



Koragyermekkorai  
program



SZÉCHENYI TERV

TÁMOP-6.1.4/12/1-2012-0001  
Koragyermekkorai (0-7 év) program

---

## I.KÖZÖSSÉGI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS JÓ GYAKORLATAI

Komplex családi, lakossági programok

### **Családi klub**

OTH, Budapest  
2013.

Szerző  
Havasiné Ádámszki Emília védőnő

A TÁMOP 6.1.4 kiemelt projekt szakmai vezetése  
Prof. Dr. Fogarasi András szakmai vezető  
Kereki Judit szakmai vezető koordinátor

Módszertan alprojekt szakmai vezetése  
Odor Andrea módszertan szakmai alprojekt vezető II.

Módszertan V. Esetfeldolgozás és tapasztalatcsere pilot elemi projektvezetője  
Bíróné Asbóth Katalin

## **A pályázó bemutatkozása**

1999-ben végeztem a HIETE Védőnő szakán, a diploma megszerzése után Nyírmihálydiban kezdtem területi védőnőként dolgozni. 2000 februárjától a budapesti XIII. kerületben dolgoztam 6 évet iskolavédőnőként. Ez alatt az idő alatt számos életvezetési ismeret órát tartottam általános iskolai diákoknak. Iskolapszichológussal együttműködve gimnáziumi osztályoknak önismereti órákat tartottunk. 2009-től dolgozom Csepelen területi védőnőként.

## **Az intézmény bemutatása**

Humán Szolgáltatások Igazgatósága, Védőnői Szolgálat: intézményünk ezzel a névvel 2012. 07. 01-től működik. Szolgálatunknál jelenleg 21 területi és 13 iskolavédőnő dolgozik, 2 telephelyen.

Három tanácsadónk és egy anyatejes depónk van a Kossuth Lajos utca 99. szám alatt. Tanácsadóink az előírásnak megfelelően felszereltek. Számítógépes programmal nem rendelkezünk.

Egy tanácsadónk és egy nagy tanácsterem van a Görgey Artúr tér 6. szám alatt, amelyet a gyermekfogorvosokkal közösen használunk.

## **A jó gyakorlatot megalapozó szükségletek, igények**

### **Általános igények**

Számos felmérés, kutatás eredménye szerint a családszerkezet Magyarországon is megváltozott az évek alatt (1). Ezen változások számos gyermekvállalási és -nevelési problémát idéznek elő. Ezek a problémák nem csak a családok működésében jelentkeznek. A gyermekgondozással, -neveléssel foglalkozó intézményekre is kihat. Híradások és vizsgálatok jelzik, hogy a problémák egyre nagyobbak pl.: iskolai hiányzások növekedése, egyre agresszívabb fiatalok, tanárok tehetetlensége (tanárt verő diák, szülő).

A világháló terjedésével a szülő és gyermek is egyre több ellenőrizetlen információhoz jut. Ezek az információk befolyásolják a gyermek gondozását, nevelését. Sok szülő dolgozik, nincs alkalma minőségi időt tölteni gyermekével. Ennek következtében a gyermekek egyre korábban találkoznak olyan dolgokkal, amik számukra egészségkárosítók vagy veszélyesek.

A családok anyagi nehézségek, téves információk miatt nem megfelelően táplálják gyermekeiket, aminek következtében egyre nő a táplálási hiba miatti gyermekbetegségek száma.

Mindenki jó nevelt, egészséges gyermeket szeretne. Ezt a fentiek ismeretében csak akkor lehet elérni, ha valamilyen változást idézünk elő az értékrendek kialakulásában. Erre számos kezdeményezés van, mind intézményes, mind magánúton: iskolai programok, egészségfejlesztő centrumok stb.

## Helyi igények

Csepel lakossága a KSH adatai szerint 2009-től nem rohamosan, de növekszik.

2009		2010		2011		2012	
terület	2575	terület	2575	terület	2575	terület	2575
lakosság	76339	lakosság	76625	lakosság	76816	lakosság	76976
lakás	32634	lakás	33064	lakás	33107	lakás	33157

1. táblázat. Csepel lakossága

Forrás: ittlakunk.hu, 2012. 09. 21.

A lakosok nagy százaléka él albérletben. Egyre több a vidékről felköltöző család, akik állás reményében hagyják ott addigi életüket, és költöznek vagy már az itt élő rokonokhoz, vagy munkásszállóra.

A kerületben két munkásszálló működik, lakóik között egyre nagyobb számban található kisgyermekes családok.

A szülők és rokonok vidéken maradtak és a távolság miatt a segítség nehezen megoldható. A fiatal anyukák egyedül maradnak minden segítség nélkül, míg a férjek nagy része dolgozik.

## A jó gyakorlat bemutatása

### A jó gyakorlat céljai

Ilyen klub több éve működött már a kerületben, de más formában.

