

## Izveštaj o radu Centra za poremećaje hranjenja BEA za 2020.godinu

### Uvod

Centar za poremećaje hranjenja BEA tijekom 2020.godine imao je zaposlene 2 djelatnice: izvršnu direktoricu (Jelena Balabanić Mavrović, mr.sc.) koja je radila na puno radno vrijeme, te voditeljicu Savjetovališta Centra BEA, mag.psih.Martinu Štrk, koja je od 1.3.do 1.12.2020.bila zaposlena na pripravnički staž, da bi od 1.12.2020. do 28.12.2020.bila zaposlena na mjestu psihologinje udruge.

Centar za poremećaje hranjenja BEA administrativne poslove obavlja u prostorima svoga sjedišta a rad s korisnicima odvija se na adresi Savjetovališta Ilica 106a, Zagreb. Pošto je tijekom 2020.godine trajala epidemiološka kriza zaraze kovidom, uz potres u gradu Zagrebu, velik dio aktivnosti udruge odvijao se u online formi.

Prostor Savjetovališta udruge nalazi se na adresi Ilica 106a, što je prostor koji je Centar BEA dobio na korištenje putem javnog natječaja raspisanog od strane Grada Zagreba. U ožujku 2020.godine udruga je obavještena kako Grad Zagreb prestaje biti upravitelj navedenog prostora te se isti predaje na upravljanje vlasniku Ministarstvu državne imovine ( kasnije Ministarstvo prostornog uređenja, graditeljstva i državne imovine RH). Predstavnici Centra BEA već su 26.3.2020.uputili Zamolbu Ministarstvu za produljenje najma te je MPUGDI omogućio udruzi Centar BEA sklapanje ugovora o nastavku korištenja prostora u Ilici 106a na slijedeće tri godine, uz naknadu.

Udruga je trebala osigurati prostor od požara, poplave i drugih nepogoda u korist Ministarstva državne imovine, što je udruga i učinila. Još uvijek je u tijeku izrada dopune ugovora za osiguranje prostora u slučaju potresa, te se čekaju podaci od strane Ministarstva kako bi osiguravatelj, Grawe osiguranje, mogao definirati aneks ugovora za osiguranje od potresa.

Tijekom 2020.prostor Savjetovališta Centra BEA pretrpio je manja oštećenja od potresa (napukli zidovi) no prostor je dobio zelenu naljepnicu. Prostor se mogao koristiti dalje bez dodatne obnove.

Centar BEA je do strogih epidemioloških mjera u ožujku 2020.povremeno koristio prostor MO Ribnjak 38 u Zagrebu za djelovanje volonterske sekcije (Volonteri-psihoterapeuti). Nakon ožujka 2020.prostor nije više bilo moguće koristiti te je volonterska sekcija Volontera psihoterapeuta svoje savjetovališne razgovore provodila online.

Neformalni ogranak Centra BEA u Rijeci, u Primorsko-goranskoj županiji tijekom 2020. godine djelovao je smanjenim intenzitetom zbog epidemije korona virusom. Voditeljica Centra BEA Rijeka je mag.nutr. Katarina Šanko.

OPIS AKTIVNOSTI Centra za poremećaje hranjenja BEA tijekom 2020:

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 2020.godine provedeno je sveukupno **836 sati** savjetovališnog rada (individualni i obiteljski dolasci korisnika u Savjetovalište Centra BEA te on line i telefonsko savjetovanje):

- **Savjetovalište Centra BEA** uključilo je **230 korisnika** koji su sudjelovali u **345 sati** savjetovališnog rada. Voditeljice Savjetovališta mag.psih. Ivana Kober Vrbat (siječanj i veljača 2020) i mag.psih. Martina Štrk ( ožujak do prosinac 2020) pružili su 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 PB Sv.Ivan i Kliniku za pedijatriju KBC Sestre milosrdnice. U 2020.godini zbog epidemije korona virusa Centar BEA je ponudio mogućnost online ulaznog razgovora za naše korisnike Savjetovališta, što su iskoristili mnoge oboljele osobe i članovi njihovih obitelji iz Zagreba ali i iz drugih gradova širom RH.
- provedeno je **280 sati** putem **on line i telefonskog savjetovališta**: korisnici iz čitave Hrvatske ali i okolnih zemalja ( Bosne i Hercegovine 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; o tome 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 **190 korisnika** iz cijele Republike Hrvatske.

