

Módszertani Futár



LELKI MORZSÁK • ÉLETVITEL TANÁCS / EGÉSZSÉG
ADATVÉDELMI KALAUZ • MENTÁLHIGIÉNÉS KALAUZ
MÓDSZERTANI KITEKINTŐ • JÓGYAKORLAT GYŰJTEMÉNY

Lelki morzsák



Amikor egy ügy közösséggé formál

Egy közösség ritkán attól válik valódi közösséggé, hogy az emberek egy helyen dolgoznak. Lehet közös épületünk, munkarendünk, feladataink, mégis előfordulhat, hogy csak egymás mellett végezzük a dolgunkat. Valami több kell ahhoz, hogy az „én feladatom” és a „te feladatod” egyszer csak közös üggyé váljon. Szent Maximilián Kolbe életének van egy talán kevésbé ismert oldala, amely éppen erről mesél.

Nevét legtöbbször auschwitz-i vértanúságával kapcsoljuk össze, pedig életének jelentős részét szervezés, közösségépítés és egy merész elképzelés megvalósítása töltötte ki. Fiatal ferencesként felismerte, hogy amit fontosnak tart, azt nem egyedül szeretné képviselni. Rendtársaival közösséget szervezett, később pedig létrehozta Niepokalanówot, amely néhány év alatt jelentős ferences központtá fejlődött. Kolbe mert nagyban gondolkodni, de talán még fontosabb, hogy tudta azt, hogy egy nagy elképzeléshez másokra is szükség van.

Niepokalanówban sokféle munka zajlott. Voltak, akik a kiadványok készítésével foglalkoztak, mások a műhelyekben dolgoztak, megint mások a közösség mindennapi életéhez szükséges feladatokat végezték. Különböző munkák, különböző képességek, mégis egy közös cél. Nem kellett mindenkinek ugyanazt csinálnia ahhoz, hogy ugyanahhoz az üggyhez tartozzon. Talán ez az, ami az ő történetéből ma is különösen ismerős lehet azok számára, akik a szociális területen dolgoznak.

Egy intézmény élete is sok ember munkájából áll össze. Van, aki közvetlenül az ellátott mellett van egész nap, más a háttérből szervez, dokumentál, főz, takarít, javít, szállít vagy éppen arról gondoskodik, hogy minden szükséges feltétel rendelkezésre álljon. Sokszor egészen különböző feladatokat végzünk, és egy fárasztó hétköznapon könnyű szem elől tévesz-

teni, hogyan kapcsolódik mindez egymáshoz. Pedig ugyanazért vagyunk ott. Azért az emberért, akinek szüksége van ránk.

Talán egy jól működő közösség egyik titka éppen az, hogy időről időre képes visszatérni ehhez a közös ponthoz. Mert amikor csak a saját feladatunkat látjuk, hamar előkerülhetnek a határok: ez az én dolgom, az pedig már nem. Amikor azonban tudjuk, miért dolgozunk együtt, egészen más jelentést kaphatnak a hétköznapi teendők is.