Az új programmal az volt az elsődleges cél a 2009-ben vezetésem alá került klubban, hogy a családi háttér hiánya miatt az új környezet könnyebb elfogadásában segítsük, valamint erősítsük meg a fiatal anyákat.

Az újítás indoka a célok hatékonyabb elérése:

- a generációk együttélésének megszűnéséből adódó esetleges hátrányok csökkentése;
- az egyedül maradt szülők támogatása (közösség kialakítása, megerősítése);
- felelős és tudatos gyermeknevelés elterjedésének segítése;
- szülői szerep megfelelő elsajátításának segítése.

## **A jó gyakorlat újszerűsége**

Újítás, hogy nem előadásokat hallgatnak a résztvevők, hanem a foglalkozás interaktív. Ennek fontosságát abban látom, hogy számos elméleti anyag hozzáférhető a szülők számára, mégis sok a gyermeknevelési probléma. Véleményem szerint, ha a szülők is részt vehetnek egy őket érintő kérdésben, megtapasztalhatják nevelésük hatását, könnyebben elsajátítják a hallottakat.

- Alapfogalmak tisztázása (pl. egészség, betegség fogalma, mikor forduljunk orvoshoz, stb.), hiszen a családok nagy része a gyakran legalapvetőbb kérdésekben a legbizonytalanabb.
- Alaptézisek megerősítése (pl. védőoltásokkal kapcsolatos tévhitek eloszlatása, kötelező oltások szükségszerűsége napjainkban).
- Leggyakrabban bizonytalanságot kiváltó probléma átbeszélése (pl. táplálás: mit, mikor, mivel adunk és ezek magyarázata).

## **A jó gyakorlat hatékonyságát megalapozó jellemző körülmények**

- A védőnői munka jobb hatékonysága növelésének elérése.
- A témákat a lakosság összetételének és problémáinak figyelembevételével alakítottuk ki. A fejlesztés azokra a problémákra helyezi a hangsúlyt, amelyek a védőnői munka során felmerülnek, de az időhiány miatt kifejtésük nem mindig valósul meg.
- Az ellátás hatékonyságát növeli az általános ismeretek átadása, annak hangsúlyozásával, hogy az itt elhangzottak általánosságban értendők. A védőnői munka egyénre szabott, mindenki keresse saját védőnőjét, és beszéljék át az adott problémát konkrétan az ő élethelyzetüknek megfelelően.
- A védőnő és a család közötti kapcsolatból indul ki a fejlesztés. A szülők a kapott ismeretek, elmagyarázott összefüggések révén sok vizsgálatot nem kényszernek, hanem a gyermekük megfelelő fejlődéséhez szükséges jónak tartanak.
- A helyi intézmények szakembereinek bevonása segíti a szülők megerősítését. Jobban elfogadják a megoldásokat a szülők, ha több szakembertől ugyanazt hallják. A szakemberek összehangolt szemlélete által a biztonságérzet nő a szülőknél, látva az egységet.
- Az ellátás is könnyebb, ha a lakosság jobban megismeri a szakembereket.
- Fontos, hogy az emberek tudják, hogy kihez, milyen panasszal, problémával fordulhatnak.
- Az intézmények együttműködése is javul, ennek keretében könnyebbé válhat az intézmények közötti kapcsolattartás is.

## **A jó gyakorlat kifejtése**

A hét alkalomból álló foglalkozások témái egymásra épülnek, de az egyes témakörök egymástól függetlenül is átadják a kellő információt, amiért az érdeklődők az egyes foglalkozásokra eljönnek.

## **A témák időpontjainak megválasztása**

Az egyes témák az élethelyzetek és az ellátási aktualitásnak megfelelően kerülnek kiválasztásra (pl. a közösségbe való beszoktatás márciusban esedékes, hogy a szülők még időben megkapják a megfelelő tájékoztatást, a nyár veszélyeiről júniusban beszélünk, mikor felkészülünk a nyári időszakkal járó változásokra).

## **Tájékoztatás, étesítés**

Az időpontokról a családok szórólap, plakát révén értesülnek, amelyet a tanácsadóban helyezünk el, illetve ott kapnak meg.

Egy éve létrehoztunk egy Facebook-oldalt. Ezen a weboldalon fontosabb információk vannak. A foglalkozást megelőző héten mindig meghirdetjük ezen a felületen a következő klub témáját és pontos időpontját. Sok szülő tájékozódik az interneten és használja a közösségi oldalakat, ezért is hirdetünk ezen a felületen. Ennek a csatornának és módszernek az eredményessége látszik a lakosság által feltett kérdéseken és a résztvevők számán.

Minden foglalkozás végén mindig elmondjuk a következő alkalom témáját. Ezzel kívánjuk segíteni, hogy könnyebben és idejében fel tudjanak készülni. Kihhasználva az aktuális program okozta izgalmukat, élményeket, tapasztalatunk szerint fokozottabb az érdeklődés.