U Savjetovalištu **su volontirale i mlade stručnjakinje pružajući besplatnu psihološku podršku** uz superviziju svoga rada: mag.psih Vanja Točaković, mag.soc.Anja Zojčeska, mag.ped.Sara Novak, mag.psih.Irena Bohač, mag.psih.Iva Letica, mag.ped. Željka Gregorin, prof. hrv. Jelena Perak i mag.nutric.Katarina Šanko (Centar BEA u Rijeci- nutricionističko savjetovanje).

**Volontersko savjetovanje** ostvarilo je **326 sati** kroz savjetodavnu podršku za korisnike slabijeg imovinskog stanja. U 2020.savjetovanja su se većinom odvijali online zbog epidemije korona virusa.

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

Voditeljica grupe podrške za punoljetne oboljele od poremećaja hranjenja (mag.psih.i psihoterapeut Ivana Jurić) tijekom 2020. održala je 40 grupnih susreta u trajanju od 2 sata (ukupno 80 sati). Obuhvaćeno je 16 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 36 susreta od siječnja do prosinca 2020. Grupe su provedene u Centru BEA, Ilica 106a, i u online formi, svaka u trajanju 1,5h.

Grupa podrške namijenjena roditeljima maloljetne i punoljetne djece s problemima u odnosu prema tijelu i hrani održana je suradnji s udrugom Creativa. Tijekom 2020.održano je 22 radionica za roditelje koje je vodila prof.ped. Tončica Šiškov, psihoterapeut pokretom i plesom te NLP majstor-praktičar ( uključeno 60 roditelja) .

Do ožujka su grupe podrške održavane uživo na lokaciji Ilica 106a u Zagrebu, da bi nakon uvođenja epidemioloških mjera sve grupe podrške prešle u online formu.

## **3. Program PREVENCIJE poremećaja hranjenja**

**3.1. održana predavanja u osnovnim i srednjim školama:** održano je online predavanje u OŠ Jagoda Truhelka, Osijek, pod nazivom „Škola kao sustav podrške za oboljele od poremećaja hranjenja", predavačica mag.soc.ped.Ivana Kurtov.

### **3.2. Projekt „Stručnjaci u prevenciji poremećaja hranjenja II“**

Projekt „Stručnjaci u prevenciji poremećaja hranjenja II“ bio je usmjeren mobiliziranju postojećih i educiranju mladih stručnjaka u svrhu provođenja prevencije i pravodobnog prepoznavanja poremećaja hranjenja kod djece i mladih. Projekt je podržan od strane Grada Zagreba. U sklopu ovog projekta, uz ostale aktivnosti, održani su radni sastanci međusektorskog umrežavanja, te supervizijski sastanci za psihoterapeute volontere.

Međusektorski sastanci: 17.2.2020 ( uživo, posjet KBC Sestre milosrdnice); 8.7.2020, 9.9.2020. i 13.11.2020. (online sastanci). Sudjelovali su predstavnici KBC Sestre milosrdnice, Klinika za pedijatriju; KBC Zagreb, Dječja i adolescentna psihijatrija i psihoterapija; OB Našice, Klinika za psihijatriju; Centar BEA)

Supervizije volontera-psihoterapeuta pod supervizijom: 15.1.2020, 11.3.2020 (uživo sastanci) i 30.6.2020, 29.9.2020, 9.11.2020 (online sastanci). Sudjelovalo je 7 volontera-psihoterapeuta pod vodstvom mr.sc.Jelena Balabanić Mavrović.

### **4. PREDAVANJA za zajednicu**

Tijekom 2020.godine, Centar BEA se suočio sa izazovom provođenja psihoedukativnih predavanja u uvjetima pandemije korona virusom. Do ožujka 2020.provodili smo redovita predavanja u prostoru Savjetovališta Ilica 106a u Zagrebu, da bi nakon uvođenja strogih epidemioloških mjera prešli na online platforme (zoom, FB live).

U izazovnim uvjetima rada održali smo **11 predavanja** s temama osnaživanja oboljelih i osoba u riziku za razvoj poremećaja hranjenja, osnaživanje obitelji oboljelih osoba te dobili povratne informacije koje podupiru i dalji razvoj ovog oblika komunikacije sa ciljnom skupinom.

