



# Egészséges iskolák, egészséges diákok

Tananyag trénerek számára



## TARTALOM

Kérdőívek értékelése .....2. oldal

### **EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS:**

Gondolatok és ajánlások az Egészségtudatos iskola program témakörében.....9. oldal

Az egészségfejlesztő gondolkodás .....11. oldal

A teljes körű egészségfejlesztés iskolai programja  
(*Kiemelés a Helyi Pedagógiai Program ajánlásaiból*) .....12. oldal

Az elsősegély-nyújtási alapismeretek elsajátításával kapcsolatos terv .....15. oldal

Túlsúly, elhízás .....20. oldal

Miért fontos a reggeli?.....24. oldal

### **BIZTONSÁG:**

Iskolai biztonság, vagy a biztonság iskolája ..... 27. oldal

Az ILS alapítvány a biztonságos iskoláért Document Transcript.....30. oldal

Öngondoskodásra nevelés .....34. oldal

A gyermek és ifjúságvédelmi felelős munkája .....37. oldal

Térfigyelő kamerák az iskolában (Adatkezelési szabályzat) .....40. oldal

Tudnivalók a kerékpáros közlekedés tanításáról .....52. oldal

A játszótéri eszközök biztonságáról .....59. oldal

### **ELSŐSEGÉLY:**

Az elsősegély-nyújtás elméleti és gyakorlati ismeretei .....67. oldal

Elsősegélynyújtás -videoanyag hatter .....90. oldal

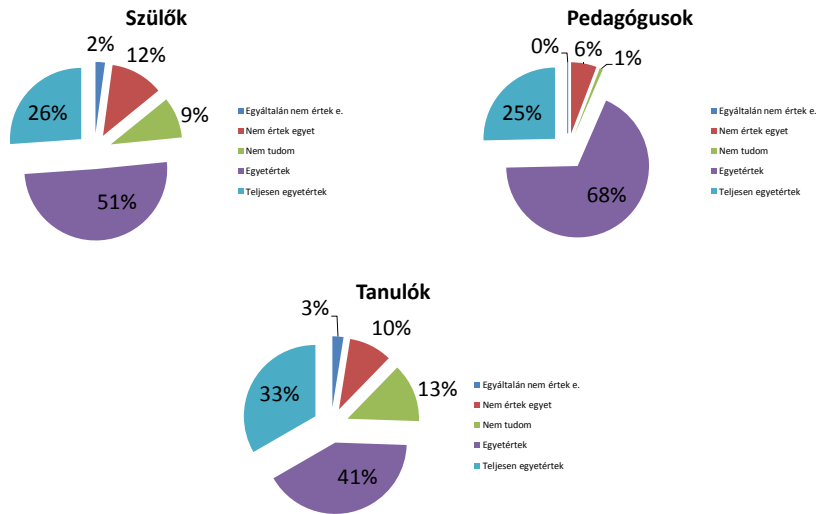


# „Egészséges Iskolák, Egészséges Diákok”

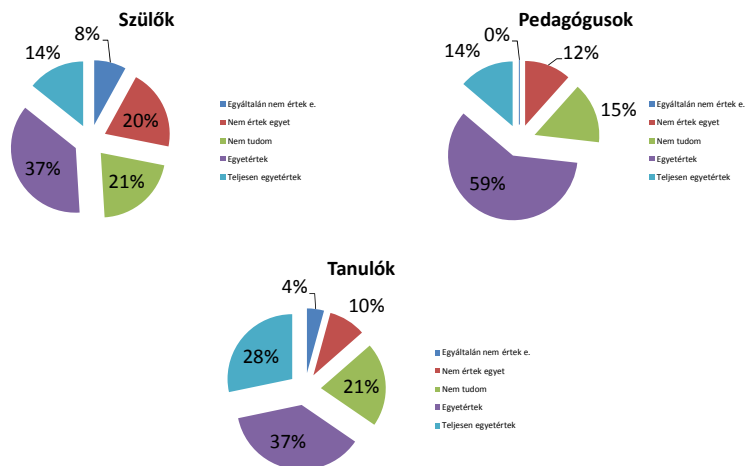
## Kérdőívek értékelése



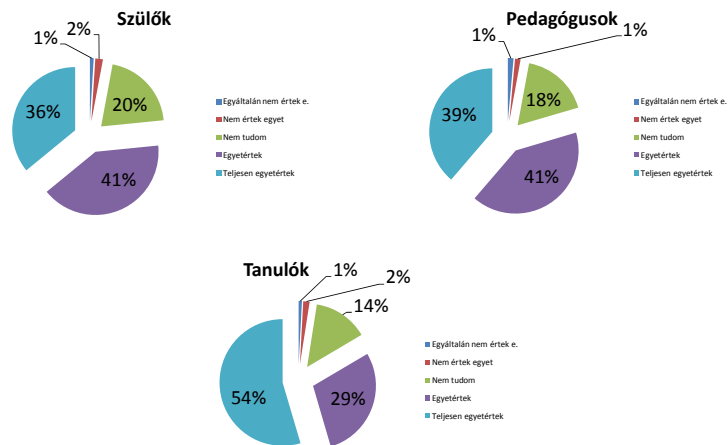
## Szerintem az iskolák figyelmet fordítanak a tisztaságra



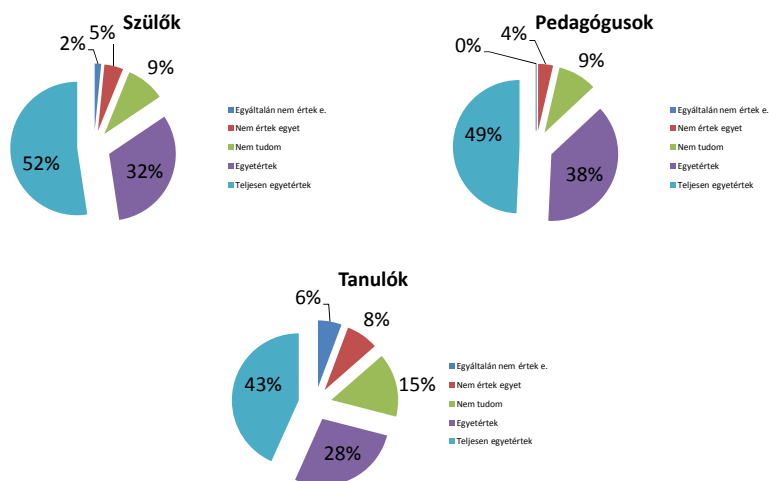
## Szerintem az iskolák figyelmet fordítanak a közlekedés biztonságára tanítás előtt és után



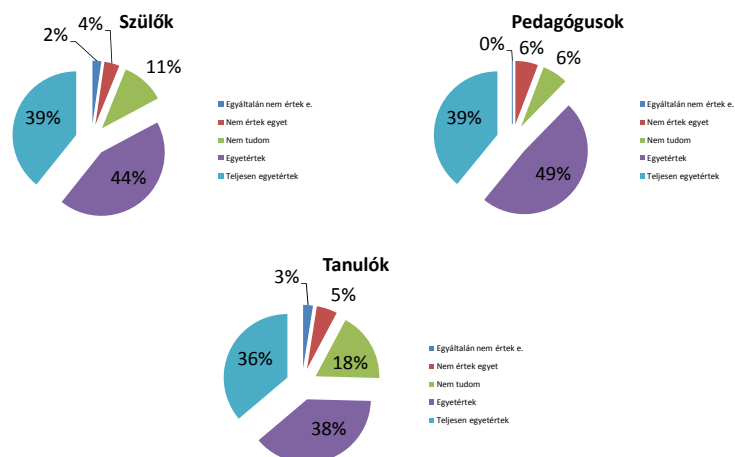
## Szerintem a tűzriasztó működik és hasznos az iskolákban