## **Foglalkozások szakmai szempontjai, körülményei**

- A Klub programját olyan helyre helyeztük át, ahol tágas, világos tér van, és más tevékenység nem zavarja az ott folyó eseményeket, foglalkozásokat.
- A résztvevők a padlóra leterített játszószőnyegen körben ülnek, ahol a gyermekek koruknak megfelelő játékokkal játszhatnak egy segítő kolleganővel, aki a gyermekfelügyeletet végzi.
- A foglalkozás kezdetén elmondjuk az aktuális program címét. Hangsúlyozzuk, hogy bármikor lehet kérdezni. (Ezzel érjük el, hogy igazi klub legyen, és a szülők megnyíljanak felénk. Ezáltal az eljuttatni kívánt információ is könnyebben beépül.)
- A résztvevők a kiadott témát a gyermekek életkorának figyelembevételével dolgozzák fel, és kapják meg az ehhez kapcsolódó megfelelő információt.
- A témák logikailag megfelelően felépítettek, amelynek lényege, hogy a szülők az ok-okozat összefüggéseket értsék, és ne csak a megoldást akarják megkapni.

- Saját élmények átbeszélése, szakmai alátámasztása. Amennyiben ennek elsajátítása sikerül, akkor a szülők a gyermekeik nevelését minőségileg is megfelelőbben tudják ellátni. (Tudják, hogy a gyermek az ő tevékenységükre reagál, és hogy ez a reakció jó vagy nem, az az alkalmazott nevelési elvtől és módszertől függ.)
- A kerületben dolgozó óvoda- és iskolapszichológusok meghívást kapnak a foglalkozásokra, és ők szívesen jönnek és elmondják a tapasztalataikat, észrevételeiket. Aktív részvételükkel a szülők támogatása hatékonyabb, megerősítést kapnak abban, hogy a felelős gyermeknevelésnek fontos szerepe van, és ezzel megalapozhatjuk, hogy milyen felnőttek lesznek gyermekeik.

## **A klubfoglalkozások témái**

### **1. Egészség vagy betegség, mikor forduljunk orvoshoz? Védőoltási standard**

#### *A témaválasztás oka*

Nem beszélhetünk addig egészséges fejlődésről, családmodellről, táplálkozásról stb., amíg magát az egészség fogalmát nem tisztáztuk. Az egészség mindenkinek mást jelent. Az egészségfogalom megbeszélése segíti a közös gondolkodást, és már az első alkalommal egy szintre hozzuk az ismereteket. Magyarországon a lakosság nagy százaléka szenved valamilyen érrendszeri vagy elhízás okozta betegségben. Nő a pszichés betegségek száma is. A felnövekvő nemzedék egészségéért elsősorban a szülő a felelős, ő az, aki mintát ad a gyermeknek a felnőtt élethez.

#### *A foglalkozás célja*

- Tisztázni, mit jelent az egészség, a WHO megfogalmazását használva. Fontos, hogy az egészség nemcsak a testi, hanem a lelki és a szociális jóllét állapotát is magába foglalja. Összefüggések bemutatása a lelki leterheltség által kiváltott, családi konfliktusok okozta gyermekkori betegségekkel. Anyagi probléma esetén jelentkező lelki, majd testi tünetek bemutatása. Mindezek hatása a gyermek fejlődésére, szociális éréseire.
- Megismerkedni azzal, hogy milyen életkorban, mikor kell orvoshoz fordulni. További témák: az újszülött hőháztartása, táplálása. Bőrtünetek, amelyek orvost igényelnek. Lázmérés, lázcsillapítás átbeszélése újszülöttkortól felnőttkorig. Hurutos állapotok, helyes orrszívás fontossága. Közösségbe járóknál megbeszélni, hogy mikor ne vigyük közösségbe a „náthás gyermeket”. Fertőzések terjedése, megelőzése.
- Helyi orvosi ellátási formákról. Gyermekszakrendelések a kerületben. Szakrendelésre jutásról. Ügyelet elérhetősége és működése.
- Fertőzések története. A védőoltásokról: kötelező védőoltás, mikor, miért adjuk? Mit okoz, ha egyre több szülő nem adja be a kötelező oltást.

Ajánlott oltások, mikor, mit, hogyan és miért? Oltásnyilvántartás. Szülői felelősség.

## **2. Közösségbe való beszoktatás**

*A témaválasztás oka*

Az anyák egyre nagyobb számban kénytelenek a gyermek 3 éves kora előtt munkába állni a családok anyagi helyzetének romlása (hitel, apa munkanélkülisége stb.) miatt. Ez igen nagy lelki terhet is jelent a szülőknek.

