

MAGYAR GERONTOLÓGIA

14. ÉVFOLYAM KONFERENCIA KÜLÖNSZÁM

2022. 14. évf. Konferencia Különszám

On-line verzió: ISSN 2062-3690

[www.https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia](https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia)

-TUDOMÁNYNÉPSZERŰSÍTŐ-

A Családbarát Magyarország Központ bemutatkozása, idősügyi programjai, eredményei

„Női karrier korhatár nélkül”/4

Beszámoló a Magyar Női Karrierfejlesztési Szövetség (MNKSZ) Szekciójában elhangzott előadásokról

Szuromi-Kovács Ágnes

Családbarát Magyarország Központ Nonprofit Közhasznú Kft.

Kulcsszavak: családtámogatás, idősügyi referens, Családbarát Magyarország Központ, Családtámogatási Kalkulátor, Gyermekút, Családbarát Hely védjegy, NOKIT

A különböző családtámogatási formák

A szervezet tevékenységeit dr. Szuromi-Kovács Ágnes ügyvezető egy képzeletbeli fiatal pár életútján keresztül mutatja be.

Egy közös élet kezdete az iskolákat követően az anyagi biztonság megteremtése, a fészekrakás, a tervezgetés. Ehhez nyújt segítséget a Családbarát Magyarország Központ által fejlesztett és működtetett [Családtámogatási Kalkulátor](#), amelynek használatával néhány perc alatt bárki képet kaphat az egyes családtámogatási formák feltételeiről és a támogatások összegeiről. Az indulástól a *Női karrier korhatár nélkül konferenciáig* eltelt, közel 10 hónap alatt mintegy 350 ezren látogatták meg az oldalt és 176 ezer felett jár azok száma, akik kalkulációt is készítettek.

Hasonló céllal működtetik az [Ügyfélpont](#) szolgáltatást is, ahol 2022 júliusa óta fogadják a megkereséseket. E-mailen, de akár videóbeszélgetés keretében is hasznos információt tudnak adni bármely családtámogatási forma részleteiről, feltételeiről. Ebben az évben több mint 900 levelet válaszoltak meg és 150 alkalommal adtak online tájékoztatást.

Munka-magánélet egyensúly – bölcsődei ellátás, bölcsődefejlesztés

Amikor egy család gyarapodni kezd, a szülőkre óhatatlanul több teher hárul. A Családbarát Magyarország Központ számos tevékenysége révén támogatja, hogy a munkát és a magánéletet minél több szülő össze tudja hangolni. Ha kell, közvetlenül segítik őket, például saját munkahelyi bölcsődéjükkel, az EMMIKÉVEL. Ez egy mintabölcsőde, ami több annál, mint gyermekeket ellátó, gondozó intézmény. Működtetésével példát mutat más szervezeteknek, munkáltatóknak abban, hogyan tudnak kialakítani egy jó munkahelyi bölcsődét, segítve ezzel a náluk dolgozó szülőket.

A saját mintabölcsőde mellett a Családbarát Magyarország Központ a „Tudásmegosztás a bölcsődei nevelés kapacitásfejlesztésében” című kiemelt projektjén keresztül folyamatos tanácsadással, nyomon követéssel segíti 103 kedvezményezett munkáját az új bölcsődei férőhelyek létrehozásában. E munkával 3 300 új bölcsődei férőhely létrehozásához járulnak hozzá a Lechner Tudásközponttal, mint konzorciumi partnerrel együttműködve.

Gyermekút

A fiatal, immár gyermekes szülőpár időnként őrlődik azon, hogy gyermekük megfelelően fejlődik-e. De ki nem volt már ebben a helyzetben? Sokszor valóban nehéz eldönteni, hogy mi tekinthető „normálisnak”, és mikor kell szólni egy szakembernek. De ki a megfelelő szakember? Hol találom őt, mit mondjak neki?