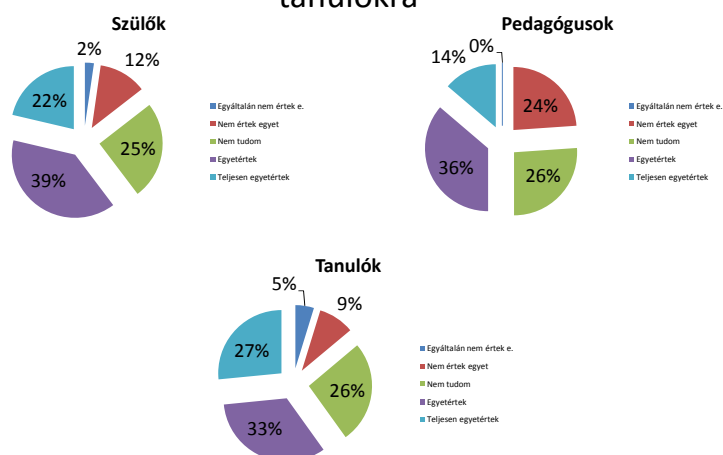
## Szerintem szükség van biztonsági kamerákra az iskolákban



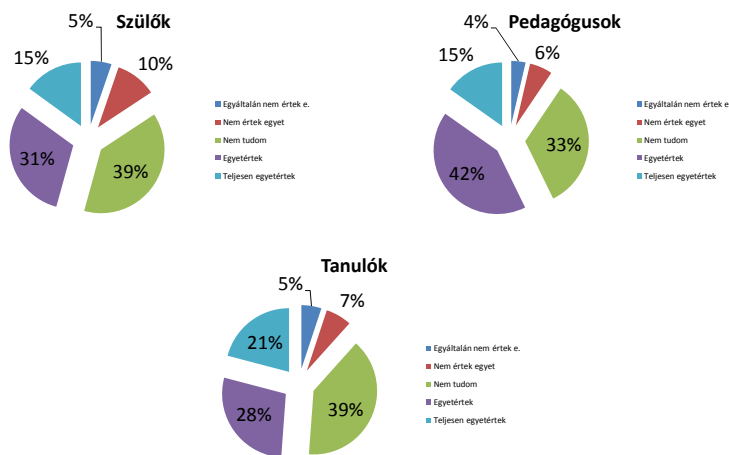
## Szerintem az ügyeletes tanulók és pedagógusok hasznosak az iskolák biztonságához



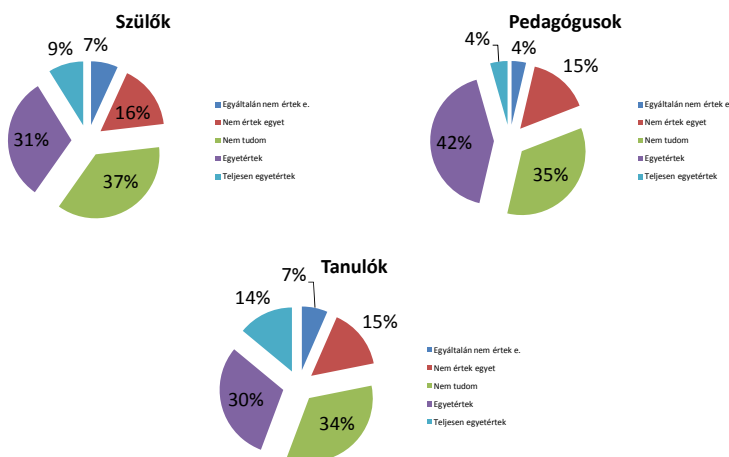
## Szerintem az iskolai menzák és éttermek higiénikusak és nem jelentenek veszélyforrást a tanulókra