*A foglalkozás célja*

- Lelki teher és bizonytalanság csökkentése az átadott információkkal.
- A foglalkozás vendége az óvoda- és a bölcsődevezető. Közreműködésükkel a családok mindig a megfelelő, aktuális információkat kapják (pl.: mikor és milyen formában van a beiratkozás, beszoktatás menete).
- Az intézményvezetők és a védőnő kolleganő együtt vezetik ezt a foglalkozást. Az intézményvezető a pontos dátumokat és tudnivalókat, változásokat mondja el a szülőknek. A védőnő kolleganő figyelve irányítja a beszélgetést a szülőket gyakran érdeklő kérdések irányába, ezzel a szülők könnyebb megnyílását és egy tartalmas és hasznos foglalkozás kibontakozását segíti elő.
- A szülők a szakemberek segítségével tisztázzák a közösségben felmerülő leggyakoribb problémákat és azok kezelését (pl.: gyermekharapás, gyermek a gondozónő ölében, a gondozónő és a szülők közötti folyamatos és jó kapcsolat fontossága, az üzenő füzet szükségessége, miért kell, mit segít).
- Bemutatásra kerül az intézmény felszereltsége, és a szülőkre háruló anyagi terhek.
- Jellemző szülői viselkedésminták. Melyek viselkedésformák segítik a gyermek könnyebb beszoktatását.

## **3. A táplálkozásról**

*A témaválasztás oka*

Egyre több tanulmány mutatja ki, hogy a gyermekek táplálása nem megfelelő. Ennek következtében egyre nő a táplálási hiba okozta gyermekbetegségek száma. A szülők körében egyre jobban terjednek az alternatív diéták és étrendek. Gyermekeiket is egyre növekvő számban etetik ezen elvek szerint.

Az internetes felületek bővülésével és az egyre nagyobb látogatottsággal egyre több tévhit alakul ki a szülőkben a helyes gyermekétrendről megfelelő szakmai tudás vagy támogatás nélkül.



#### *A foglalkozás célja*

- A táplálással kapcsolatos információk megerősítése a mindennapos védőnői munka során. Mit, mikor, mivel és miért adunk? A szoptatás és az anyatej fontossága, milyen szerepe van az immunrendszerre nézve. Túl korán adott nem megfelelő ételek hatása a csecsemő emésztőrendszerére. Tévhitik eloszlata a tápszerről. Elektromos szmogról, tartósítókról. Az életforma és éghajlat hatása a táplálkozási szokásokra.
- 1–3 éves gyermek megfelelő étrendje. A szervezet megfelelő fejlődéséhez szükséges tápanyagok és ásványi anyagok. Meddig és miért főzzünk külön, miért nem tekintjük kis felnőttnek. Meddig „fordítható vissza” a helytelen táplálkozási szokás.
- Az ételek elkészítése (gyakorlati tanácsok): Higiénés szabályok a konyhában. Ételek, nyersanyagok helyes tárolása. Gyümölcsök elkészítése (miért a szezonális gyümölcsöt válasszuk inkább, mint fagyasztottat?). Mire figyeljünk a nyersanyagok vásárlása során? Főzelékek készítése (csecsemőknek, kisdedeknek készült főzelék). Hol vásárolhatunk jó áron, jó árut?

#### **4. A nyár veszélyei, bőrápolás, napvédelem. Szobatisztaságra nevelés**

##### *A témaválasztás oka*

A bőrelváltozások, bőrbetegségek növekednek a megváltozott, eltolódott éghajlati viszonyok miatt. Szülők téves információi (az UVB-sugárról, séták a déli melegben, egész napos strandon való tartózkodás kiscsecsemővel).

#### *A foglalkozás célja*

- Bőrelváltozások számának csökkentése. Szülők segítése a helyes bőrvédelemben. Napvédők használata csecsemőknél, kisgyermekeknél. A biztonságos naptejhasználatról. Napozás okozta bőrproblémák bemutatása.
- A foglalkozást vendégelőadó vezeti (bőrgyógyász vagy naptejet forgalmazó cég képviselője). Segíti az információk megerősítését, hogy a szülők más szakembertől is ugyanazokat hallják, azonos figyelemfelhívást kapnak, mint a védőnőtől.
- Nyaralás kiscsecsemővel, kisgyermekkel: mire figyeljünk, mit vigyünk magunkkal? Vízpart melletti veszélyek. Miért ne legyünk egész nap a strandon csecsemővel, napvédelem fürdés után. Természetes és mesterséges vizek hatásai a gyermek bőrre, egészségére. A gyógyvizek kerülésének oka gyermekkorban.

## **5. Szobatisztaságra nevelés**

### *A témaválasztás oka*

Sok szülőnek okoz problémát a szobatisztaságra szoktatás. Az óvodai beszoktatás alkalmával derül ki sok családnál, hogy szobatisztának gondolt gyermeke nem az. Ennek oka egyrészt a modern pelenkák használata, amely a gyermek és a szülő számára is kényelmes. A túl korán kezdett szobatisztaságra nevelés következtében problémaként jelentkezik a stresszhelyzetben visszatérő bevizelés, stb. Környezeti hatások, nyomásgyakorlás a szülőkre.