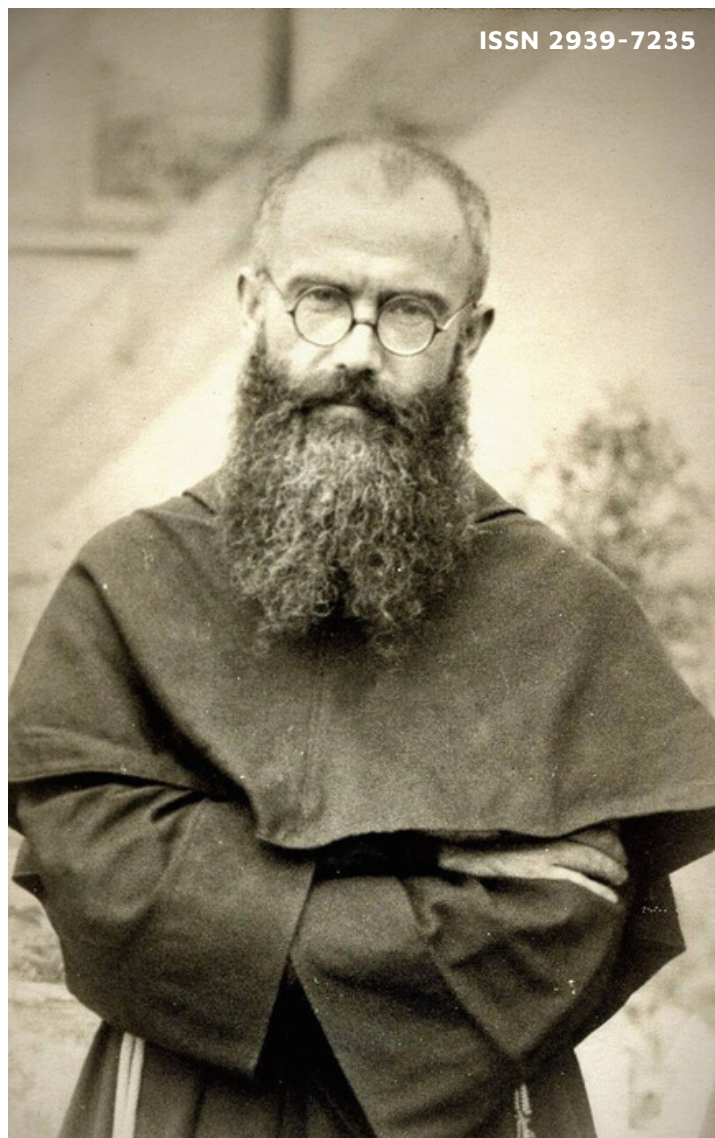
Ez természetesen nem jelenti azt, hogy mindenkinek mindent magára kell vállalnia. Egy közösségben éppen azért vannak különböző szerepek és felelőségek, mert nem vagyunk egyformák. Másban vagyunk jók, más tapasztalatot hozunk, másképpen tudunk hozzátenni ahhoz, ami közös. Talán nem is az a fontos, hogy mindenben ugyanúgy gondolkodjunk, hanem hogy tudjuk, mi az, ami összeköt bennünket.



Kolbe közösségépítő munkájában ez különösen szép. Nem egyszemélyes történetet akart írni. Képes volt másokat bevonni abba, amiben hitt, és teret adott annak, hogy a közös célért sok ember sokféleképpen dolgozhasson.

A segítő szakmákban ennek különös súlya van. Az ellátott ugyanis nem különálló munkakörökkel találkozik, hanem velünk. Számára az intézmény nem szervezeti ábra és nem munkaköri leírások sora. Emberekből áll: abból, hogyan fogadják reggel, milyen hangon szólnak hozzá, észreveszik-e, ha valami bántja, kap-e segítséget, amikor szüksége van rá, és érzi-e, hogy biztonságban van. Ehhez pedig senki munkája nem elég önmagában.

Vannak időszakok, amikor ezt nehezebb megélni. Amikor sok a feladat, kevés az ember, valaki elfárad, feszültebbé válik a légkör, vagy egyszerűen mindenki próbálja elvégezni azt, ami aznap rá vár. Ilyenkor talán nem nagy közösségépítő programokra van szükségünk. Sokszor egy apró gesztus is elég ahhoz, hogy újra eszünkbe jusson: nem egyedül csináljuk. Segíteni egy kollégának, aki éppen elakadt. Megköszönni valakinek azt a munkát, amelyet általában természetesnek veszünk. Megkérdezni egymástól, hogy miben tudunk kapcsolódni. Vagy egyszerűen észrevenni azt, aki csendben, nap mint nap hozzáteszi a maga részét a közöshöz.



ISSN 2939-7235

Szent Maximilián Kolbe egyik sokat idézett mondata így szól: „Csak a szeretet teremt.” Talán a közösségeinkre is igaz ez. Feladatokat ki lehet osztani, munkarendet lehet készíteni, szabályokat lehet alkotni. De attól, hogy mindez működik, még nem feltétlenül születik közösség.

Ahhoz valami másra is szükség van, talán arra, hogy ne csak a saját helyünket keressük benne, hanem egymást is észrevegyük.

Talán érdemes néha feltennünk magunknak a kérdést: tudjuk-e még, mi az a közös ügy, amelyért együtt dolgozunk? A szociális területen erre a válasz végső soron mindig nagyon egyszerű. Az ember. Az az ember, akiért különböző feladatokkal, különböző képességekkel és különböző helyeken, de mégis együtt vagyunk jelen.