E kérdések megválaszolásában segít a szülőknek és a családoknak a [Gyermekút projekt](#), ami hasznos ismeretekkel és egy applikációval segíti a szülőket, szakembereket. Európai szintű módszertani központot sikerült kialakítani a Családbarát Magyarország Központ keretein belül. Közel 12 ezer szakembert képeztek 28 féle képzésen, és 88 féle módszertani anyag, kézikönyv, tanulmány, tananyag, született. A szakmai kiadványaikat együttműködési megállapodás keretében adják át elismert egyetemeknek, képzőintézményeknek. E megállapodásoknak köszönhetően forgatják a szakkönyveinket egyetemi tanárok és hallgatók többek között a Semmelweis Egyetemen, az ELTÉ-n, a Pécsi tudományegyetemen, az Esterházy Károly Egyetemen.

Munka-magánélet egyensúly – Családbarát hely tanúsító védjegy program

Szintén a munka és a magánélet egyensúlyban tartását segíti a szervezet a [Családbarát Hely tanúsító védjegy programjával](#). Tanúsítványainkkal azon munkáltatók és szolgáltatók érdemeit ismerik el, amelyek intézkedéseikkel, programjaikkal, a munkahelyi körülményeik célzott fejlesztésével óvják munkavállalóik és ügyfeleik testi-lelki egészségét.

Eddig 1884 szervezetet auditáltak, melyből:

- 788 Családbarát Munkahely,
- 1096 Családbarát Szolgáltatóhely,

így közel 2000 Családbarát Hely (munkahely és szolgáltatóhely együtt) érdemelte ki a Tanúsítványt, amely révén mintegy 300 000 munkavállalót értek a különböző családbarát intézkedések.

NOKIT – Segítség a bántalmazottaknak

Nem mindenkinek adatik meg a szerető, támogató családi környezet. Ezért működteti a Családbarát Magyarország Központ az [Országos Kríziskezelő és Információs Telefonszolgálatot \(OKIT-ot\)](#), ami éjjel-nappal fogadja a segítségkérő hívásokat, segít a kapcsolati erőszak, a gyermekbántalmazás, a prostitúció és az emberkereskedelem áldozatainak és szükség esetén gondoskodik az elhelyezésükről.

Mit is jelent mindez?

- Az OKIT 2016. január 1. óta 64 290 alkalommal nyújtott telefonos segítséget, és nyújt ezekben a percekben is.
- Ez évente mintegy 10 ezer segélykérő hívást jelent.

Munkatársaik ez idő alatt 7 511 áldozat elhelyezéséről gondoskodtak, 20 krízisközponttal, 8 titkos menedékházzal, 21 félutas-házzal, és 7 kríziskezelő ambulanciával állnak napi kapcsolatban és koordinálják a munkájukat.

Időseket segítő, idősekről szóló programok

A képzeletbeli szülőpár, sőt már család életében is telik az idő. Gyermekük cseperednek, szüleik már évek óta nagyszülők, és egyre több ismerősük is az időskorba lép. Ők családi, kisközösségi szinten látják, mivel jár mindez. Amivel sok százezer család és számos érintett szervezet találkozik: *az idősödő társadalom egyik kiemelkedően fontos kihívása az idősek társadalmi integrációjának biztosítása.*

Az időskorúak elmagányosodása, izolációja megelőzhető a testi-lelki egészségvédelem és az aktív idősödés kultúrájának kiépítésével, megerősítésével. Ennek érdekében dolgozta ki a

Családbarát Magyarország Központ az *Idősebb generációk közösségi részvételének és személyközpontú gondozásának elősegítését* célzó módszertant, a Családbarát ország projekt keretében. E módszertan, szakmai standard célkitűzése, hogy *az idősügyi referensek gyakorlati munkájához megfelelő alapokat biztosítva*

- támogassa az aktív és sikeres idősödés társadalmi kereteit;
- elősegítse a minőségi, személyközpontú gondozás megvalósulását.