### *A foglalkozás célja*

- Megerősíteni a szülőket a helyes hozzáállásban, a folyamatban. Tisztázni a feltételes és feltételen reflex közti különbséget. Gyakorlati tanácsok a szobatisztaságra szoktatáshoz. Mikor, hogyan kezdjük? Mi tilos, nem ajánlott (pl. WC-n enni, bilin tévét nézni). Szobatisztaságra nevelés kezdetén a séták tervezése, a játszótér helyes megválasztása. Mikor kell orvoshoz fordulni.

## **6. Jó gyerek, rossz gyerek. A játék szerepe a gyermeknevelésben. Baleset-megelőzés. Alvászavarok**

### *A témaválasztás oka*

Sok szülő a gyermekek közösségbe kerülésével szembesül azzal, hogy az általa választott nevelési elv nem megfelelő. Gyermeke nehezen vagy nem az általa elvárt módon illeszkedik be. A szülők nagy része idegessé válik a dackorszak megjelenésével, azt érzik, hogy nem tudnak mit kezdeni gyermekükkel. A tévhitek megléte, amelyek szerint a gyermekek a korról automatikusan okosabbak lesznek és tudniuk kell, hogyan viselkedjenek.

### *A foglalkozás célja*

- Fogalom tisztázás, van-e rossz gyermek, mit jelent a következetes nevelés?
- Miért fontos a szabályok betartása? A sok tiltás, a túlzott engedékenység következményei. Miért fontos a kornak megfelelő játék a gyermek számára? Mit tanul a gyermek a játék során? Hogyan játsszunk gyermekünkkel, együtt játszás előnyei fontossága.
- Hogyan készíthető a gyermeknek – otthon rendelkezésre álló eszközökből – megfelelő játék, ami a család pénztárcáját kíméli, de a gyermek fejlődését elősegíti. Kornak megfelelő játékok bemutatása csecsemőkortól iskoláskorig.
- Baleset-megelőzés: az otthon előforduló leggyakoribb balesetek átbeszélése. Praktikum átadása: „Hogyan tegyük otthonunkat biztonságossá?”

- Alvászavarok: Mi a nyugodt alvás? Hogyan segíthetjük elő a nyugodt alvást? A szoba levegője, a világítás elrendezése. Altatási rítusok (szokások) kialakítása. Életkornak megfelelő alvásmennyiség. Mikor kell orvoshoz fordulni.

## **7. Mozgásfejlődés. Gondozási terv**

### *A témaválasztás oka*

A mozgás megfelelő fejlődése elengedhetetlen a gyermek kiegyensúlyozott fejlődéséhez. Egyre több gyermeknél vannak beszédfejlődési nehézségek.

A gyermekek sok időt töltenek babakocsiban vagy valamilyen hordozóban a családok életvitel-változása miatt. A korai felismerés fontossága.

### *A foglalkozás célja*

- A mozgás szempontjából fontos életszakaszok megbeszélése. A mozgás hatása a beszédközpontra. Nem megfelelő mozgásformák. A szülők megfelelő felkészítése elősegíti a korai felismerést. Mikor kell orvoshoz fordulni. Miért fontos a hason fektetés és a nagy mozgástér biztosítása a csecsemőnek. Nem ajánlott „mozgást segítő” eszközök, ezek hatása a gyermek fejlődésére.
- Gondozási terv, amelynek célja a szülők segítése a védőnői munkában való tájékozódásban. Miért fontos, mit szolgál a gondozási terv, hogyan segít a megfelelő családgondozásban.

## **8. „Anyá vagyok, és mégis nő”**

### *A témaválasztás oka*

A kerületben nagyon sok az elvált család. Egyre gyakoribb, hogy a gyermek születése után pár hónappal romlik meg a szülők kapcsolata, és az apa elhagyja a családját.

Sok családban a megélhetés miatt az apának sokat kell dolgoznia, sok apa dolgozik külföldön. Az anya így teljesen egyedül marad a gyermekkel, nincs segítség. Ha a szülők nem működnek párként a gyermek születése után, annak lehet oka a korán vállalt vagy nem várt gyermek.

### *A foglalkozás célja*

- Két tapasztalt, nyugdíj közelében lévő kolleganő tartja ezt a foglalkozást, ezzel is elősegítve a hitelességet. Tabuk nélkül beszélnek a női szerepekről, a nehézségekről és a problémákról, amelyek a párkapcsolat megromlásához vezethetnek a gyermek megszületése után (hogyan várjuk haza férjünket, kinézet, ruházat stb.).
- Anyós és meny kapcsolata. Viták és azok rendezése a családban. A probléma-megoldási minták fontossága a gyermek számára. A foglalkozás célja a résztvevőkkel megbeszélni, hogy mitől működik jól egy kapcsolat, milyen a jól működő párkapcsolat. Cél, hogy a szülők képessé váljanak a párkapcsolat

romlására utaló jeleket felismerni, és hogy tudjanak családként jól működni. A beszélgetések során kiderül, hogy többen ugyanazzal a problémával néznek szembe. Kialakulnak olyan kapcsolatok, amelyek révén a segítséggel nem rendelkező családok egymást megismerve tudnak egymásnak segíteni (gyermekfelügyelet stb.).