Szerző: Kepes Anita



Nyári rosszullét vagy valami több? A gondozói megfigyelés jelentősége

„Ma valahogy nincs olyan jól.” Egy ilyen mondat mögött sokszor még nincs egyértelmű panasz vagy látványos tünet. Az idős ember talán csak csendesebb a megszokottnál, ebéd után nem megy ki a többiekkel, kevesebbet iszik, többet alszik, vagy felálláskor bizonytalanabbnak tűnik. Nyáron könnyű mindezt a nagy meleg számlájára írni. Hiszen a kánikula valóban megterheli a szervezetet, különösen időskorban. Mégis érdemes megállni egy pillanatra és megvizsgálni a helyzetet, hogy biztosan csak a meleg okozza a változást?

Az idősokkal végzett mindennapi gondozás egyik legfontosabb része a megfigyelés. Ez nem azt jelenti, hogy a gondozónak fel kell ismernie vagy meg kell neveznie egy betegséget. Sokkal inkább azt, hogy észrevegye, ha az általa jól ismert ember viselkedésében, aktivitásában vagy általános állapotában valami megváltozik. Gyakran éppen ezek az apró eltérések jelzik először, hogy nagyobb figyelemre van szükség.

A kiszáradás veszélye nyáron természetesen fokozott. Időskorban ráadásul a folyadékhiány nem feltétlenül azzal kezdődik, hogy valaki szomjúságra panaszkodik. Megjelenhet fáradtság, gyengeség, szédülés, csökkenhet a vizelet mennyisége, súlyosabb esetben pedig a tudatállapot is megváltozhat.

A gondozás során ezért nemcsak arra érdemes figyelni, hogy elfogyott-e az asztalra készített pohár víz. Az is fontos információ lehet, hogy az ellátott a megszokottnál kevesebbet eszik vagy iszik, gyakrabban utasítja vissza a kínált folyadékot, ritkábban megy mosdóba, sötétebbnek tűnik a vizelete, nehezebben kel fel, bizonytalanabban jár, vagy feltűnően bágyadt. Önmagában egyik ilyen megfigye-

lés sem mondja meg, hogy mi áll a háttérben. Éppen ezért fontos együtt látni őket, és mindenekelőtt ahhoz viszonyítani, milyen az adott ember megszokott állapota.

A gondozó ebből a szempontból különleges helyzetben van, mert sok esetben nap mint nap találkozik ugyanazzal az emberrel. Ismeri a szokásait: tudja, ki kel korán, ki szeret sokáig reggelizni, ki jár rendszeresen sétálni, ki beszél sokat, és ki az, aki inkább csendben figyeli a többieket. Ez a hétköznapi tudás szakmai szempontból is értékes. Egy egyszeri vérnyomásérték, egy elfogyasztott pohár víz vagy egy kihagyott ebéd önmagában kevés információt adhat. Az viszont már figyelmet érdemel, ha valaki, aki máskor önállóan sétál az étkezőbe, aznap segítséget kér; aki rendszerint jó étvágygal ebédel, alig nyúl az ételhez; vagy aki mindig felismeri a környezetét, hirtelen bizonytalanná, zavarttá válik. Az ilyen változásokat nem érdemes automatikusan az életkornak vagy a melegnek tulajdonítani. Különösen fontos figyelmeztető jel a hirtelen jelentkező zavartság. Ennek hátterében többféle ok állhat, például kiszáradás, fertőzés, gyógyszerhatás, vércukorszint-változás vagy valamilyen idegrendszeri esemény. Időseknél a delírium

kialakulásának kockázata is nagyobb.

A változás ráadásul nem mindig drámai. Az érintett nem feltétlenül lesz nyugtalan vagy látványosan zavart. Előfordulhat az is, hogy éppen szokatlanul csendessé, visszahúzódomóvá vagy aluszékonnyá válik. Ez könnyebben elkerülheti a figyelmet, különösen egy forró nyári napon, amikor a fáradtság önmagában sem tűnik szokatlannak.

Ilyenkor sokszor nem az a legfontosabb kérdés, hogy „Mi baja lehet?“, hanem az, hogy „Ez megszokott nála?“ Ha a válasz az, hogy nem, akkor érdemes a változást komolyan venni, pontosabban megfigyelni és szükség esetén tovább jelezni.