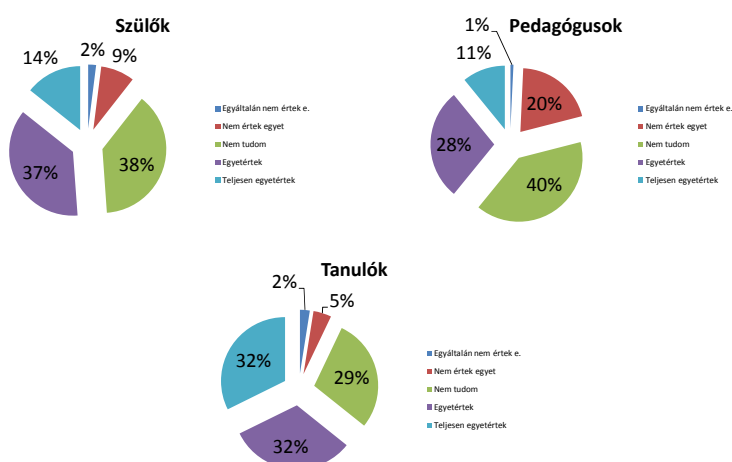
## Szerintem az iskolabuszok biztonságosak a tanulók számára



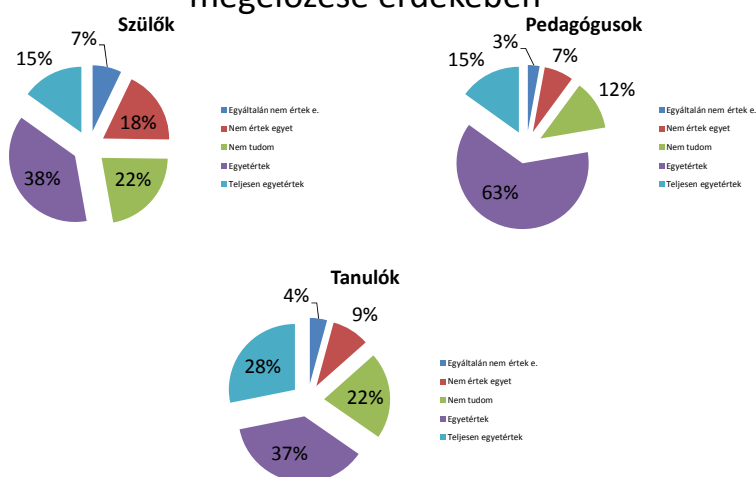
## Szerintem az iskolai játszótérek biztonságosak



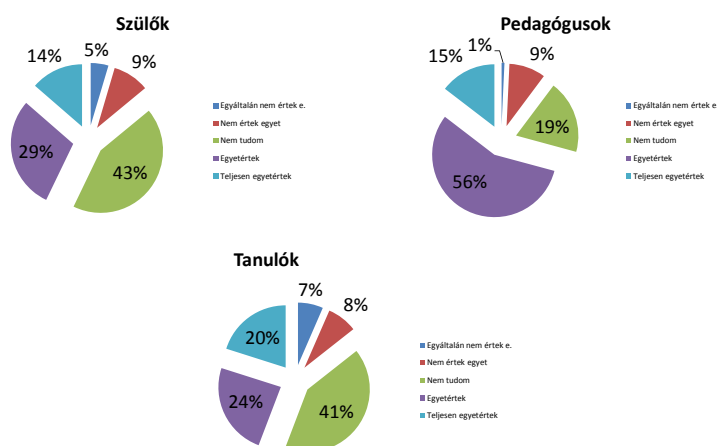
## Szerintem az iskolai személyzet rendelkezik a szükséges elsősegély ismeretekkel



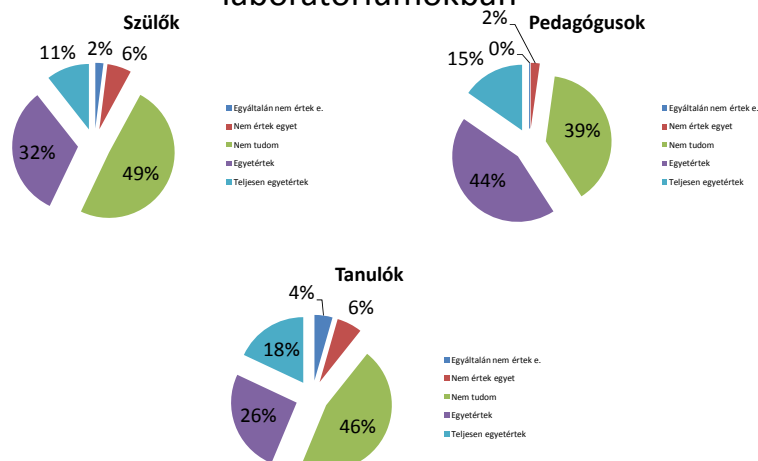
## Szerintem az iskola megteszi a szükséges intézkedéseket a tanulókkal szembeni erőszak megelőzése érdekében