### **A jó gyakorlat eredményei, hatásai**

- Vannak olyan családok, akik állandó látogatói a foglalkozásnak.
- 2009-től fokozatosan növekszik a résztvevők száma (jelenléti ív alapján).
- A kerületben működő Ady Endre Községi Házban megrendezett baba-mama klubra kéthetes rendszerességgel meghívják a védőnőket. Ezeken az alkalmakon szintén a mi klubunk tematikájának megfelelő témákat igyekszünk megalapozni.
- A 2011-ben és 2012-ben megrendezett Születés Hete ünnepségen nagy sikert aratott az „Anya vagyok, mégis nő” című foglalkozásunk.
- Három éve az ebben a formában működő klubunkat egyre több külső intézmény, szervezet keresi fel, meglátva benne a lehetőséget. A szervezeteket szűrjük, és ténylegesen az adott témának megfelelő foglalkozásra hívjuk meg azokat, akik a mi elveinkkel tudnak azonosulni.
- A kerületben az intézmények részéről is egyre több a pozitív visszajelzés kezdeményezésünkkel kapcsolatban (óvoda, pszichológusok, közösségi ház).
- A családok egyre nagyobb számban érdeklődnek az új időpont iránt.
- A szülők egyre többször keresik meg a kolleganőket a klubon elhangzottak pontosítása miatt.
- Az intézményvezetők elismerését jelezi, hogy ebben az évben új helyszínen rendezzük a klubokat, ahol jobban biztosítani lehet a családi és bensőséges környezetet, ami ahhoz kell, hogy a szülők feloldódjanak, megnyíljanak, és az információkat jobban elsajátítsák.

A klub hasznosságát abban látom, hogy olyan kolleganők vezetik, akik hitelesek a szülők számára. Nemcsak a foglalkozás megtartása a cél, hanem a meghirdetett téma befogadhatóvá tétele a szülők számára. Ezt segíti elő, hogy az említett játékok és a tea mindig időben elő van készítve. A családok egy megszokott nyugodt környezetbe érkeznek, amely biztonságot ad nekik. Érzik, hogy a szakemberek számára problémáik tényleg fontosak. Biztonságban érzik magukat, így csökken a szorongás és könnyebben kialakítható az interaktív foglalkozás.

Gyermekfelügyelet megoldásával azon szülők is bevonhatók, akiknek nincs segítségük. Nem érzik kirekesztve magukat. Nyugodtan tudnak figyelni azáltal, hogy megfelelő felügyelet mellett közelükben van a gyermekük.

## **A jó gyakorlat ellenőrzési lehetőségei**

A klub eredményességét a jelenléti ívekkel részben lehet mérni. Hatékonysághoz fontos a jó időpont megválasztása. Értékelő kérdőívek készíthetők, amelyeket a foglalkozás elején és végén is kiosztunk. Ebből lemérhető, hogy mit várnak a családok és a foglalkozás mennyire tett eleget ennek az elvárásnak.

Egyre több a tudatos szülő megjelenése a tanácsadásokon. A kolleganők visszajelzései szerint többen lesznek felelős szülők, akik jobban figyelnek gyermekükre. Nagyobb százalékban jelennek meg státuszvizsgálatokon.

Az óvodák visszajelzései alapján könnyebb a beszoktatási időszak, kevesebb a feszült szülő. Közvetlenebb a kapcsolat a gondozókkal. Több a kiegyensúlyozott és jól kezelhető gyermek a csoportokban.

## **A jó gyakorlat tárgyi és emberierőforrás-szükséglete**

### **Tárgyi feltételek**

- Megfelelő nagyságú és megvilágítású helyiség, amely alkalmas a résztvevők befogadására.
- Az egyes korosztályoknak megfelelő játékok, amelyek a gyermekek elfoglalását segítik (mi ezt saját, otthonról hozott, valamint a szülők által felajánlott játékokkal oldjuk meg).
- Matracok a kisebb gyermekeknek, székek.
- Másolási lehetőség (az új anyagokat a foglalkozás végén kiadjuk a szülőknek (pl. házi gyurma elkészítése, otthon készíthető játékok, baleset-megelőzés szabályai stb.)
- Tea, cukor, üveg pohár (a szülőket minden alkalommal egy kis teával szoktuk megvendégsélni).
- Kivetítő, vászon, laptop, projektor.

### *Emberierőforrás-feltételek*

- Felkészült szakemberek, akik szívesen adják át tudásukat másoknak, és nem feszélyezi őket a sok ember.
- A témáknak megfelelő területen működő intézmények szakembereinek bevonása.
- Civil szervezetek bevonása.

