

MÓDSZERTANI  
FUTÁR

## A remény zarándokai

Nyílnak sorra a kapuk. Súlyos, nehéz, míves kapuk. Az első Ferenc pápa nyitotta meg szenteste, december 24-én a Szent Péter bazilikában. Ezzel vette kezdetét a rendes szentévek legújabbja.

Kapuk nyílnak egyházmegyéinkben is, melyek az üdvösségre vezető utat jelképezik, amelyet Jézus nyitott meg az emberiség számára.

A szentév témája: „**A remény zarándokai.**”

„Mindenki tudja, mit jelent a remény” — írta Ferenc pápa. „Minden ember szívében a remény úgy lakozik, mint az eljövendő jó dolgok iránti vágy és várakozás, annak ellenére, hogy nem tudjuk, mit hoz a jövő. Még így is, a jövővel kapcsolatos bizonytalanság időnként ellentmondásos érzéseket szülhet, a bizakodó bizalomtól az aggodalomig, a derűlátástól az aggodalomig, a szilárd meggyőződéstől a tétovázásig és a kétségekig” — folytatta. „Gyakran találkozunk olyan emberekkel, akik csüggedtek, pesszimisták és cinikusak a jövőt illetően, mintha semmi sem hozhatna számukra boldogságot. Legyen a jubileum mindannyiunk számára lehetőség arra, hogy megújuljunk a reményben. Isten igéje segít nekünk abban, hogy okot találjunk erre a reményre.”

Az év cselekvésre hívja a keresztényeket. Ferenc pápa a jubileumi évben a remény jeleire hívta fel a figyelmet, többek között a világ békéje iránti vágyra, az életre való nyitottságra és a felelős szülőségre, valamint a foglyok, a szegények, a betegek, a fiatalok, az idősek, a migránsok és a nehéz helyzetben lévő emberek iránti közelségre. Bízgatunk mindenkit, hogy éljen a lehetőséggel, hogy valóban megújuljon a reményben, élje meg a kegyelmek bőségét, majd fukarkodás nélkül adja tovább embertársai számára a **SZERETETET!**





## Szakmai szabályzók

**A szakmai szabályzók teljes terjedelemben elérhetők a [www.szeretetszolgalat.hu](http://www.szeretetszolgalat.hu) honlapon is, a Módszertan – Aktuális jogszabályok fül alatt.**

**Döntési lista a pályázati úton finanszírozott fejlesztő foglalkoztatást végző Fenntartók 2024. évi feladatmutató emelés vonatkozásában II.**

Dr. Kósa Ádám államtitkár úr meghozta döntését a fejlesztő foglalkoztatás feladatmutató emelésére vonatkozóan, melynek eredményét a honlapon megtalálható döntési táblázat tartalmazza.

- **2024. évi LXXIV. törvény**

A Magyar Közlöny 2024. évi 131. (2024. december 20.) számában megjelent 2024. évi LXXIV. törvény Magyarország 2025. évi központi költségvetésének megalapozásáról.

A tervezetnek megfelelően a szociális területet érintő legjelentősebb változás, hogy átalakul az utcai szociális munka, az alacsonyküszöbű ellátás a családok átmeneti otthonai által működtetett krízisközpontok, titkos menedékházak, félutas ház szolgáltatás, valamint módosul a fejlesztő foglalkoztatás finanszírozása. A módosítás alapján ezekre a szolgáltatásokra is ki fog terjedni a befogadási kötelezettség, vagyis a meglévő kapacitások bővítésére és új kapacitások létrehozására már csak miniszteri hozzájárulással kerülhet sor.

A módosítás hatálybalépésekor már működő és finanszírozásban részesülő szolgáltatások a törvény erejénél fogva befogadást nyernek. A módosításnak megfelelően a költségvetési törvényben változik a finanszírozást leíró mellékletekben a fenti szolgáltatások helye.

A módosítás nem vonatkozik a Biztos Kezdet Gyerekház és tanoda szolgáltatásokra! A fejlesztő foglalkoztatás finanszírozásával kapcsolatban további kormányzati jogi szabályozás várható.

2025-től a már bejelentett bölcsődei Diabétesz pótlék is bekerül a szabályozásba (Gyvt. 15/A. §). A pótlék igénybevételehez Oktatási Hivatal által szervezett, a feladat ellátásához kapcsolódó ismeretekről szóló szakmai továbbképzést kell majd elvégezni.