A jelzés módja sem mindegy. A „nincs jól“ vagy a „furcsa ma“ önmagában kevés kapaszkodót ad. Sokkal többet segít, ha konkrétan el tudjuk mondani, mit tapasztaltunk. Más információt hordoz például az, hogy „dél óta aluszékonyabb“, „reggel óta csak néhány kortyot ivott“, „ebédnél nem ismerte fel, hol van“, „kétszer is meg kellett kapaszkodnia járás közben“, vagy „dél előtt óta nem volt vizelete“. Azt is érdemes jelezni, mikor kezdődött a változás, hirtelen vagy fokozatosan alakult-e ki, és társult-e hozzá más panasz vagy tünet. A jó megfigyelés tehát nem diagnózis. Olyan pontos információ, amely segítheti az ápolót, az orvost vagy más egészségügyi szakembert annak eldöntésében, hogy milyen további teendő szükséges.



A nagy meleg önmagában is megterhelő, és idősebb korban a hőséghez való alkalmazkodás nehezebb lehet. Emiatt a nyári hónapokban különösen fontos a megfelelő folyadékbevitel támogatása, a lehetőség szerint hűvösebb környezet biztosítása és az ellátottak állapotának fokozott figyelemmel kísérése. Ugyanilyen fontos azonban az is, hogy ne váljon a hőség minden változás automatikus magyarázatává.

Ha valaki bágyadtabb, zavartabb, szokatlanul aluszékony, kevesebbet iszik, megváltoznak a vizezési szokásai vagy bizonytalanabbá válik a járása, érdemes közelebbről figyelni rá, és szükség esetén időben jelezni a változást. A hirtelen kialakuló zavartság különösen komolyan veendő, és mielőbbi egészségügyi értékelést tehet szükségessé.

A gondozói munka értéke sokszor éppen ezekben az apró észrevételekben mutatkozik meg. Abban, hogy valaki ismeri az idős ember megszokott ritmusát, és feltűnik neki, ha abból valami kibillen. Nem mindig az a legfontosabb, hogy első pillanatban tudjuk, mi a baj. Sokszor az számít igazán, hogy időben észrevegyük, hogy valami megváltozott.

Szerző: Kepes Anita



Láthatatlan helyzetek

Az adatvédelemről sokszor számítógépek, jelszavak és informatikai rendszerek jutnak eszünkbe. Pedig a mindennapi kockázatok jelentős része ennél jóval egyszerűbb helyzetekből fakad. Egy asztalon hagyott lista, egy nyitva felejtett mappa vagy egy nyomtatónál maradt dokumentum sokszor többet árulhat el, mint gondolnánk. Ez a cikk ezekről a „láthatatlan” helyzetekről szól.

Jegyzetfüzet, pendrive, mappa – a láthatatlan adatvédelem

Valaki befejez egy megbeszélést. Az asztalon marad egy névsor. A nyomtatónál ott marad egy dokumentum. Egy jegyzetfüzet nyitva marad az irodában, mert „mindjárt visszajövök”.

Nem történik semmi különös. Legalábbis első pillantásra.

Az adatvédelmi problémák jelentős része ugyanis nem rossz szándékból vagy tudatos visszaélésből fakad. Sokkal gyakrabban a megszokásból, a sietségből vagy abból a természetes érzésből, hogy „ez csak egy pillanat”.

A mindennapi munka során rengeteg személyes adattal találkozunk. Nemcsak a számítógépen, hanem papíron is. Egy jelenléti ív, egy gyógyszerelési lap, egy ellátotti lista vagy akár egy saját készítésű emlékeztető is tartalmazhat olyan információkat, amelyek nem tartoznak mindenki másra.

Ezért fontos felismerni: az adatvédelem nem kizárólag informatikai kérdés.

Sokszor egy nyitva hagyott mappa, egy elveszett pendrive vagy egy nyomtatónál felejtett dokumentum jelenti a valódi kockázatot. A papíralapú dokumentum ugyanúgy személyes adatot tartalmazhat, mint egy informatikai rendszerben tárolt adat. Sőt, bizonyos helyzetekben könnyebben hozzáférhető lehet.

Talán mindannyiunknak ismerősek az alábbi mondatok:

- „Ezt majd délután elteszem.”
- „Csak egy percre hagyom itt.”
- „Úgysem nézi meg senki.”

Ezek ártalmatlannak tűnő mondatok. És legtöbbször valóban nem történik semmi. Az adatvédelem azonban nem arra épül, hogy szerencsénk van-e, hanem arra, hogy tudatosan csökkentjük a kockázatokat.

