

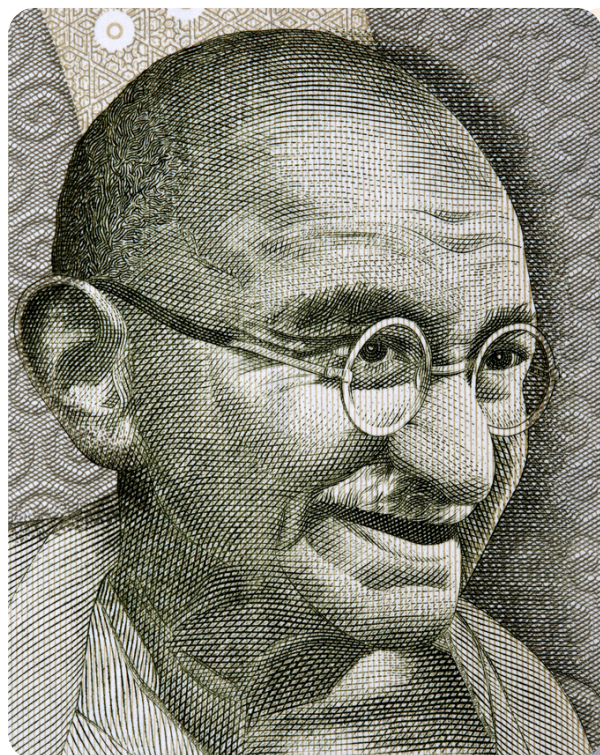


A megbocsátás ereje

Mahatma Gandhi beszéli el kora ifjúságának egyik történetét, ami alapján megértette a megbocsátás és az igazi szeretet jelentőségét.

15 éves lehetett, amikor ellopott egy karperecet az apjától, amit aztán rögtön el is adott. Telt-múlt az idő, lelkiismerete azonban nem hagyta nyugodni, később nagy nehezen rászánta magát, hogy bevallja bűnét az apjának. Ám ezt szóban nem volt ereje megtenni, így hát leírta egy papírra, és ezt a papírt adta át neki. Közben egész testében remegett, hogy most mi fog vele történni. Az apja elolvasta az írást, egy pillanatra lehunyta a szemét, majd széttépte a papírt.

Ez volt az a mozzanat, ami igazából rávilágította Gandhit az egyik legnemesebb emberi tetterre: a megbocsájtásra. Élete további szakaszának meghatározó eseménye volt ez a jelenet.



A Mennyei Atya is, mint megbocsájtó apa, széttépi a bűneinket tartalmazó papírlapot. Ehhez csak annyit kell tennünk, hogy őszinte szívvel beismerjük vétkeinket.

Még van néhány napunk a nagyböjti időszakból, használjuk ki!



Munka és egészség

Egészségkárosító kockázatok a szociális területen dolgozók munkája során – 3. rész

Fizikai kockázatok-vegyszerek használatának veszélyei

Sorozatunk első részében általánosan mutattuk be az ágazatunkban előforduló egészségkárosító kockázatokat, márciusban a fizikai terheléssel járó kockázatokat ismertettük és azok csökkentésére szolgáló javaslatokat tettünk. Jelen írásunkban a fizikai kockázatok másik ágával a vegyszerek, vegyi anyagok alkalmazásával kapcsolatos kockázatokat szeretnénk bemutatni.

A szociális alap és szakosított ellátásokban a dolgozók mindennapi munkájuk során számos vegyi kockázattal szembesülnek. Veszélyes anyagokat különféle okokból használnak a munkavállalók, beleértve az ellátottak kezelését, a személyi higiéniai eljárásokat és a takarítást, mosást, mosogatást.

A vegyszerekkel való munkavégzés során számos valós kockázat és fizikai elváltozás alakulhat ki. Rizikó rejlik a vegyi anyagok mozgatása, tárolása, raktározása, hígítása, alkalmazása közben.