Održana psihoedukativna predavanja tijekom 2020:

1. Predavanje "Recite mi kako da smršavam i postanem fit- obećanja mršavog i zdravog života" subota 25.siječnja 2020, predavačica mag.nutr.Maja Žanko.
2. „Mindfulness- put prema sebi“ održano 8.2.2020, predavačica mag.soc.ped Ema Patrčević
3. Predavanje "Moja neispričana priča" , 15.2.2020. u 11 h, predavačice Martina A.(osoba s iskustvom poremećaja hranjenja) i dr.Tatjana Škoro
4. Predavanje "Korak po korak- iskustvo oporavka" subota 22.2.2020. u 11 h, predavačica Kristina N.( osoba s iskustvom poremećaja hranjenja)

5. Predavanje "Sport kao izvor snage", održano 29.2. od 11 do 13 h, predavačica mag.kin.Maja Marukić
6. Online predavanje „Kako biti u miru sam sa sobom“, 16.5.2020, predavačica mag.soc.ped.Ivana Kurtov
7. Online predavanje „Bol ljepote“, odražno 7.6.2020.predavačica mag.soc.ped Ivana Kurtov i mag.nutr. Maja Žanko
8. Online predavanje "Anksioznost i ja", srijeda 21.10.2020. u 18 h, predavačica mag.psih.i psihoterapeut Lea Maričić
9. Online predavanje "Rizik za razvoj poremećaja hranjenja kod LGBT populacije" subota 7.11.2020., predavačica prof.dr.sc.Iva Žegura
10. Online predavanje "Trudnoća i prihvaćanje vlastitog tijela: prešućena strana majčinstva" srijeda 11.11., predavačica dr.sc.Sandra Nakić Radoš
11. Online predavanje "Prihvaćanjem do oporavka" subota 12.12.u 11 h, predavačica Mateja Klemenčić, prof.stranih jezika i osoba s iskustvom poremećaja hranjenja.

Predavanja je pogledalo oko 2.500 osoba, budući da su online predavanja snimljena i postavljena na FB stranicu udruge, te je omogućeno gledanje i u kasnijim danima i mjesecima. Na takav način se broj gledatelja psihoedukativnih predavanja višestruko povećao, te je omogućeno i osobama koje nisu u mogućnosti fizički biti u Zagrebu u prostoru udruge da poslušaju predavanje.

## 5. VOLONTERSKE akcije

1.) U okviru projekta proveli smo volontersku inicijativu "**Dozvola za nesavršenost**" koju je osmislila i vodila mag.soc.ped, Sara Peranić.

Radionice su bile usmjerene osnaživanju djevojaka u rizičnoj dobi za razvoj poremećaja hranjenja, razvoju kritičkog odnosa prema stereotipizirajućim medijskim porukama i poticanju pozitivne slike o vlastitom tijelu. Evaluacije su pokazale visoko zadovoljstvo učenica ponuđenim sadržajem i načinom rada, te željom da se slični projekti nastave i u budućnosti. Zbog epidemiološke situacije, u prvim mjesecima 2020.održane su 3 radionice u Prvoj gimnaziji u Zagrebu, te je obuhvaćeno 42 učenice.

Prikupljeno je 12 sati volonterskog rada..

2.) Volonterska inicijativa pod nazivom "**Volonteri- pisci**" okupila je 8 volonterki, mladih stručnjakinja koje su izradile 8 članaka za društvene mreže. U prva 2 mjeseca u okviru ovog projekta volontirala je i psihologinja Martina Štrk, koja je tijekom godine izradila 26

infografika i popularno-znanstvenih tekstova o širokom području mentalnog zdravlja vezanog uz prevenciju i liječenje poremećaja hranjenja.

## 6. MEĐUSEKTORSKA i stručna suradnja

### Međusektorska suradnja i edukacije mladih stručnjaka na području poremećaja hranjenja

Tijekom 2020.godine održan je manji broj edukacija i stručnih suradnji pošto su izmijenjeni uvjeti funkcioniranja u korona krizi za udrugu Centar BEA kao i za društvo u cjelini nametnuli drugačije prioritete djelovanja i onemogućili okupljanje većeg broja ljudi.