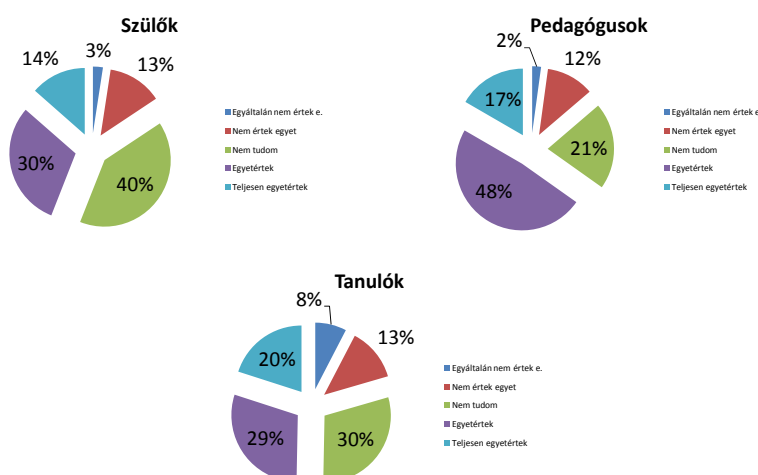
## Szerintem az iskola figyelmet fordít azokra a tanulókra, akik erőszaknak vannak kitéve otthon



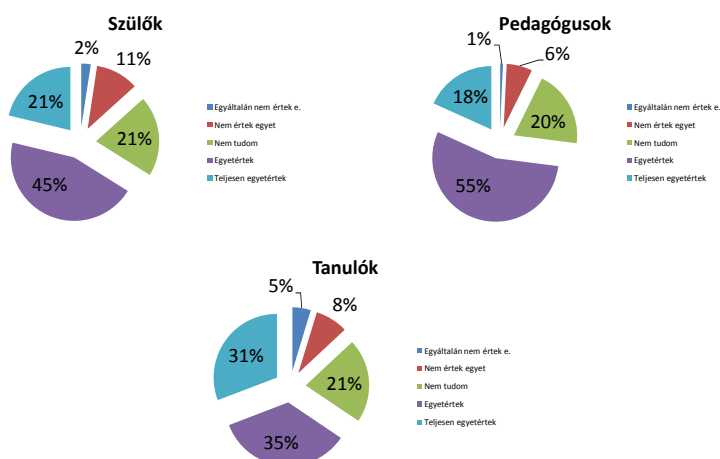
## Szerintem az iskola megteszi a szükséges biztonsági óvintézkedéseket az iskolai laboratóriumokban