Sokszor elegendő néhány apró szokás. Mielőtt felállunk az asztaltól, érdemes végiggondolni:

- **Maradt itt olyan dokumentum, amit más is láthat?**
- **Valóban szükségem van erre a papírra vagy adathordozóra?**
- **Tudom, hogy hova kerül, amikor már nincs rá szükség?**

Ezek egyszerű kérdések. Mégis segíthetnek észrevenni olyan helyzeteket, amelyek mellett egyébként rutinszerűen elsétálnánk.

Apró szokások, nagy különbség

Ha rövid időre is elmegyünk, fordítsuk lefelé a dokumentumokat vagy tegyük el őket.

Nyomtatás után a lehető leghamarabb vegyük el az elkészült iratokat.

A már nem szükséges listákat és jegyzeteket ne gyűjtsük hónapokig a fiókban.

A pendrive legyen átmeneti eszköz, ne állandó adattároló

Ezek nem bonyolult szabályok. Inkább olyan jó szokások, amelyek idővel a mindennapi munkavégzés természetes részévé válhatnak.

A nyár vége sok intézményben a rendszerezés időszaka is. Előkerülnek korábbi dokumentumok, régi jegyzetek, már nem használt adathordozók. Ilyenkor érdemes nemcsak rendet tenni, hanem egy pillanatra megállni és végiggondolni: valóban szükségünk van-e még mindenre, amit őrzünk.



ISSN 2939-7235

Az adatvédelem sokszor nem látványos. Nem jelenik meg figyelmeztető üzenetként a képernyőn, és nem mindig hívja fel magára a figyelmet.

Mégis ott van a mindennapi döntéseinkben.

Az adatbiztonság sokszor nem a legbonyolultabb rendszereken múlik, hanem azon az egy mozdulaton, amellyel becsukunk egy mappát.

Szerző: Dr. Medveczky Zoltán
Adatvédelmi tisztviselő (DPO)



Az ellátottak a digitális térben – lehetőség vagy kockázat?

Előző írásunkban azt jártuk körül, hogyan változtatja meg az online tér az emberi kapcsolódásainkat, és vajon lehetünk-e valóban jelen egymás számára akkor is, amikor egy képernyő választ el bennünket. A digitális kommunikáció azonban nemcsak a segítői kapcsolatokat alakítja át. Egyre nagyobb szerepet kap azoknak az embereknek a mindennapjaiban is, akiket munkánk során kísérünk és támogatunk.

Az okostelefon, a videóhívás, az internet vagy akár egy egyszerű üzenetküldő alkalmazás ma már sok ember számára a külvilággal való kapcsolat egyik fontos eszköze. Különösen igaz lehet ez akkor, ha valaki mozgásában korlátozott, intézményben él, távol lakik a családjától, vagy személyesen ritkábban tud találkozni azokkal, akik fontosak a számára.

Egy videóhívás az unokával, egy fénykép a családi eseményről vagy egy régi ismerőssel váltott néhány mondat kívülről talán apróságnak tűnik. Annak azonban, akinek a személyes kapcsolatai beszűkültek, ezek a pillanatok sokat jelenthetnek. Segíthetnek abban, hogy továbbra is részese maradjon a család életének, legyen miről beszélgetnie, legyen mit várnia, és ne érezze úgy, hogy a világ nélküle halad tovább.

A digitális eszköz tehát nem feltétlenül távolít el bennünket egymástól. Jól használva éppen ellenkezőleg, hidat teremthet.

Ez különösen fontos lehet az idősebb emberek esetében. Az idősotthonba költözés, egy betegség, a társ elvesztése vagy a mozgásképesség csökkenése sokszor együtt jár a korábbi kapcsolatok átalakulásával

is. Ilyen élethelyzetben a digitális kapcsolattartás új lehetőséget kínálhat. Nem helyettesíti a személyes találkozást, de kiegészítheti azt, és segíthet csökkenteni a távolság érzését.

Hasonló lehetőségeket jelenthet a digitális világ a fogyatékosággal élő emberek számára is. A kapcsolattartás, a szabadidős tartalmak, a tanulás vagy akár az önálló ügyintézés lehetősége mind hozzájárulhat ahhoz, hogy valaki aktívabban vehessen részt saját életének alakításában.