## **A jó gyakorlat átadhatósága**

Ilyen tematikájú klubok a mai családi szerkezetnek megfelelően szerintem kisebb átalakítással minden térségben hatékonyak, a helyi viszonyoknak megfelelő kardinális probléma beemelésével. Az átadhatóságot segíti, hogy a védőnők nagy része a képzés során megkapja mindazt a tudást, amely a klubok minőségi vezetéséhez szükséges. A védőnői szakmai protokollok pedig segítik az egységes tudás átadását. Megfelelő idő elteltével országosan egységes gondolkodás és szülői magatartás alakul ki a fent említett témákban. A klub beindítása, megtartása során nem igényel jelentősebb plusz anyagi ráfordítást. Bármely munkáltató egy helyiség biztosításával már lehetőséget tud adni a foglalkozások megtartására. Egy adott területen dolgozó védőnő ismerve a helyi adottságokat, sajátosságokat, így ezt az általunk kidolgozott tematikát követve meg tudja tartani a foglalkozásokat.

A helyi intézmények, civil szervezetek bevonása segíti a jobb együttműködést a szervezetek között. A családoknál hamarabb elérhető pozitív változás az összehangolt szemléletet és információt megtapasztalva.

## **Összegzés**

A bemutatott jó gyakorlat előnye és újszerűsége a már működő klubokkal szemben, hogy egy általánosan és helyileg jelentkező problémákra alakítottuk ki. Az alapokkal kezdünk, mivel ezek megadásával lehet elérni, hogy a szülők tényleges felelősséggel vállaljanak gyermekeket. Az interaktív foglalkozások segítik, hogy a szülők az adott témát sajátjuknak tekintsék, és ez által a tudatos szülői magatartás terjedjen. A klub szervezése költséghatékony, mivel kevés eszközt igényel. A védőnői szakmai előképzettség, valamint a szakmai protokollok, iránymutatások megalapozzák a megfelelő elméleti háttérrel.

A családok igénylik az ilyen klubokat, mivel egyre több anyuka marad egyedül a gyermeknevelés során. Ezen foglalkozáson nem csak tudást, de jó társaságot és barátokat is találhatnak, ezért közösségépítők is az ilyen klubok.

## **A szerző adatai, elérhetősége**

Név: Havasiné Ádámszki Emília védőnő

Munkahely: Humán Szolgáltatások Igazgatósága, Védőnői Szolgálat

Cím: 1211 Budapest, Kossuth Lajos u 99

E-mail cím: vedonok@csepelesz.hu

Telefonszám: +36-30/370-2900

**Felhasznált szakirodalom**

1. *NFFT Műhelytanulmányok Demográfiai jövőkép*, (szerk.: Spéder Zsolt) Budapest, 2011. május (KSH Népeségtudományi Kutató Intézet).
2. *2011/7. szám Egészségügyi Közlöny* (2011. március 29.) A lázas gyermek ellátásáról (13011–1317. oldal).
3. *2010/104. szám Hivatalos Értesítő* (2010. december 29.) Az egészséges csecsemő (0–12 hónap) táplálásáról. Készítette: Védőnő Szakmai Kollégium.
4. *Szakmai irányelvek: Ajánlás a glutén csecsemők étrendjébe történő bevezetésének idejéről és módjáról.*  
<http://www.hgye.hu/wp-content/uploads/Ajanlas-a-gluten-bevezet%C3%A9s%C3%A9re-a-csecsem%C5%91k-%C3%A9trendj%C3%A9be.pdf>
5. *Egészségügyi közlöny*, 18. szám 1 és 3 éves kor közötti kisgyermekek táplálásáról, 2011. szeptember 16.



## VÉDŐNŐI SZOLGÁLAT

1211 Budapest Kossuth L. u 99. Tel: 278-2986

### HUMÁN SZOLGÁLTATÁSOK IGAZGATÓSÁGA

#### Kedves Szülők!

Mindenki egészséges és „jól nevelt” gyermeket szeretne, az, hogy ez így legyen rajtunk szülőkön múlik. Minél nagyobb siker érdekében javasoljuk, cseréljük ki gondolatainkat a „**Családi Klub**” keretében