## Szerintem az iskolák tájékoztatást nyújtanak a túlsúlyról és elhízásról az iskolában

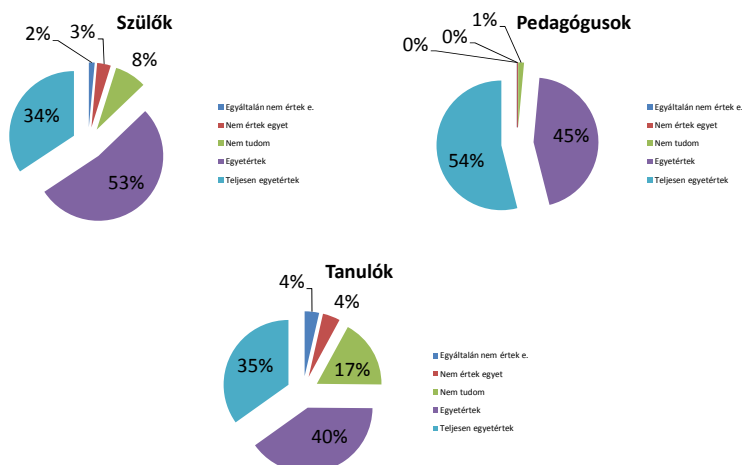


## Szerintem az iskolák felhívják a tanulók és szülők figyelmét a reggeli fontosságára

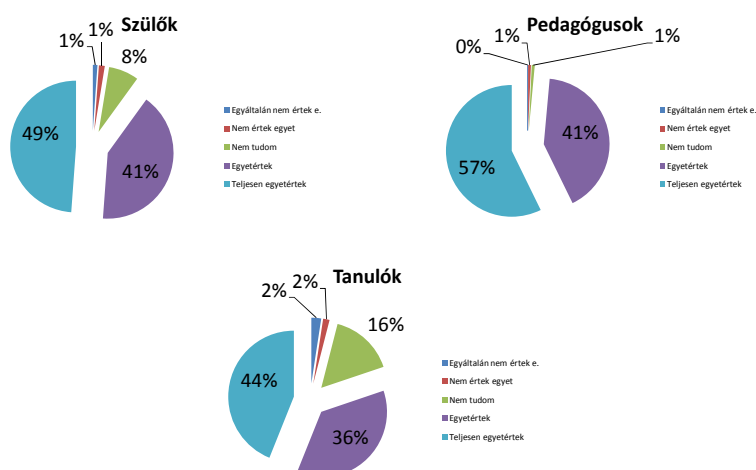




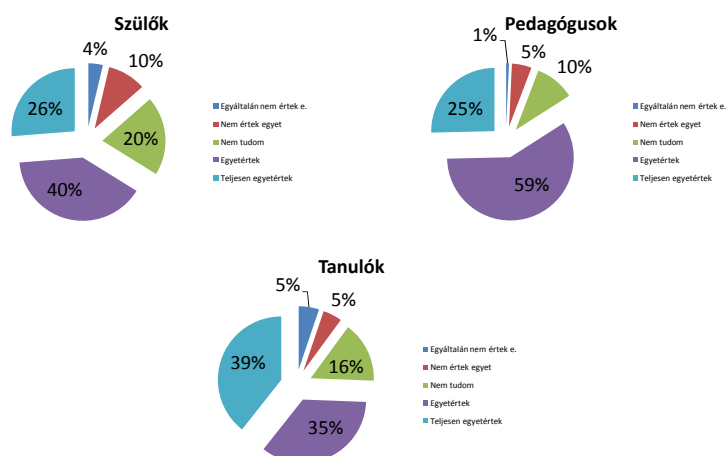
## Szerintem fel kell hívni a tanulók és szülők figyelmét az egészséges étkezési szokásokra



## Szerintem oda kell figyelni, hogy a tanulóknban fejlesszék az öngondoskodás képességét



## Szerintem az iskolák megfelelő felvilágosítást adnak a rossz szokásokról



### I. GONDOLATOK ÉS AJÁNLÁSOK AZ EGÉSZSÉGTUDATOS ISKOLA PROGRAM TÉMAKÖRÉBEN

Az iskolai egészségnevelés feladatai nem oldhatók meg az iskolavezetés, a tanárok és az egész iskolai személyzet megfelelő hozzáállásának biztosítása nélkül. Mindehhez szükség van a pedagógusok megfelelő felkészítésére, az egészségtudatosság iránti elkötelezettségük megalapozására is. Szükség lesz a curriculum megfelelő kiegészítésére is, valamint a téma interdiszciplináris jellegének tudatosítására is. Azzal is érdemes mielőbb szembenézni, hogy kizárólag az iskola és saját személyzete nem képes megbirkózni önmagában az e téren ráháruló feladatokkal; külső szakemberek közreműködésére is szükség lesz.