- **452/2024. (XII. 30.) Korm. rendelet**

A Magyar Közlöny 2024. évi 138. (2024. december 30.) jelent meg a Kormány 452/2024. (XII. 30.) Korm. rendelete a nyugellátások és egyes más ellátások 2025. január havi emeléséről.

2025. január 1-jétől a társadalombiztosítási nyugellátásról szóló 1997. évi LXXXI. törvény (Tny.) 62. § (1) bekezdése alapján 3,2 százalékkal kell emelni a 2025. január 1-jét megelőző időponttól megállapított

1. öregségi nyugdíjat,
2. özvegyi nyugdíjat,
3. szülői nyugdíjat,
4. árvaellátást,
5. baleseti hozzátartozói nyugellátást,
6. mezőgazdasági szövetkezeti öregségi, munkaképtelenségi, özvegyi járadékot,
7. mezőgazdasági szakszövetkezeti tagok növelt összegű öregségi, munkaképtelenségi, özvegyi járadékát,
8. korhatár előtti ellátást,
9. szolgálati járandóságot,
10. átmeneti bányászjáradékot,
11. táncművészeti életjáradékot,
12. rokkantsági ellátást,
13. rehabilitációs ellátást,
14. baleseti járadékot,
15. bányászok egészségkárosodási járadékát,
16. fogyatékosági támogatást,
17. vakok személyi járadékát,
18. a Magyar Alkotóművészeti Közalapítvány által folyósított ellátásokról szóló kormányrendelet alapján folyósított ellátást,
19. polgármesterek közszolgálati járadékát,

- 20.** a kiegészítő rokkantsági támogatás, a kiegészítő hozzátartozói támogatás, az árvák kiegészítő támogatása és a honvédek baleseti járadékára való jogosultsága megállapításának és folyósításának szabályairól szóló kormányrendelet szerinti kiegészítő rokkantsági támogatást,
- 21.** a honvédelmi adatkezelésekről szóló törvény szerinti, valamint a rendvédelmi feladatokat ellátó szervek hivatásos állományának szolgálati jogviszonyáról szóló törvény szerinti árvák kiegészítő támogatását,
- 22.** a honvédelmi adatkezelésekről szóló törvény szerinti, a rendvédelmi feladatokat ellátó szervek hivatásos állományának szolgálati jogviszonyáról szóló törvény szerinti, valamint a Nemzeti Adó- és Vámhivatal személyi állományának jogállásáról szóló törvény szerinti kiegészítő hozzátartozói támogatást,
- 23.** a hadigondozásról szóló törvény alapján a Tny. 62. §-ában foglaltak szerint megemelő rendszeres pénzbeli ellátásokat,
- 24.** házastársi pótlékot,
- 25.** házastárs után járó jövedelem pótlékot,
- 26.** nemzeti helytállásért elnevezésű pótlékot,
- 27.** nemzeti gondozási díjat és
- 28.** azokat az egyes személyes szabadságot korlátozó intézkedésekkel vagy semmissé nyilvánított elítéléssel összefüggésben járó emeléseket és juttatásokat, amelyeknek a Tny. 62. §-ában foglaltak szerinti emelését kormányrendelet elrendeli

Az e rendelet alapján emelendő, 2025. januárra járó ellátásokat a jogosultak számára már emelt összegben kell folyósítani. Ha egy személy részére egyidejűleg több, e rendelet alapján emelendő ellátást folyósítanak, az ellátásokat külön-külön kell emelni.

Több nyugellátásra való jogosultságot érintő változás esetén a változás időpontjától kezdődően a saját jogú és a hozzátartozói nyugellátásokat emelt összegben kell továbbfolyósítani olyan összegben, mintha ez az ellátás a változás napját megelőzően is önállóan került volna folyósításra

Az özvegyi és a szülői nyugdíj megosztása esetén a folyósított nyugdíjrészt kell emelni.

Szociális biztonsági tárgyú nemzetközi szerződés vagy szociálpolitikai egyezmény alapján megállapított, e rendelet alapján emelendő ellátás esetén a magyar szerződő felet terhelő ellátásrészt, illetve ellátást kell emelni.