Mindezek mellett azonban érdemes a digitális világ másik oldaláról is beszélni. Az interneten elérhető információk mennyisége szinte beláthatatlan, és egyáltalán nem könnyű eldönteni, mi hiteles és mi nem. Egy megtévesztő hirdetés, hamis egészségügyi információ, csaló üzenet vagy valóságosnak tűnő álhír bárkit bizonytalanná tehet. Különösen kiszolgáltatott helyzetbe kerülhet az, aki még kevésbé magabiztosan mozog a digitális térben.

A segítő feladata ilyenkor nem feltétlenül az, hogy minden veszélytől megóvja a másik embert. Sokkal inkább az, hogy segítsen eligazodni. Ehhez néha

egészen egyszerű dolgok is elegendők. Megmutatni, hogyan lehet felismerni egy gyanús üzenetet. Együtt megnézni, honnan származik egy információ. Beszélgetni arról, hogy miért nem érdemes ismeretleneknek személyes adatokat megadni. Vagy éppen türelmesen újra megmutatni valamit, amit korábban már többször elmagyaráztunk.

Fontos azonban, hogy eközben ne vegyük át teljesen az irányítást. Könnyű abba a helyzetbe kerülni, hogy gyorsabbnak tűnik helyette elintézni valamit, mint megmutatni, hogyan tudja ő maga megoldani. Hosszabb távon azonban sokszor éppen az jelent valódi támogatást, ha lehetőséget adunk a tanulásra és az önállóság megtapasztalására.

A digitális mentálhigiéné szempontjából ezért nemcsak az a kérdés, mennyi időt tölt valaki a képernyő előtt. Legalább ilyen fontos az is, hogy **mire használja ezt az időt.**

Kapcsolódik másokhoz? Beszélget? Tanul valamit? Olyan tartalmakat talál, amelyek örömet okoznak számára? Vagy éppen ellenkezőleg: egyre inkább magába zárkózik, órákon keresztül céltalanul nézi a képernyőt, esetleg olyan tartalmakkal találkozok, amelyek szorongást, félelmet vagy bizonytalanságot keltenek benne?

Ugyanaz az eszköz egészen különböző szerepet tölthet be két ember életében. Az egyik számára egy videóhívás a kapcsolódás lehetőségét jelenti, a másik számára a telefon fokozatosan a személyes találkozások helyére léphet. Éppen ezért talán nem is az a legfontosabb kérdés, hogy sokat vagy keveset használjuk-e a digitális eszközöket, hanem az, hogy mit adnak hozzá az életünkhöz, valamint, hogy mit vesznek el belőle.

Segítőként ebben is fontos lehet a kíváncsiság. Nem feltétlenül tiltásokkal vagy kész válaszokkal kell közelítenünk, hanem kérdésekkel. Mit szeret ezen az oldalon? Kivel szokott beszélgetni? Mit érez egy hosszabb telefonhasználat után? Van-e valaki, akivel szívesen kapcsolatba lépne, de nem tudja, hogyan?



Ezek a beszélgetések sokszor többről szólnak, mint magáról a technológiáról. Megmutathatják, hogy mire vágyik a másik ember, mi hiányzik számára, mitől fél, vagy éppen hol lenne szüksége több kapcsolódásra.

A digitális világ tehát önmagában sem nem jó, sem nem rossz. Lehetőség arra, hogy közelebb kerüljünk egymáshoz, de arra is, hogy észrevétlenül egyre távolabb kerüljünk a körülöttünk lévőktől. Segíthet megtartani kapcsolatokat, ugyanakkor könnyen válhat olyan térré is, ahová visszahúzódunk, amikor a valódi világ túl nehéznek, üresnek vagy magányosnak tűnik.

Talán ezért érdemes időről időre nemcsak azt megkérdeznünk a másiktól, hogy mit néz a telefonján, hanem azt is, hogy mit talál ott, amire éppen szüksége van. Ez már egy másik, fontos kérdéshez vezet bennünket.

A következő részben arról gondolkodunk majd, mi történik akkor, amikor a telefon már nem elsősorban eszköz a kapcsolódáshoz, hanem menedékké válik az unalom, a magány, a szorongás vagy a nehéz érzések elől. Mert nem minden képernyő előtt töltött idő mögött ugyanaz az igény húzódik meg.

Szerző: Kepes Anita



Írányt mutató dokumentumok - Szociális ellátás iránti kérelem mellékletei

A személyes gondoskodást nyújtó ellátások igénylésekor – függetlenül attól, hogy a kérelem szóban vagy írásban történik – különféle dokumentumok benyújtása, elkészítése szükséges.

