

Beszámoló

A Rák Ellen- Az Emberért, A Holnapért Társadalmi Alapítvány által 2023. évben felhasznált adományokról

Az adománygyűjtési időszak 2023. évben: folyamatos (2023.01.01.-2023.12.31.)

Adománygyűjtés módja: SZJA 1% fogadása, banki átutalás, csekkes- és személyes befizetés

Adománygyűjtés során használt eszközök: 1%-os kampány (plakát, szórólap, e-mail), az alapítvány levelezőrendszerén keresztül levélküldés, támogatók, adományozók toborzása, facebook oldal, honlap, Életigenlők rákellenes médiaportál, YouTube, különböző eseményeken, rendezvényeken való megjelenés, PR tevékenység

Az Alapítvány 2023. évben végzett tevékenységeinek rövid leírása

„**Könnyek helyett... szűrések!**” címmel 11 helyszínes - tavasz: 5 helyszínen, 474 fő részére 1.371 vizsgálat; őszi: 6 helyszínen, 300 fő részére 752 vizsgálat - prevenciót népszerűsítő szűrőbuszos rákszűrő programsorozatot szerveztünk, amelynek keretében bőr- és szájüregi rákszűrést végeztünk szakorvosok bevonásával. A szűrések mellett állapotfelméréseket is végeztek szakembereink (InBody testösszetétel analízis, szemnyomásmérés, Alexander-technika tudatos testhasználat tanítás), valamint reformétel főzés- és kóstoltatás, dietetikai- és rákmegelőző tanácsadás is szerepelt a programpalettán. Helyszíneink voltak: Gyöngyös, Pécs, Budapest XIX. kerület Kispest-Templom tér, Budapest XXI. kerület Csepel, Pusztaszabolcs (2 alkalom), Eger, Budapest XIX. kerület Kispest-Yamamoto Intézet, Gödöllő, Budapest, XIV. kerület Zugló, Budapest XII. kerület Országos Onkológiai Intézet (konferencia kísérőprogramja). 2 helyszínen – Gödöllő, Budapest XII. kerület Országos Onkológiai Intézet - a rákszűréseket és az általános állapotfelmérést A Rák Ellen- Az Emberért, A Holnapért Társadalmi Alapítvány közreműködésével a Dél-pesti Centrumkórház Országos Hematológiai és Infektológiai Intézet szűrő teamje végezte el. A szűrések megvalósulását az Országos Kórházi Főigazgatóság támogatta. A helyszíneken a rendezvények színvonalas megrendezésében az önkormányzatok védnökséget vállaltak, közreműködtek civil szervezeti partnerek, valamint támogatta a helyi média. Minden egészségtudatos érdeklődőt megajándékoztunk Béres Cseppel, Életigenlők rákellenes életmódmagazinnal, tájékoztató kiadványokkal.

Második alkalommal került megrendezésre a **Tegyük szerethetővé a rákellenes életmódot! országos akkreditált konferencia**. Az eseményen 120 fős hallgatóság vett részt kórházigazgatók, intézményvezetők, orvosok, természetgyógyászok, egészségügyi szakdolgozók, önkormányzatok és Egészségfejlesztési Irodák munkatársai, rákellenes egészségmegőrzésben tevékenykedő civil szervezetek képviselői, daganatos betegklubok vezetői és tagjai, média képviselői). A konferencia szaktekintély előadói 4 szektor - kormányzat, szakma-oktatás, civil-társadalmi szervezetek és a média - képviselőiben 21 előadásban mutatták be, milyen eszközök és milyen együttműködések állnak rendelkezésre, hogy a 2030-ig meghirdetett Nemzeti Rákellenes Program hatékonyan megvalósulhasson. A pillérek egy-egy szektor szerepét, és az adott szektor szereplői között létrehozható együttműködési lehetőségeket mutatták be. A konferencia fővédnöke Dr. Takács Péter egészségügyi államtitkár, védnöke Prof. Dr. Polgár Csaba, az Országos Onkológiai Intézet főigazgatója voltak.

Tükröm? Tükröd! címmel **40 órás 4 modulós képzést** valósítottunk meg. A gyakorlatorientált, önismeret alapú, munkapiacra felkészítő kurzus abban nyújtott segítséget a daganatból tünetmentessé váltak részére, hogy a betegséggel való megküzdésük után hogyan lépjenek újra a munka világába. A képzés közérthető nyelvezettel, bizalomra épülő jó hangulatban, interaktív, támogatott terepen való tudás megszerzését biztosította.

Életigenlők (eletigenlok.hu) szemléletformáló médiaportálunkat 2023-ban továbbfejlesztettük. A portál tematikus tartalomszolgáltatóként főként rákellenes életmódváltást motiváló multimédiás felületként működik, rovataiban hasznos információk, érdekességek várják az olvasóközönséget. Cikkeink, riportjaink folyamatosan készülnek, és kerülnek fel a portálra, amelynek aktív közössége 25.000 fő. Az életigenlok.hu számos közösségi média felülettel összehangoltan működik, a tartalomfrissülések a legnagyobb közösségi portálokon (LinkedIn, Instagram, Facebook) is megjelennek.

Az **Életigenlők rákellenes életmódmagazint** nyomtatott formában is kiadtuk 3 alkalommal (tavasz, ősz, tél), 2.000 példányban, 12 rovattal, 68-84 oldalon, díjmentesen. A hiánypótló magazinban főként egészségmegőrzést, prevenciót támogató cikkek, interjúk, receptek jelentek meg. Terjesztése országosan partnereink bolthálózataiban, bioboltokban, patikákban, gyógynövény boltokban, egészségügyi intézményekben, rendezvényeinken, valamint szerzőinken, interjúalanyainkon keresztül és postai küldéssel történt.