- **Supervizijski susreti:** projektni tim koji se sastoji od stručnjaka iz Centra BEA i stručnjaka iz Dnevne bolnice za poremećaje prehrane PB Sv.Ivan ostvario je ukupno 4 sata supervizijskog rada kod dr.Karin Serneć, voditeljice Enote za motnje hranjenja / Odjela za poremećaje hranjenja pri Psihijatrijskoj bolnici Ljubljana.
- **Intervizijski susreti:** održano je 14 intervizijskih susreta sa stručnjacima iz tima Centra BEA i predstavnicima tima Dnevne bolnice za poremećaje prehrane pri PB Sveti Ivan u trajanju od 28 sati.
- **Supervizija volontera- psihoterapeuta:** u svrhu osnaživanja psihoterapeuta volontera pod supervizijom koji pružaju besplatnu psiho-socijalnu podršku osobama smanjenih financijskih mogućnosti održano je 5 supervizijskih susreta pod vodstvom mr.sc. Jelene Balabanić Mavrović ( 2 susreta uživo i 3 online).
- **Međusektorski susreti:** predstavnici Centra BEA, Klinike za pedijatriju KBC Sestre milosrdnice, KBC Zagreb ( Dječja i adolescentna psihijatrija i psihoterapija) i PB Sveti Ivan održali su 4 susreta kako bi podijelili svoje iskustva u radu s djecom i mladima oboljelima od poremećaja hranjenja te olakšali prijelaz maloljetnim pacijentima u skrb za punoljetne pacijente nakon što navršše osamnaest godina. Jedan susret je održan uživo ( 17.2.2020) u prostorijama Klinike za pedijatriju KBC Sestre milosrdnice, a preostala tri su se održala online, poštujući zabranu okupljanja u uvjetima zaraze kovidom.
- **Suradnja s NZJZ „Dr.Andrija Štampar“:** psihologinja i KBT psihoterapeutkinja Lea Maričić održala je 21.10.2020.predavanje Anksioznost i ja, koje je ostvareno u zajedničkoj suradnji Zavoda i Centra BEA.
- **Predavanje za Udruge studenata Prehrambeno - biotehnološkog fakulteta PROBION:** održano je edukativno predavanje u humanitarne svrhe za studente zainteresirane za unapređenje znanja o poremećajima hranjenja. Predavanje je održano online 10.12.2020, a predavačica je bila mr.sc.Jelena Balabanić Mavrović
- **Predavanje za nastavno vijeće OŠ Jagode Truhelka Osijek:** mag.soc.ped.Ivana Kurtov ispred Centra BEA održala je online predavanje nastavnicima i stručnom osoblju

osnovne škole s ciljem educiranja, osvještavanja, prevencije te intervencije o poremećajima hranjenja pod nazivom „Škola kao sustav podrške u liječenju poremećaja hranjenja“ 28.12.2020.

## **7. MEDIJSKI istupi i senzibilizacija zajednice ( tekstovi na internetu+ tisak)**

**7.1. održavanje web stranice:** internetska stranica Centra za poremećaje hranjenja BEA je [www.centarbea.hr](http://www.centarbea.hr) te javna baza podataka zdravstvene i psihološke podrške u 7 gradova u RH [www.anoreksija-bulimija.info](http://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 2020. nastavljeno je održavanje internetske stranice namijenjena liječnicima obiteljske medicine i zaposlenicima u primarnoj zdravstvenoj zaštiti o simptomima anoreksije, bulimije i nespecifičnim poremećajima hranjenja [www.f50-anoreksija-bulimija-prejedanje/centarbea.hr](http://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 2.500 korisnika, a instagram profil prati 600 korisnika. Na FB stranici zabilježeno je 130.000 posjeta a doseg eventa je oko 131 100 ljudi.

U periodu od 1.1.2019. do 31.12.2020.na FB i Instagram profilu Centra BEA te na službenoj web stranici objavljeno je oko 720 objava, 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).