*„A bölcs ember tudatában van annak, hogy legértékesebb kincse az egészség.”*

Hippokratész

Tudományos felmérések és iskola-egészségügyi vizsgálatok sora magyarázza évtizedek óta, hogy baj van a felnövekvő generációk egészségével. Ennek egyik oka az, hogy a **gyerekek körében is terjednek az egészséget is megkárosító szokások** (a dohányzás, az alkohol- és drogfogyasztás megannyi problémájával együtt), a másik, hogy az **életmód-változásokkal együtt járó jelenségek – a mozgásszegénység, a nem megfelelő minőségű és mennyiségű étkezés** stb. – ugyancsak ebbe az irányban hatnak. Mivel pedig a családok maguk is belekerültek az említett jelenségek csapdájába, és úgy tűnik, magukban többé nem képesek a negatív tendenciák visszafordítására, az aggodalmaskodók e problémák megoldásában is az iskolától, az intézményes nevelés szereplőitől várják a legtöbb segítséget. Annál is inkább, mert időközben az is kiderült: az **egészség** több, mint amit korábban hittek róla; *nem csupán a betegség-nélküliség* állapotát jelzi, hanem **hiányának és meglétének következményei egyaránt kihatnak az élet más területeire is...**

Az iskolára nagy feladat és felelősség hárul a felnövekvő nemzedékek egészséges életmódra nevelésében, minden tevékenységével szolgálnia kell a tanulók egészséges testi, lelki és szociális fejlődését. Személyi és tárgyi környezetével segítse azoknak a pozitív beállítódásoknak, magatartásoknak és szokásoknak a kialakulását, amelyek a gyerekek, a fiatalok egészséges életvitellel kapcsolatos szemléletét és magatartását fejlesztik.

Az egészségünket meg kell védenünk, edzeni kell, de ehhez megfelelő ismeretekre kell szert tennünk nemcsak nekünk felnőtteknek, hanem a felnövekvő generációnak is. Egészségvédő magatartást kell kialakítanunk és az **egészségtudatot szükséges megerősítenünk.**

A káros szenvedélyeket le kell küzdeni, a szabadidőt helyesen kell eltölteni és a civilizációs ártalmakat a lehető legkisebb mértékre kell szorítani. Fontos, hogy alakítsa ki a társadalom és az oktatási és nevelési intézmény a kívánatos egészségügyi kultúrát, az egészségvédő magatartásformákat, mindezt azért, hogy a fent említettek ne igényeljenek figyelmet, erőfeszítést, hanem szokássá váljanak és az egészségtudatunk kialakítása, erősítése érdekében hasson. **Az egészséges iskolák célja, hogy az "egészség" mint életvezetési érték a tanórán belül és azon kívüli szabadidős programok középpontjában álljon.**

- A Nemzeti Alaptanterv alapján is feladatunk, hogy megtanítsuk, hogy az **alapvető értékünk az élet és az egészség.** Ezek megóvására magatartási alternatívákat szükséges ajánlani, tanítani kell a megfelelő egészségvédő magatartást, gyakorlással, segítséssel, példamutatással. Az egészség megvédésére, megedzésére, visszaszerzésére vonatkozó közérthető, de tudományos ismeretek átadása, az egészségvédő lehetőségek sokoldalú bemutatása mind-mind célunk. Motiválja, ösztönözze a tanulókat az egészségvédő



magatartás szabályainak megtartására, közös véleményformálással, támogató tanácsadással is!

Ezen a területen sok munkára van még szükség. Az Egészséges Nemzetért Népegészségügyi Program öt nemzeti célja közül az első: El kell érni, hogy a **lakosság meghatározó többsége számára az egészség legyen a legfőbb emberi érték, és legyen a lakosság kész arra, hogy mindent megtegyen annak megőrzéséért.**

Magyarországon már a 18. század végén több olyan könyv született - főként külföldi példák nyomán -, amelyek a gyerekneveléssel, csecsemőápolással, az egészség fogalmával foglalkoztak. Ez a korszak az orvostudomány és a pedagógia nagy százada volt. E művek szóltak a potenciális olvasóként kinevelődött réteghez, amelynek tagjai - iskoláztatásuknak és megváltozott életkörülményeiknek köszönhetően - gondot fordítottak saját maguk és gyermekeik egészségére, a minőségi életfeltételek megteremtésére. Nekünk is feladatunk, hogy ezt a munkát folytassuk és a felnövekvő nemzedék javára fordítsuk. Egészségünkhöz nemcsak jogunk van, hanem nemzetünk, családjaink és embertársaink érdekében kötelességünk, amennyire módunkban áll megtartani és ápolni. Az élet minden vonatkozásában azon kell lennünk, hogy embertársaink hasznára, ne pedig terhére legyünk.

