

Rendszeresen látogat időseket



**27 fő**

Eseti segítséget nyújt időseknek



**23 fő**

Saját lakásában élő időseket segít



**31 fő**

A Teszünk Szenior Önkéntes Klub tagja



**14 fő**

Szervezetnek nyújt eseti segítséget



**8 fő**

Időotthonban élő időseket segít



**5 fő**

Tartozik az időotthonban rendszeresen felolvasók csoportjába



**5 különböző**

Időotthonban élnek támogatott időseink



**72 fő** • Támogatott idősek száma



**28 fő**

Rendszeresen látogatott idősek száma



**14 fő**

Eseti jelleggel segített idősek száma



**20 fő**

Saját lakásában él



**8 fő**

Saját lakásában él



**8 fő**

Időotthonban él



**6 fő**

Időotthonban él

## Eseményeink



**Húsvéti kávézás Újlipótvárosban**

11 idős és 14 önkéntes részvételével



**Két alkalom filmvetítés**

alkalmanként 15 fő részvételével egy időotthonban



**Dunai hajókirándulás az idősek Világnapja alkalmából**

11 idős és 12 önkéntes részvételével



**Felolvasás**

minden héten, egy időotthonban



**Karácsonyi ünnepség**

18 idős és 33 önkéntes részvételével



Az idősek igényeinek ismételt felmérésével kezdtük az évet, melyet többször is megismételtünk, hiszen az ő szükségleteik mutatják az irányt segítő tevékenységeink tervezéséhez, szervezéséhez. Alaptevékenységünk, az idősök látogatása mellett lelkes felolvasó önkéntes csapatunk minden héten szombatonként szórakoztatta az arra vágyó idősöket az újbudai idősök otthonában. Zuglóban a helyi szociális szolgálattal karöltve kerestünk fel idősöket a programunkhoz való csatlakozás lehetőségével. Az év első felében két idősnek is sikerült az idősotthonba költözésben segítenünk.

## HÚSVÉT

Áprilisban együtt ünnepeltük a húsvétot egy újlipótvárosi kávézóban, napsütésben, jó hangulatban. András önkéntesünk a városrész történetével ismerttetett meg minket, a természet ébredését idéző verseket hallhattunk Baka Györgyi költőnőtől és vidám történeteket önkénteseinktől. A kisnyuszi és a tavasztündér is tiszteletét tette az eseményen és ajándékot is hozott az idősöknek.

## HAJÓKIRÁNDULÁS

Az október 1-jei Idősök Világnapja alkalmából dunai hajókirándulást szerveztünk, és még a Duna alacsony vízállása miatti meredek rámpa sem állíthatott meg bennünket.

## FILMKLUB

Ősszel „Régi filmek klubját” indítottunk szintén az újbudai idősök otthonában, melyen 2 alkalommal régi magyar klasszikus filmeket vetítettünk le az érdeklődőknek.

## KARÁCSONYI ÜNNEPSÉG

A már hagyománnyá vált közös, nagy karácsonyi ünnepségünkön hegedű- és fuvola-művészek virtuozitásának, Baka Györgyi költő gazdag kifejezésvilágának és előadásmódjának, valamint Turáni Csongor hegedűművész közösségformáló előadásának lehettünk



tanúi. Önkénteseink színesítették a programot: novellát olvastak fel, megható verset szavaltak, vicceket meséltek. Az esemény ismét közös énekléssel zárult, mely egy olyan élmény volt, amit még sokáig emlegettek a résztvevők.

## KÖZÖSSÉG

Önkénteseinkkel rendszeresen, havonta találkoztunk, hogy értékeljük, megbeszéljük a tapasztalatokat, februárban pedig teljes napos tréninget is szerveztünk nekik, amely a visszajelzések szerint igen sikeresnek és eredményesnek bizonyult. Tény, hogy az idősödés folyamatának állomásait megismerve önkéntelenül is mindenki saját magára gondol – „Rám is ez fog várni?” Az önreflexió különösen fontos része önkéntes programunknak!

Új típusú feladatokra is kerestünk segítő szándékú embereket, így coachingban, grafikus dizájnban, videókészítésben és autóvezetésben is kaptunk segítséget.

Fontosnak tartjuk önkénteseink közösséggé formálását, az összetartozás érzését, ezért programunk 3. születésnapját batyusbállal ünnepeltük meg az önkéntesekkel április 15-én.

## HÍREK

Április 29-én részt vettünk a kerekasztal beszélgetés tagjaként a Friedrich-Ebert-Stiftung „Idősödés Magyarországon” című konferenciáján, ahol képviseltük az idősgondozásban részt vállaló önkénteseket.

A nemzetközi BEESE projekt keretében kutatási tervet készítettünk el az idősek magányának és elszigeteltségének mérésére az Óbudai Egyetem két diákja segítségével.

Amédiában is megjelentünk az év során a pénzcentrum.hu, az abcúg.hu oldalakon, a Civil Rádióban és az M1 tévécsatornán is.

Igyekszünk a civil szektorban összefogásokat, tudásmegosztást létrehozni, hogy igazán jól, a legmegfelelőbb módon segíthessük az időseket. Köszönjük a Hospice Alapítvány és a Délután Alapítvány idejét, energiáját, amelyet megbeszéléseinkre szánt!



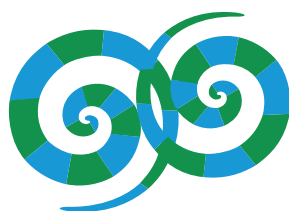


**Önkéntes Központ**  
**Alapítvány**  
Idősek Barátai Programiroda

1025 Budapest Szilágyi Erzsébet fasor 24.  
[www.idosekbaratai.hu](http://www.idosekbaratai.hu)  
[idossekbaratai@onkentes.hu](mailto:idossekbaratai@onkentes.hu)  
+36 01 225-0710







IDŐSEK  
BARÁTAI



ÖNKÉNTES  
KÖZPONT  
ALAPÍTVÁNY



PETITS FRÈRES  
DES PAUVRES

Non à l'isolement de nos aînés