A vegyi anyagok által okozott problémák akutak vagy krónikusak lehetnek, attól függően, hogy milyen vegyszerrel, milyen mennyiségben és mennyi ideig érintkezik a dolgozó. Vegyszereknek tekintjük a tisztító, mosó, fertőtlenítőszereket, krémeket, testápolókat és a gyógyszereket.

Gyakori egészségügyi problémák, melyekkel számolni lehet a vegyszerek alkalmazása során: bőrproblémák, légzőszervi problémák, szemkárosodás, emésztőrendszeri és idegrendszeri problémák, rák.



A használt vegyszerek gyakran okoznak bőrirritációt, kiütéseket, ekcémát, allergiás reakciókat, égési sérüléseket. Bizonyos vegyszerek hatására a bőr fényérzékenyebbé válhat, ami fokozza a napégés kockázatát. A belélegzett vegyi anyagok, gyógyszerek károsíthatják a légutakat, tüdőt. Köhögést, légszomjat, asztmát, krónikus bronchitist, tüdőtágulatot, vagy akár tüdőrákot is okozhatnak. A szembe kerülő szereknek kötőhártyagyulladás, szaruhártya károsodás, látásromlás, vagy akár vakság is lehet a következménye. A lenyelt vegyszerek hányingert, hányást, hasmenést, hasi fájdalmat, vagy akár májkárosodást is okozhatnak. Bizonyos vegyi anyagok károsíthatják az idegrendszert, ami fejfájást, szédülést, memóriazavart, koncentrációs nehézségeket, depressziót is előidézhet. Számos vegyszer rákkeltő hatású, ami azt jelenti, hogy növeli a rák kialakulásának veszélyét.

Nagyon fontos, hogy vegyszerek okozta egészségügyi problémák megelőzése érdekében a munkáltatónak és a munkavállalóknak egyaránt felelősséget kell vállalniuk.

A munkahelyi vezetőnek gondoskodnia kell a **kockázatértékelésről**, amely kiterjed a használt vegyszerekre, azok tulajdonságaira, a munkavégzés módjára és a dolgozók expozíciós szintjére.

A vegyszer használatának helyén (mosószer-mosoda, mosogatószer-konyha, felületfertőtlenítő-takarító-kocsi...) javasolt elhelyezni a vegyszerek **biztonsági adatlapjainak** az elsősegélynyújtásra vonatkozó szakaszát. Gondoskodni kell a megfelelő raktározási lehetőség biztosításáról, beleértve a szellőzést, a tároló helység **tűzveszélyességi besorolását** és a **veszélyes anyagok bejelentését** is.

A vezetőnek biztosítani kell a dolgozók számára a **megfelelő védőeszközöket**, például kesztyűt, szemüveget, légzésvédőt, védőruházatot. Ezeknek az eszközöknek megfelelőnek kell lenniük az adott vegszerrel szembeni védelemre, és a dolgozóknak megfelelően kell használniuk őket.



Rendszeres oktatást és képzést kell tartani a dolgozók számára a vegyszerek biztonságos használatáról, a kockázatokról, a védőeszközök használatáról, valamint a vészhelyzeti eljárásokról.

A vezetőnek írásbeli **utasításokat** kell készítenie a vegyszerek használatára, tárolására és kezelésére vonatkozóan. Ezeknek az utasításoknak egyértelműeknek és könnyen érthetőeknek kell lenniük.



Rendszeres **orvosi vizsgálatokat** kell biztosítani a dolgozók számára, hogy időben felismerjék az esetleges egészségkárosodásokat.

Vészhelyzeti terveket kell kidolgozni arra az esetre, ha vegyszerkiömlés vagy más baleset történik. Ezeknek a terveknek tartalmazniuk kell az evakuálási útvonalakat, az elsősegélynyújtási eljárásokat, valamint a hatóságok értesítését.