A találkozásokat minden hónap **negyedik keddjén**

**11<sup>00</sup>-14<sup>00</sup>-ig** tartjuk a Védőnői Szolgálat tanácsadójában

Cím: XXI. Kossuth L. 99. Tel.: 278-2986

#### Témák:

##### **1. Egészség vagy betegség**

A foglalkozást vezeti: Havasiné Á. Emília

##### **Mikor forduljunk orvoshoz?**

**Védőoltási standard** (Ungi Anikó)

##### **2. Közösségbe való beszoktatás**

A foglalkozást vezeti: Nagy Erzsébet védőnő

*Vendég: Bölcsőde és óvoda vezető*

##### **3. A táplálkozásról**

Mit, mivel, mikor, miből és hogyan

A foglalkozást vezeti: Tóth Lászlóné védőnő

##### **4. Nyár veszélyei, bőrápolás napvédelem**

A foglalkozást vezeti: vendég előadó

##### **Szobatisztaságra nevelés**

##### **5. Jó gyerek, rossz gyerek**

**A játék szerepe a gyermeknevelésben**

A foglalkozást vezeti: Bruzsa Szílvia védőnő

**Baleset-megelőzés** (Bodnár Istvánné védőnő)

**Alvászavarok** (Boda Brigitta védőnő)

##### **6. Mozgásfejlődés**

A foglalkozást vezeti: Földes Ildikó

##### **7. Szűrővizsgálatok, gondozási tervek**

A foglalkozást vezeti: Palotai Zoltánné



**8. „Anyá vagyok, és mégis nő”**

A foglalkozást vezeti: Mikus Tiborné védőnő

Várkonyi Ildikó védőnő

**Nővédelem és fogamzásgátlás**

**Mindenkit szeretettel várunk!**



**HUMÁN SZOLGÁLTATÁSOK IGAZGATÓSÁGA**  
**VÉDŐNŐI SZOLGÁLAT**

**1211 Budapest, Kossuth Lajos u 99. Tel: 278-2986**

---

**Kedves Szülők!**

Mindenki egészséges és „jól nevelt” gyermeket szeretne, hogy ez így legyen rajtunk szülőkön múlik.

Minél nagyobb siker érdekében javasoljuk, cseréljük ki gondolatainkat a **„Családi Klub”** keretében

A találkozásokat minden hónap **negyedik keddjén**

**11<sup>00</sup>-14<sup>00</sup>-ig** tartjuk a Védőnői Szolgálat tanácsadójában

Cím: 1211 Budapest, Görgey A. tér 6. II. emelet Tel.: 278-2986

2012. 09. 25. **Jó gyerek, rossz gyerek**  
**Játék szerepe a gyermeknevelésben**  
A foglalkozást vezeti: Bruzsa Szilvia védőnő  
**Baleset megelőzés**  
A foglalkozást vezeti: Balogh Tímea védőnő
2012. 10. 30. **Zöldalma Egyesület: Nyitogató program bemutatása**  
**Mozgásfejlődés**  
A foglalkozást vezeti: Földes Ildikó  
**Szűrővizsgálatok, gondozási tervek**  
A foglalkozást vezeti: Palotai Zoltánné
2012. 11. 27. **„Anyá vagyok, és mégis nő”**  
A foglalkozást vezeti: Mikus Tiborné és Várkonyi Ildikó védőnő  
**Nővédelem és fogamzásgátlás**
2013. 01. 22. **Egészség vagy betegség**  
A foglalkozást vezeti: Havasiné Á. Emília  
**Mikor forduljunk orvoshoz?**  
**Védőoltási standard**  
A foglalkozást vezeti: Ungi Anikó
2013. 02. 26. **A táplálkozásról: mit, mivel, mikor, miből és hogyan?**  
A foglalkozást vezeti: Tóth Lászlóné védőnő
2013. 03. 26. **Közösségbe való beszoktatás**

2013. 04. 23 A foglalkozást vezeti: Nagy Erzsébet védőnő  
**Jó gyerek, rossz gyerek**  
**Játék szerepe a gyermeknevelésben**
2013. 05. 28 A foglalkozást vezeti: Bruzsa Szilvia védőnő  
**Baleset megelőzés**
2013. 06. 25 A foglalkozást vezeti: Balogh Tímea védőnő  
**Alvászavarok**  
**A nyár veszélyei, bőrápolás napvédelem**  
A foglalkozást vezeti: vendég előadó  
**Szobatisztaságra nevelés**

**Mindenkit szeretettel várunk!**

## Humánszolgáltatások Igazgatósága



### VÉDŐNŐI SZOLGÁLAT

1211 Budapest Kossuth L. u. 99. (278-2986)

### CSALÁDI KLUB

2013.

Téma:

### **JELLENLÉTI ÍV**

**Név**

**Cím**

1.	_____	_____
2.	_____	_____
3.	_____	_____
4.	_____	_____
5.	_____	_____
6.	_____	_____
7.	_____	_____
8.	_____	_____
9.	_____	_____
10.	_____	_____
11.	_____	_____

**Hozzájáruló Nyilatkozat****Fénykép készítéséhez**

Alulírott.....(anyja neve:.....,

lakcíme:.....) tudomásul veszem, hogy a HSZI Védőnői Szolgálat által tartott Családi Klubon résztvevőkről fényképfelvételek készülnek.

Személyemről és gyermekemről ezen alkalmakkal készült képek készítéséhez és a védőnői facebookon való megjelenéséhez.

hozzájárulok

nem járulok hozzá.

Budapest,.....

.....

név

Előttünk mint tanuk előtt:

1. Név:

Lakcím:

Aláírás

2. Név:

Lakcím:

Aláírás