### **7.2. medijski istupi:**

Tijekom 2020. godine, Centar BEA imao je 6 medijskih istupa i objava:

1. Posavska Hrvatska- časopis- intervju 24.1.2020.
2. Radio Sljeme intervju 17.2.2020 emisija „Vi to možete“, gostovanje Jelena Balabanić Mavrović
3. Intervju mag.nutr.Maja Žanko Miss 7 2.4.2020. <https://miss7.24sata.hr/lifestyle/razgovarali-smo-s-nutricionistkinjom-o-tome-kakve-su-nam-sanse-da-se-udebljamo-za-vrijeme-karantene-29909>
4. <https://slobodnadalmacija.hr/mozaik/showbiz/glumica-rebel-wilson-zadnja-je-u-nizu-poznatih-dama-koja-se-pohvalila-drasticno-vitkijom-linijom-diktira-li-drustvo-ovakav-trend-1041019>  
28.8.2020
5. <https://pukotine.hr/item/h-rana-glad-za-sobom-i> ; članak J.B.Mavrović, 27.11.2020
6. <https://pukotine.hr/item/h-rana-glad-za-sobom-ii-bulimija> ; članak J.B.Mavrović, 15.12.2020.



**8. Apliciranje na EU fondove:** U 2020. Centar za poremećaje hranjenja BEA podnio je projektni prijedlog na natječaj Europskih Strukturnih i Investicijskih Fondova (ESIF) u razdoblju od 2014. do 2020. Prijavu smo podnijeli na natječaj UP.02.2.1.08 Promocija zdravlja i prevencija bolesti-faza 2. Naziv projektnog prijedloga bio je „Promocija zdravog odnosa prema hrani i tijelu putem interneta“. Ocjenjivanje projektnih prijedloga još je u tijeku.

**9. Donacije i financijsko poslovanje- samoodrživost:** Tijekom 2020. udruga Centar za poremećaje hranjenja BEA nailazila je na izazove održivosti naših redovnih djelatnosti. Kriza pandemije covid 19 i potresa u Zagrebu kao objektivni vanjski faktori ugrozili su normalno funkcioniranje udruge. Istovremeno, iskusili smo pojačani pritisak korisnika prema našim uslugama, budući da u situaciji opće krize djeca i mladi doživljavaju pogoršanje simptoma poremećaja hranjenja i pojačanu potrebu za stručnom pomoći.

S druge strane, opća kroza usmjerila je pažnju donatora na akutna krizna žarišta ( potrebe ugroženog medicinskog sustava i sanacija potresa), a i sam poslovni sektor je zapao u krizu, te je bilo otežano pronaći financijsku podršku za normalno funkcioniranje udruge.

U takvoj situaciji, kako bi opstala, udruga je pojačala samofinancirajuće aktivnosti, zadržavajući usluge Savjetovališta, psihoedukacije zajednice, međusektorskog umrežavanja, supervizija i intervizija, te vođenja volontera-psihoterapeuta kao potpuno besplatne.

Tijekom 2020. ostvarili smo institucionalnu podršku Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva, te sufinanciranje programa i projekata od strane Grada Zagreba (Psihosocijalna podrška za oboljele od poremećaja hranjenja i njihove obitelji; Mladi stručnjaci u prevenciji i liječenju poremećaja hranjenja; Stručnjaci u prevenciji poremećaja hranjenja II). Vrijedne pojedinačne donacije građana i građanki, kao i udruge studenata PROBION također su pomogle da udruga opstane i nastavi pružati svoje usluge.

## **Zaključak**

Protekla godina bila je izazovna kako za svijet i društvo u cjelini, tako i za djelovanje udruge Centar za poremećaje hranjenja BEA. Usprkos strogim epidemiološkim mjerama i ugroze potresa, udruga je nastavila pružati svoje usluge krajnjim korisnicima i ostvarivati statutom određene ciljeve. Svoje djelovanje u promicanju psiho-socijalne podrške oboljelima od poremećaja hranjenja, njihovim obiteljima te edukaciju i prevenciju u široj zajednici provodili smo u prilagođenom obliku, koristeći online platforme za grupni rad i veća okupljanja. Također Centar BEA je i u 2020. uspješno nastavio suradnju s drugim dionicima koji djeluju na području mentalnog zdravlja u Zagrebu, te nastavio promicati interese prevencije i liječenja poremećaja hranjenja u zajednici.



3.3.2021, Zagreb

Izveštaj sastavila:

Miriam Forempoher

Predsjednica udruge