És mit tegyen a munkavállaló, hogy a kockázatokat a minimálisra csökkentse és elkerülje az egészségkárosodást?

Minden dolgozónak meg kell ismernie a használt vegyszerek tulajdonságait, a velük járó kockázatokat, valamint a biztonságos használat módját. Mindig használnia kell a rendelkezésre álló védőeszközöket, és meg kell győződnie arról, hogy azok megfelelően működnek és illeszkednek, be kell tartania a vegyszerek használatára, tárolására és kezelésére vonatkozó írásbeli utasításokat, óvatosan kell bánnia a vegyszerekkel, és kerülnie kell a felesleges expozíciót.



A szociális szférában végzett munka nemcsak elhivatottságot, hanem tudatos odafigyelést is igényel. A vegyszerek okozta rizikótényezők csökkentése közös felelősség: a biztonságos munkakörnyezet megteremtése az intézményvezetők és a dolgozók együttműködésén múlik, a megfelelő védőintézkedésekkel nemcsak egészségünket óvhatjuk meg, hanem csökkenthetjük a munkahelyi megbetegedésekből fakadó gazdasági terheket is. Így hosszú távon nemcsak a dolgozók jóllétét, hanem a gondoskodás fenntarthatóságát is biztosíthatjuk.

Következő számunkban a biológiai kockázatokat és a lehetséges egészségkárosodásokat ismertetjük, tartsanak velünk!



Sikeres Terápiás Munkatársi Nap a Katolikus Szeretetszolgálat Központjában

A Katolikus Szeretetszolgálat központja adott otthont a 2025. március 4-én megrendezett Terápiás Munkatársi Napnak, amely nagy sikerrel zárult, 32 fő részvételével. A nap célja a terápiás munkatársak szakmai fejlődésének támogatása, a konfliktuskezelési készségek fejlesztése és a csapátépítés volt.

A napot egy köszöntővel nyitották meg, majd egy vidám bemelegítő játékkal folytatódott, melynek célja a csoporttagok közötti kapcsolatfelvétel és a hangulat oldása volt. Ezt követően a munkatársak megismerkedhettek lajosmizsei jógyakorlatokkal, melyek a mindennapi munkájuk során is hasznosnak bizonyulhatnak.

A nap szakmai témája a konfliktusok kezelése volt. A résztvevők előadásokat hallgattak a konfliktusok fogalmáról, okairól, dinamikájáról és megoldási lehetőségeiről, valamint az önreflexió, az önismeret és a határtartás fontosságáról. Végül egy teszt segítségével felmérhették saját konfliktuskezelési módszereiket is.

A nap szakmai témája a konfliktusok kezelése volt. A résztvevők előadásokat hallgattak a konfliktusok fogalmáról, okairól, dinamikájáról és megoldási lehetőségeiről, valamint az önreflexió, az önismeret és a határtartás fontosságáról. Végül egy teszt segítségével felmérhették saját konfliktuskezelési módszereiket is.

A szünet után a kollégák szerepjátékok segítségével gyakorolhatták a konfliktuskezelést különböző helyze-

tekben, mint például betegek közötti viták, gyógyszerbevitellel kapcsolatos problémák, agresszív viselkedés és tisztasággal kapcsolatos konfliktusok. A szerepjátékokat követően megvitatták a tapasztalataikat, elemezték a szereplők érzéseit, a felmerült megoldási lehetőségeket és a különböző konfliktuskezelési stratégiákat. A napot közös éneklés zárta.

A Terápiás Munkatársi Nap sikeresen elérte célját, a hallgatóság hasznos ismeretekkel és gyakorlati tapasztalatokkal gazdagodtak. A nap során a szakemberek sokat tanulhattak egymástól, és megerősödhetek a közösség erejében. A Katolikus Szeretetszolgálat elkötelezett a terápiás munkatársak szakmai fejlődésének támogatása iránt, és a jövőben is hasonló rendezvények szervezését tervezi.



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