Az emelést a 2025. január havi ellátásoknak az egyes nyugdíjak felülvizsgálatáról, illetőleg egyes nyugdíjkiegészítések megszüntetéséről szóló 1991. évi XII. törvény alapján megszüntetett nyugdíjkiegészítés helyébe lépő pótlék, továbbá az e rendelet alapján nem emelendő egyéb nem társadalombiztosítási ellátás nélküli összegére kell végrehajtani.

A rokkantsági járadékról szóló 83/1987. (XII. 27.) MT rendelet 2. § (3) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(3) A rokkantsági járadék havi összege 2025. január 1-jétől 60 715 forint.”

Az életüktől és szabadságuktól politikai okból megfosztottak kárpótlásáról szóló 1992. évi XXXII. törvény végrehajtásáról szóló 111/1992. (VII. 1.) Korm. rendelet 7. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„7. § A Tv. 7. § (1) bekezdése szerinti alapösszeg a 2025. évben 161 035 forint.”

A nemzeti helytállásért elnevezésű pótlék bevezetéséről szóló 173/1995. (XII. 27.) Korm. rendelet

- a) 2. § (1) bekezdés d) pont da) alpontjában a „312 645” szövegrész helyébe a „322 650” szöveg,
- b) 2. § (1) bekezdés d) pont dc) alpontjában a „312 645” szövegrész helyébe a „322 650” szöveg,
- c) 4. § (1) bekezdésében a „312 645” szövegrészek helyébe a „322 650” szöveg,
- d) 4. § (2) bekezdésében a „156 330” szövegrész helyébe a „161 335” szöveg lép.

A társadalombiztosítási nyugellátásról szóló 1997. évi LXXXI. törvény végrehajtásáról szóló 168/1997. (X. 6.) Korm. rendelet 62. § (7) bekezdése helyébe a következő rendelkezés lép:

„(7) A saját jogú nyugellátás és az özvegyi nyugdíj, baleseti özvegyi nyugdíj 2025. január 1-jétől havi 151 985 forint összeghatárig folyósítható együtt.”

A pénzbeli és természetbeni szociális ellátások igénylésének és megállapításának, valamint folyósításának részletes szabályairól szóló 63/2006. (III. 27.) Korm. rendelet 14. § (4) és (5) bekezdése helyébe a következő rendelkezések lépnek:

„(4) A 2024. december 31-ét követő kezdő időponttól megállapított időskorúak járadékára való jogosultság esetén az Szt.

- a) 32/B. § (1) bekezdés a) pontjában meghatározott jövedelemhatár 35 870 Ft,
- b) 32/B. § (1) bekezdés b) pontjában meghatározott jövedelemhatár 42 180 Ft,
- c) 32/B. § (1) bekezdés c) pontjában meghatározott jövedelemhatár 56 940 Ft.

(5) 2025. január 1-jétől az időskorúak járadékának havi összege

- a) jövedelemmel nem rendelkező, az Szt.
- aa) 32/B. § (1) bekezdés a) pontja szerinti jogosult esetén 35 870 Ft,
- ab) 32/B. § (1) bekezdés b) pontja szerinti jogosult esetén 42 180 Ft,
- ac) 32/B. § (1) bekezdés c) pontja szerinti jogosult esetén 56 940 Ft,
- b) jövedelemmel rendelkező jogosult esetén az a) pont szerinti összegnek és a jogosult havi jövedelmének a különbözete.”

A megváltozott munkaképességű személyek ellátásaival kapcsolatos eljárási szabályokról szóló 327/2011. (XII. 29.) Korm. rendelet 8/A. §-a helyébe a következő rendelkezés lép:

„8/A. § A 2024. december 31-ét követő kezdő időponttól megállapított rokkantsági vagy rehabilitációs ellátásra való jogosultság esetén az Mmtv. 9. és 12. §-a szerinti alapösszeg 142 060 forint.”

## • 455/2024. (XII. 30.) Korm. rendelet

A Magyar Közlöny 2024. évi 138. (2024. december 30.) jelent meg a Kormány 455/2024. (XII. 30.) Korm. rendelete egyes gondoskodáspolitikai és társadalmi esélyteremtési tárgyú kormányrendeletek módosításáról.