Ezek közé tartoznak a jogosultság megállapításához elengedhetetlen iratok, például szakvélemények, értékelő adatlapok, szükségletfelmérések és igazolások.

Emellett valamennyi szolgáltatás esetén csatolni kell a 9/1999. (XI. 24.) SzCsM rendelet 1. számú mellékletének I., II. és III. részét, ami az **egészségi állapotra vonatkozó igazolást**, valamint a **jövedelem- és vagyonnyilatkozatot** foglalja magában.

A jelenlegi számban az utóbbi dokumentumtípusokhoz kapcsolódóan az alkalmazás szempontjából néhány releváns elem kerül kiemelésre (bemutatásuk nem tekinthető teljeskörűnek).

I. EGÉSZSÉGI ÁLLAPOTRA VONATKOZÓ IGAZOLÁS

Valamennyi szociális szolgáltatás igénylésekor – a 9/1999. (XI. 24.) SzCsM rendelet rendelkezései alapján – csatolni szükséges az **1. számú melléklet I. része szerinti orvosi igazolást**, illetve – amennyiben az igénylés fekvőbeteg-gyógyintézeti ellátás alatt vagy annak megszűnését követő 30 napon belül történik – a **kórházi zárójelentést**.

Ez az előírás a jelzőrendszeres házi segítségnyújtásra, a támogató szolgáltatásra, a házi segítségnyújtásra, az idősek nappali ellátására, valamint a bentlakásos intézményekre (az éjjeli menedékhely kivételével) vonatkozik.

Az egészségi állapotra vonatkozó igazolást a háziorvos, a kezelőorvos, vagy kórházi ellátás esetén az osztályos orvos tölti ki. A nyomtatványon az ellátások külön, számozott blokkokban jelennek meg, ezért az egészségügyi adatokat az igénylés szerinti szolgáltatásoknál szükséges feltüntetni.

Amennyiben az igazolás nyomtatott formában kerül átadásra a kérelmező részére, a szerkesztés során (tartalmi változtatás nélkül) egyes soroknál célszerű nagyobb üres felületet hagyni. Ez lehetővé teszi, hogy az orvos a szöveges kiegészítéseket jól olvashatóan és áttekinthető módon tüntesse fel a dokumentumon.

A beérkezett igazoláson figyelemmel kell lenni arra, hogy szerepeljen az orvos aláírása, pecsétje és a kiállítás dátuma, mivel ezek igazolják a dokumentum érvényességét és hitelességét.

II. JÖVEDELEMNYILATKOZAT

Valamennyi személyes gondoskodást nyújtó szociális ellátás igénylése esetén a kérelemhez csatolni kell a 9/1999. (XI. 24.) SzCsM rendelet **1. számú melléklet II. része szerint jövedelemnyilatkozatot**.

Ez alól **kivételt képez**, ha az ellátást **térítésmentesen nyújtják**, ideértve a **Szociális törvény 115/A. §** szerinti szolgáltatásokat, valamint azokat az eseteket, amikor a

fenntartó döntése alapján biztosítanak térítésmentes ellátást.

A formanyomtatvány személyes adatokra vonatkozó része után jelölni kell, hogy „Az 1993. évi III. törvény 117/B. §-a szerint a mindenkor intőzményi térítési díjjal azonos személyi térítési díj megfizetését az ellátást igénylő vagy a térítési díjat megfizető más személy vállalja-e (a rovat kitöltése nem minősül tényleges vállalkásnak):

- „igen” – ebben az esetben a jövedelemnyilatkozat további részeit, valamint a „III. Vagyonynyilatkozat” dokumentumot nem kell kitölteni,
- „nem” – ekkor a jövedelmi adatok részletes megadása szükséges.”¹

Amennyiben az „igen” kerül bejelölésre, az intőzményi térítési díj megfizetésének vállalkását **külön dokumentumban kell rögzíteni**, ami részletesen tartalmazza többek között a fizetés módját, feltételeit, időtartamát és egyéb szabályait.

A jövedelemnyilatkozat további részeit üresen kell hagyni, viszont a dokumentumot minden esetben aláírással és dátummal el kell látni.