A kidolgozott módszertanra épített képzéssel arra törekedtek, hogy

- a résztvevők az idősügyi referens munkakör betöltésével képesek legyenek hozzájárulni a helyi aktív idősödést segítő programok megvalósításához;
- a referensek fel tudják ismerni az időskori életkori sajátosságokból adódó speciális szükségleteket;
- ismerjék a programok jogi környezetét;
- képesek legyenek hatékonyan együttműködni a települési önkormányzatokkal, a helyi civil szerveződésekkel.

E képzésükkel előmozdították az ágazati területen dolgozó szakemberek és az aktív időszerűak hatékony együttműködését az idősbarát programok megvalósításában, ami hozzájárul az aktív idősödés szemléletének érvényesüléséhez.

- A képzésszervezés során, 2 év leforgása alatt összesen 526 főt vontak be a képzésbe és a képzés sikeres elvégzését követően 444 fő kapott tanúsítványt.
- 2019-ben workshopot és szakmai előadást tartottak az Idősügyi referens képzés tananyagáról, valamint az Idősebb generációk közösségi részvételének és személyközpontú gondozásának elősegítését célzó módszertani anyagról.
- 2020-ban és 2021-ben meghívták a szervezet szakembereit a Debreceni Egyetem Egészségi Karának éves nemzetközi tudományos konferenciájára a Gerontológiai Napokra, ahol előadást tartottak az Idősügyi referens képzésről és a kidolgozott módszertani anyagról is. A végzett hallgatók jó gyakorlataikat is bemutatták.

A képzés során a résztvevők az alábbi témákkal ismerkednek meg:

- Aktív idősödés és mentálhigiéné - bemutatja az időskor fiziológiai és lélektani jellemzőit, az élethosszig tartó személyiségfejlődés szakaszait, az időskori életfeladatokat, a prevenció és lelki egészségvédelem alapjait, a sikeres, méltó idősödés útjait.

- Közösségfejlesztés, hálózatépítés, önkéntesség - bemutatja a közösségfejlesztés szemléletmódját, folyamatát, céljait, a hálózatépítés gyakorlati módszereit, valamint a közérdekű önkéntes tevékenység szabályait, elősegítésének útjait.
- Az aktív idős kor környezete - ismerteti az idősügyi programok jogi kereteit, a települési önkormányzat idősokkal kapcsolatos feladatait, a szociális és egészségügyi ellátórendszer felépítését, működését.
- Idősbarát programok tervezése, megvalósítása - bemutatja az idősügyi referens szerepét, feladatait, az idősbarát programok előkészítésének, tervezésének, megvalósításának lépéseit.

csalad.hu – tájékoztatás, minőségi időtöltés

Hogy szülőként, nagyszülőként lássuk, értsük, mi mindentől függhet családi harmóniánk, egészségünk, jólétünk, kellene a hasznos és hiteles ismeretek. Erre a célra hozta létre a szervezet a csalad.hu oldalt, amelyen a családtámogatásokról szóló tartalmak mellett érdekes, informatív, olykor személyes és megható, de mindig családoknak szóló írásokat olvashatnak. Szakértők, szülők, nagyszülők, ismert és elismert, különleges emberek osztják meg velünk értékes gondolataikat, élményeiket, emlékeiket. A család.hu értékeit nagyon sokan felismerték. Az oldal cikkei 2021-ben már több mint 2 millió olvasót értek el.

Idősügek – rovatok, cikkek

A család.hu oldalon állandó rovatokban foglalkoznak kimondottan az idősebb generációt érintő témákkal és a nagyszülők családban betöltött kiemelt szerepével: cikkeikben szakértők segítségével járnak körbe egy-egy kérdéskört, különböző élethelyzeteket mutatnak be és beszámolnak a korosztályra vonatkozó legfontosabb hírekről.