### Változásban érintett jogszabályok

1. A gyámhatóságokról, valamint a gyermekvédelmi és gyámügyi eljárásról szóló 149/1997. (IX. 10.) Korm. rendelet
2. A támogató szolgáltatás és a közösségi ellátások finanszírozásának rendjéről szóló 191/2008. (VII. 30.) Korm. rendelet
3. A Szociális és Gyermekvédelmi Főigazgatóságról szóló 316/2012. (XI. 13.) Korm. rendelet
4. Az egyházi és nem állami fenntartású szociális, gyermekjóléti és gyermekvédelmi szolgáltatók, intézmények és hálózatok állami támogatásáról szóló 489/2013. (XII. 18.) Korm. rendelet
5. A nevelőszülői foglalkoztatási jogviszony és a helyettes szülői jogviszony egyes kérdéseiről szóló 513/2013. (XII. 29.) Korm. rendelet
6. A Társadalmi Esélyteremtési Főigazgatóságról, valamint egyes kormányrendeleteknek a Szociális és Gyermekvédelmi Főigazgatóság egyes feladatainak átadásával kapcsolatos módosításáról szóló 180/2019. (VII. 26.) Korm. rendelet módosítása

**A rendelet 2025. január 1-jén lép hatályba.**





## Hát elmúlt...

**Elmúlt a karácsony, elmúlt vele a csillogás, a családi találkozások sora, a jövés-menés, a jó kívánságok, az egymásra figyelés.**

A hétköznapok következnek. De visszatálunk-e a hétköznapokba? Nekünk, akik aktív munkavállalók vagyunk, talán könnyebb a visszatérés. Mi a naptár, a beosztás által meghatározott időben elmegyünk otthonról, gondoskodunk az ellátottakról, törődünk másokkal. Gyermekeink újra iskolapadba ülnek, újra edzésre járnak, várjuk a félévi értesítőt, de, ha mi magunk tanulunk, akkor az új félév kezdetét várjuk már.

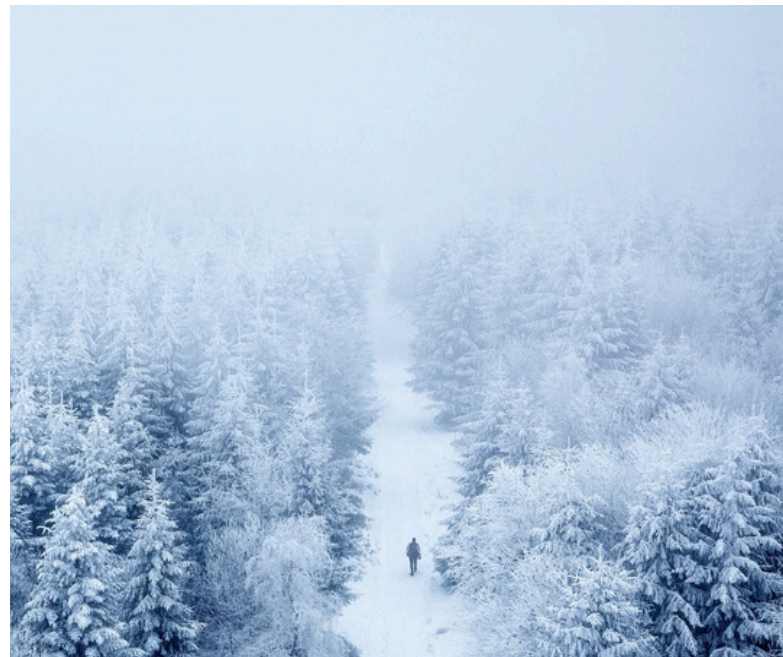
De létezik az ünnepek utáni depresszió jelensége, angolul: holiday blues.

A segítő szakmákban dolgozóknak érdemes ezzel a jelenséggel is tisztába lenniük, mivel azok az érzékeny csoportok, melyekből ellátottjaink kikerülnek fokozottan érintettek lehetnek az ünnepek utáni depresszió által.