Ha a kérelmező vagy más személy nem vállalja az intőzményi térítési díjjal azonos személyi térítési díj teljes megfizetését, akkor a jövedelem típusa szerinti nettó összeget a kitöltési útmutatónak megfelelően szükséges megadni.”²

Csak kiskorú igénybe vevő esetén kell a családban élőkre vonatkozó **nettó jövedelmi adatokat** megadni. „A jövedelemnyilatkozatban szereplő jövedelmekről a jövedelem típusának megfelelő iratot vagy annak másolatát kell a kérelemhez mellékelni.”³

III. VAGYONYNYILATKOZAT

Tartós bentlakásos ellátás és támogatott lakhatás igénylésekor – a Szociális törvény 117/B. § szerinti **vállalkás kivételével** – szükséges a 9/1999. (XI. 24.)

SzCsM rendelet **1. számú melléklet III. része szerinti vagyonynyilatkozat** benyújtása.

A vagyonynyilatkozat Ingatlanvagyon pontját rehabilitációs intézmény és rehabilitációs célú lakóotthon esetében nem kell kitölteni.

A jövedelem- és vagyonynyilatkozat megfelelő kitöltését a 9/1999. (XI. 24.) SzCsM rendelet az 1. számú melléklet végén található „Tájékoztató a jövedelem- és a vagyonynyilatkozat kitöltéséhez” útmutató támogatja.

A **kérelmezési folyamat megkönnyítése és áttekinthetősége** érdekében javasolt a benyújtandó dokumentumokat, tájékoztatásokat **könnyen hozzáférhetővé tenni**, például az intézmény honlapján vagy nyomtatott formában az ellátás helyén.

A jelen cikk tájékoztató és támogató jellegű, nem minősül jogforrásnak, nem hivatkozható, továbbá nem helyettesíti a hatósági állásfoglalást, a jogszabályok alapos ismeretét és az egyedi esetekhez igazodó szakmai mérlegelést.



Szerző: Laja Tiborné Zsuzsa

¹ 9/1999. (XI. 24.) SzCsM rendelet 1. sz. melléklet II. Jövedelemnyilatkozat

² Jelen cikk nem tér ki a térítési díj megfizetésének különböző lehetőségeire, csak a jövedelemnyilatkozat kitöltésére.

³ 9/1999. (XI. 24.) SzCsM rendelet 1. sz. melléklet – Tájékoztató a jövedelem- és a vagyonynyilatkozat kitöltéséhez



Egy kis torna senkinek sem árt

A foglalkozás témája, célja:

Testmozgás. Mentális állapot romlás késleltetése, állóképesség fejlesztése

Célcsoport: idősek

Időtartam: 30 perc

Szükséges eszközök: Lapedő, színes kislabdák, babzsákok

A foglalkozás leírása:

A foglalkozás ülő testhelyzetben zajló, egyszerű mozgásos program, amelynek célja a résztvevők fizikai aktivizálása, a jó hangulat megteremtése, valamint a közösségi élmény erősítése. Kiemelten fontos a helyes testtartás biztosítása, hogy a gyakorlatok biztonságosan és hatékonyan legyenek elvégezhetők.

A foglalkozást minden esetben bemelegítéssel kezdjük. Ennek része a légzőgyakorlat, valamint a végtagok finom átmozgatása, amely segíti a test felkészítését a további mozgásra. Ezt követően labdás gyakorlatok következnek, amelyek játékos formában fejlesztik a figyelmet, a koordinációt és a társas kapcsolatokat. Egy egyszerű példa a labdajátékra, amikor a résztvevők körben ülve egymásnak adják a labdát, miközben kimondják annak a nevét, akinek továbbadják. Ez segíti a névmemóriát és az egymásra figyelést is.

A foglalkozást levezető résszel zárjuk, amely légzőgyakorlatból és gyakran közös éneklésből áll. Ez segíti a megnyugvást és az élmény pozitív lezárását.

Tapasztalatok:

Tapasztalataink szerint a mozgás kedvezően hat a résztvevők hangulatára: vidámabbá, kiegyensúlyozottabbá válnak, és a nyugtalanabb ellátottak is megnyugszanak.

A foglalkozás minden korosztály számára ajánlott, és jó idő esetén akár a szabadban is megtartható. A program egyszerűsége és játékosága lehetővé teszi, hogy mindenki a saját képességeihez mérten kapcsolódjon be, miközben közös, pozitív élményben részesül.



Beküldő: Iharosi Krisztina,
Katolikus Szeretetszolgálat PAX Otthon

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