A Nyugdíjas nagyszülők című rovatukban főként a testi-lelki egészséggel, a családtagok együttélésével és kapcsolattartásával összefüggő témákról olvashatnak az érdeklődők:

<https://csalad.hu/csaladban-elni/idosgondozas-segitseget-kerni-nem-szegyen> - e cikkük a Média a családokért díj június havi jelöltje is lett

<https://csalad.hu/csaladban-elni/nagymama-lettem>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/tanuljunk-okostelefonul-idosek-a-vilaghalon>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/alzheimer-a-csaladban-nagy-dilemmak-es-nehez-dontesek>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/harmonia-idoskorban-is-ez-a-nyitja>

Emellett, folyamatosan tematikus sorozatokat is indítanak, amelyekben szintén kiemelt figyelmet fordítanak a szeniorokra. Írtak például arról, hogyan tudják akár idősebben is

megvalósítani álmaikat (Újrakezdők sorozat), milyen értékeket közvetíthetnek a fiataloknak (Dinasztiák), vagy éppen milyen praktikák teszik könnyebbé a különböző generációk együttélését.

Néhány példa:

Újrakezdők tematikus sorozat:

<https://csalad.hu/csaladban-elni/egyetemi-eveket-kertem-a-60-szuletesnapomra>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/nyugdijaskent-uj-hobbira-talaltam>

Dinasztiák tematikus sorozat:

<https://csalad.hu/csaladban-elni/ez-a-vilag-legszebb-foglalkozasa-porondon-a-ket-kristof>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/az-egyutt-zeneles-orome-es-az-igazi-karacsonyi-csoda>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/hajojegy-arabol-epult-a-szigetszentmiklosi-mozi>

Generációk együtt tematikus sorozat:

<https://csalad.hu/csaladban-elni/idoutazas-a-generaciok-kozott>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/hogyan-lesz-valakibol-mintaanyos>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/a-nagyapanak-egyedi-szerepe-van-egy-csalad-eletemben>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/amikor-a-felelem-orokletes-generaciok-kozotti-traumaatvitel>

A család.hu oldalon több, az időskorúaknak is szóló, egészséggel, életmóddal, egészséges táplálkozással, prevencióval kapcsolatos témát dolgoznak fel.

Ehhez több szakmai szervezettel alakítottak ki együttműködést, így az Innovatív Gyógyszergyártók Egyesületével és a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségével is.

Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége

<https://csalad.hu/csaladban-elni/fejfejra-ehetjuk-magunkat>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/mekkora-lett-ez-a-gyerek>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/mivel-edesitsunk-ha-kerulnenk-a-cukrot>

Innovatív Gyógyszergyártók Egyesülete

<https://csalad.hu/csaladban-elni/gyogy-gyaloglas>

<https://csalad.hu/csaladban-elni/papa-mama-torna>

Személyesen az idősekről

Dr. Szuromi-Kovács Ágnes, a Családbarát Magyarország Központ ügyvezetője az előadásához kapcsolódóan később megosztotta egy-egy személyes – idősekhez kötődő - gondolatát is:

„Életünk, családjunk, így – nem meglepő módon - hivatásunk meghatározó részeként tekintünk idős hozzátartozóinkra, embertársainkra. Bennük ott van mindaz, amivel kiskorunktól kezdve megtöltjük az életünket, amit kaptunk és továbbadunk gyermekeinknek, amitől a ház otthonná válik, amitől az érdeklődésünk tudássá, mindennapjaink történései tapasztalattá érnek.

Igaz, hogy egy életnyi tapasztalathoz éppen egy életnyi idő kell, ezért hatalmas érték az az esszencia, amit idős hozzátartozóink, barátaink, hozzátartozóink képesek csak megosztani velünk. A legkevesebb, hogy ezt figyelmünkkel, szeretetteljes odafordulásunkkal, ha szükséges, segítségadással, gondoskodással viszonzunk”.

A szerző:

Dr. Szuromi-Kovács Ágnes ügyvezető,

Családbarát Magyarország Központ Nonprofit Közhasznú Kft.