Leggyakrabban az ünnepek alatt is **magányos embereket** érinti, akiknek nincs erős támogató családi vagy baráti hálózatuk, valamint az **időseket**, akik otthonban élnek vagy távol vannak szeretteiktől. Ők gyakran érzik az ünnepek elmúlása utáni ürességet és elszigeteltséget, vagy az ünnepek alatt megélt nosztalgia, a múltbéli veszteségek emlékei, valamint a család távolsága erősítheti a lehangoltságot. Érintheti a **mentális problémákkal küzdőket**, akiknek már korábban is volt depressziója vagy szorongásos panasz, de azok is veszélyeztetettek, akik, **nagy elvárásokkal** várták az ünnepeket, mert ha valaki túl nagy reményeket fűzött az ünnepekhez, de azok nem

váltották be az elvárásait, a csalódottság érzése felerősítheti a rossz érzéseket. Érintheti a gyászolókat, akik nemrég vesztek el valakit.

Érintetté válhatnak az **anyagi nehézségekkel küzdők** is, mivel az ünnepi költségek miatt pénzügyi stressz az év elején fokozódhat. És nem utolsósorban veszélyezteti a holiday blues a **szociális szférában dolgozókat** is, mivel egy rendkívül intenzív időszakot kellett megélniük a kettős vagy többes terheléssel, a fokozott érzelmi igénybevétellel és nem biztos, hogy maradt kellő idő önmagukra, a regenerálódásra, töltözkedésre.



A depresszió tünetei közismertek, több alkalommal írtunk már a Módszertani Futárban a témáról, most inkább azt szeretnénk hangsúlyozni, hogy mit tehetünk ellátottjainkért, vagy akár egymásért, ha az ünnepek utáni depresszió kezdődő jeleit véljük felfedezni?

Kezdjük azzal, hogy **meghallgatjuk** az ellátottakat! Kérdezzük meg, hogyan érzik magukat most az ünnepek után. A tanácsadást ne siessük el, inkább hallgassuk meg őket empátiával. Már azzal is sokat teszünk, ha **figyelmet szentelünk** nekik, illetve egymásnak.

Fontos, hogy meghallgassuk és **elfogadjuk** az ellátottak érzéseit anélkül, hogy elbagatellizálnánk azokat. Például: „Megértem, hogy nehéz ez az időszak, és itt vagyok, hogy támogassam Önt.”

Az ünnepek utáni napokban érdemes segíteni abban, hogy az ellátottak visszataláljanak a mindennapi ritmushoz, ami biztonságérzetet adhat számukra.

Fontos az **aktivitás megteremtése** és biztosítása: közösségi programok, közös kézműveskedés, társasjátékok, zenés foglalkozások, séta, könnyű torna, ami javítja a közérzetet, nem csak bentlakásos intézményben, hanem az otthoni ellátás során is megvalósítható.

Lehetőséget biztosíthatunk egyéni vagy közösségi **lelki gyakorlathoz** is.

Tartsuk szem előtt, hogy nem kell mindent egyszerre megoldanunk! Elég, ha napi egy-két egyszerű gesztust teszünk, például:

- Mosolygunk valakire és megdicséjük.
- Odasétálunk egy csendesebb lakóhoz, és felteszünk neki egy kedves kérdést.
- Együtt iszunk velük egy csésze teát.

Ezek az apró lépések nagyon sokat jelentenek az ellátottaknak! Számtalan lehetőséggel, eszközzel rendelkezünk, hogy embertársaink közérzetét, hangulatát javítsuk, támogassuk. Mindemellett azt, amit nekik adunk minket is segít, támogat: a visszacsatolás, mely a mosoly és a hála lesz, a mi lelki egészségünkhöz is hozzájárul.



ISSN 2939-7235



## Lifelong learning

**Napjaink gyorsan változó világában, ahol az új ismeretek és készségek soha nem látott ütemben jelennek meg, az élethosszig tartó tanulás fogalma aktuálisabb, mint valaha. Saját magunk képzése, tudásunk és készségeink folyamatos bővítése ma már életkorunktól és karrierutunktól függetlenül bármikor előnyünkre válhat.**

Lifelong learning alatt az egész életen át tartó tanulást értjük, mely az ismeretek, készségek és kompetenciák folyamatos elsajátításával valósul meg az egyén élete során. Az élethosszig tartó tanulás túlmutat a formális oktatási rendszeren, hiszen személyes és szakmai fejlődésünk minden területére kiterjed.