Főzz velünk, reformul! címmel működik gasztrovideó-csatorna szolgáltatásunk. A rákellenes egészségkonyha videó sorozatot profi séf bevonásával készítjük. A sorozatban az alapítvány közkedvelt ételreceptjeit dolgozzuk fel, portálunkon, facebook oldalunkon és az alapítvány YouTube csatornáján kerül megjelenítésre. A **reformfozes.hu** tematikus médiaportálon megjelent ételek szűrőbuszos rendezvényeinken elkészítésre és kóstoltatásra is kerültek.

Egészségnapok keretében részt vettünk budapesti és vidéki óvodák, általános iskolák, önkormányzatok által szervezett életmódbemutatókon. Együttműködések keretében az önkormányzatok és civil szervezetek által szervezett egészségnap programokhoz felvilágosító, tájékoztató anyagokat biztosítottunk térítésmentesen. Ezen kívül több daganatos betegklubnak biztosítottunk programjaikhoz információs kiadványokat, szóróanyagokat.

Honlapunkon (rakellen.hu) a látogatók megtalálhatták programjainkat, rendezvényeinket, aktualitásainkat, az alapítvány életében fontos eseményeket. **Facebook oldalunk** (www.facebook.com/rakellen.alapitvany) látogatóinak számát megtartottuk, 2023-ban több mint 11.000 fő látogatta meg oldalunkat, amelyre feltöltésre kerültek aktuális rendezvényeink, programjaink, eseményeink, valamint partner szervezeteink által küldött anyagokat is megosztottunk együttműködések keretében.

A **Béres Alapítvánnyal** kötött adományozási szerződésben foglaltak szerint több millió forint értékű **Béres Cseppel** segítettük a hozzánk forduló daganatos betegeket és betegklubokat. 2023-ban 4.000 darabot osztottunk szét a rászorulóknak, valamint tavaszi és őszi szűrőbuszos rendezvényeink résztvevőinek.

Onko-segítő telefonos szolgáltatásunkat működtettük az alapítvány szakmai tanácsadójának közreműködésével.

Együttműködő partnerként 2 alkalommal részt vettünk az **Akupunktúra-Rehabilitáció Alapítvány Egészségnap programjainak megszervezésében** (szűrések, egyéb kísérő programok, könyvszerkesztés-kiadás).

Részt vettünk a **Mályvavirág Alapítvány** és a **Fej-Nyaki Onkológiai Társaság** által szervezett **„Ragadd torkon a rákot!” - Make Sense 2023 kampányban**, őszi szűrőbuszos rendezvénysorozatunk 2 helyszíne (Budapest XIX. kerület Kispest és Pusztaszabolcs) megjelent a kampányprogram kommunikációs oldalán.

Részt vettünk roll-uppal és információs kiadványokkal a **Magyar Integratív Medicina Szövetség (MIMSZ) I. Nyári Szabadegyetemén**.

*Az eseményekről képes-szöveges tudósítások jelentek meg az eletigenlok.hu médiaportálon, és az *Életigenlők* magazin őszi, valamint téli számában.*

Szakmai és önkormányzati partnerkapcsolatokat bővítettük, elmélyítettük: Országos Onkológiai Intézet, Gyöngyös Város Önkormányzata, Gödöllő Város Önkormányzata, Pécs Megyei Jogú Város Önkormányzata, Pusztaszabolcs Város Önkormányzata, Budapest XIX. kerület Kispest Önkormányzata, Mályvavirág Alapítvány, Országos Kórházi Főigazgatóság, Magyar Rákellenes Liga és 3 vidéki tagszervezete, Zöldpanel Egyesület, Gyöngyös CLLD Munkaszervezet, Életmód Orvoslás Társaság, Mellrákinfo Egyesület, Mell-Véd Közösség, Mandala Életfa Humán Egészségügyi Szolgáltató Kft., Semmelweis Egyetem Fogorvostudományi Kar, Béres Alapítvány, Akupunktúra Rehabilitáció Alapítvány, Magyar Integratív Medicina Szövetség.

Kiadásaink, bevételeink

Megnevezés	költség ezer Ft-ban
Programok anyagjellegű ráfordítása	476
Programok személyi jellegű ráfordítása, járulékok	732
Betegek támogatása készítményekkel (Béres Csepp)	8 108
Pályázati ráfordítások	0
Reklám, marketing tevékenység	1 304
Kommunikációs költség (facebook hirdetés)	255
Irodaszer, nyomtatvány, tisztítószer	32
Telefon, mobil, internet, postaköltség	683
Közüzemi költségek (energia, gáz, víz-csatorna, fűtés)	450
Rendszergazda, honlap karbantartás, fénymásoló üzemeltetés	460
Egyéb javítási, karbantartási költségek	4 984
Könyvelés, bérszámfejtés költsége	694
Ügyvédi költség	947
Bankköltség, illeték, biztosítás költsége	383
Értékcsökkenés	1 438
Egyéb költségek	9 962
Egyéb ráfordítások	9 510
Központi, vezetői, adminisztrációs személyi jellegű ráfordítás, járulékok	7 878
Életigenlők Magazin nyomdaköltség, postaköltség	2 369
Költségek, ráfordítások összesen	50 665

Megnevezés	bevétel ezer Ft-ban
Belföldi magánszemélyektől kapott támogatások	86 206
Belföldi cégektől kapott támogatások	140
Központi költségvetési támogatás, pályázatok	3 000
Személyi jövedelemadó 1% felajánlások	3 426
Szolgáltatási tevékenységből származó bevételek	3 230
Értékesített immateriális javak, tárgyi eszközök bevétele	9 300
Egyéb bevételek	15 279
Bevételek összesen	120 581