Az egész életen át tartó tanulás formái igazán változatosak lehetnek. A hagyományos módok közé tartozik a könyvek és folyóiratok olvasása, melyek mélyreható ismereteket nyújtanak, és lehetővé teszik számunkra, hogy elmélyedjünk a minket érdeklő konkrét témákban. További előnye a könyveket és folyóiratokat alkalmazó tanulási folyamatoknak, hogy saját tempónkban haladhatunk, és bármikor újra átnézhetjük a szükséges információkat. A mai digitális korban azonban a lifelong learningen leginkább az online tanulást értjük, a világháló ugyanis fejlődési lehetőségeink széles skáláját nyitotta meg. A podcastok, videók és blogok bárholonnan és bármikor könnyen elérhetők, így a tanulás új, kényelmes alternatíváját hozták be életünkbe. A podcastok lehetővé teszik, hogy informatív beszélgetéseket és interjúkat hallgassunk ma már szinte bármilyen témában, amikor hosszabb időt töltünk például utazással vagy várakozással. A videós anyagok

megkönnyítik az összetettebb oktatási folyamatok megértését, ha pedig az oktatáson és képzésen túl személyes tapasztalatokra is kíváncsiak vagyunk, a szakértők és rajongók által megosztott blogok tartalmas betekintést kínálhatnak. A lifelong learning egyik legnépszerűbb formájaként terjedő online tanfolyamokat szintén az internet térnyerése hívta életre. Az ilyen kurzusok ingyenesek vagy fizetősek, előnyük, hogy rugalmasságot biztosítanak a saját tempójú tanuláshoz. Gyakran tartalmaznak interaktív elemeket, feladatokat és értékeléseket, amelyek fokozzák tanulási élményünket, és biztosítják a tananyag hatékonyabb elsajátítását.

### **Miben válhat hasznunkra az élethosszig tartó tanulás?**

- Élesíti az elménket: ahogy idősödünk, a tanulás élesen tartja és élesíti az elménket, javítja a memóriánkat, jótékonyan hat az agyunk működésére. Kutatások szerint minél többet tanul az ember, annál kisebb az esélye az időskori demenciának.
- Növeli az önbizalmunkat: magabiztosabbá válhatunk az új ismeretek elsajátításában és azok másokkal való megosztásában.

- Gazdagítja az interperszonális készségeinket: a társas kapcsolatok nagymértékben segítik a készségeink gazdagítását. Amikor megosztjuk mással az ismereteinket, mélyül a kapcsolatunk is.
- Növeli a karrierlehetőségeinket: a meglévő készségeink fejlesztése, és új készségek vagy szakmák kitanulása előre lépési lehetőséget nyújt a karrierünkben.
- Javítja a kommunikációs képességeinket: a tanulás általánosságban az olvasási, írási és szövegértési készségeinket fejleszti, melyek elengedhetetlenek a kommunikációhoz is.

Bár a hagyományos oktatásnak jellemzően van eleje és vége, az LLL értelmében vett tanulás inkább a teljes potenciálunk kihasználásáról és az önmegvalósítás eléréséről szól. Az élethosszig tartó tanulás egy szemléletmód, mely segít minket boldogulni ebben a folyton változó világban.



### Íme 10 egyszerű lépés a szemléletmód kialakításához:

- olvass széles körűen és gyakran
- válassz olyan társaságot, akikre felnézel és inspirálnak
- taníts másokat; ez a tudásod igazi próbatétele
- készíts egy listát azokról a dolgokról, amik érdekelnek
- vágj bele egy saját projektbe
- alakíts ki egy személyre szabott tanulási környezetet
- tapasztald ki, hogyan és milyen technikákkal érdemes tanulnod
- csatlakozz egy (virtuális) tanulócsoporthoz
- találd meg egy olyan állást, ahol támogatják és ösztönzik a fejlődésed
- a tanulás mindig legyen prioritás

Ez a gondolat vezessen minket az új év kezdetén és álljon mindig előttünk Mahatma Gandhi gondolata: „Élj úgy, mintha ma lenne az utolsó napod. Tanulj úgy, mintha örökké élnél.”



**Kiadó neve:** Katolikus Szeretetszolgálat • **Kiadó székhelye:** 1146 Budapest, Ajtósi Dürer sor 27/A.  
**Kiadásért felelős személy neve:** Dr. Vajda Norbert • **Szerkesztésért felelős személy neve:** Szlávik Bence