Már 1777-ben a *Ratio Educationis*-ban „A tanulóifjúság egészségének gondozása” című fejezetben foglalkoztak a tanulók egészséges életmódra nevelésének kérdéseivel. Ez a tény azt jelzi, hogy a felvilágosodás időszakában a korszak oktatáspolitikusai már felismerték, milyen nagy szükség van az egészséges életmód ismertetésére, művelésére.

Az első önálló magyar egészségtan tankönyv 1794-ben jelent meg Kis József jóvoltából. (*Egészséget tárgyazó katechismus a' köznépek és az Oskolába járó Gyermekeknek számára, Hogy tudhassák Egészségjüket betsülni és örizni.*) Az iskolában a gyermekeknek az egészséges életmóddal kapcsolatos kérdésekről éppúgy hallaniuk kell, mint bármely tudományról.

Az *Egészségügyi Világszervezet* (WHO) megfogalmazása szerint az egészségfejlesztő iskola folyamatosan fejleszti környezetét, ami elősegíti azt, hogy az iskola az élet, a tanulás és a munka egészséges színtere legyen.

Az egészséges iskolák célja, hogy az "egészség" mint életvezetési érték a tanórán belül és azon kívüli szabadidős programok középpontjában álljon.

Foglalkoznunk kell a gyermekek testi egészségével, nevelésével a szomatikus egészség kialakulása érdekében, illetve segítenünk kell azoknak a szokásoknak, cselekvési formáknak a megtanulását, gyakorlását, amelyek a lelki jóllét fenntartását szolgálják. Nem elhanyagolható a szoci higiéniés magatartás kialakítása sem, mely a társas kapcsolatok kialakítását segítik, ami pedig a lelki egészség megőrzését segít elő. Egy gyermek saját magát akkor tudja értéként kezelni, elfogadni, ha megfelelő önismerettel, önbizalommal rendelkezik. Mindehhez szükséges a személyiségfejlesztés.



## II. AZ EGÉSZSÉGFEJLESZTŐ GONDOLKODÁS TÚLLÉP AZ EGÉSZSÉGÜGYI ELLÁTÁS KERETEIN: AZ EGÉSZSÉGET HELYEZI ELŐTÉRBE, ÉS AZ ÉLET VALAMENNYI TERÜLETÉN FELELŐSSÉGE TELJES TUDATÁBAN FIGYELEMBE VESZI,

hogy az egyes döntéseknek, tevékenységi formáknak milyen következményei vannak az egészségre nézve.

Az egyes országok érintett szakemberein, szakmai szervezetein kívül az Egészségügyi Világszervezetet (WHO) is hosszú ideje foglalkoztatja az iskolások egészségügyi problémáival való küzdelem megannyi feladata. Egy 1999-es genfi iskolakutatás pedig közvetlen kapcsolatot mutatott ki az **iskolák hatékony egészségnevelési programjai és az iskolai agresszió szintje között**, mégpedig oly módon, hogy minél sikeresebbnek bizonyult egy iskola a gyerekek életminőségének javításában, a tanulók annál kevésbé voltak agresszívek. (Ebben a programban egyébként a svájci szakemberek egyszersmind az **iskolai mediáció sikereit is megtapasztalták.**)

*A WHO meghatározása szerint:*

Az egészségfejlesztés az a folyamat, amely képessé teszi az embereket arra, hogy saját egészségüket felügyeljék és javítsák. Az egészségfejlesztés átfogó társadalmi és politikai folyamat, mely nemcsak az egyének képességeinek és jártasságának erősítésére irányuló cselekvéseket foglal magában, hanem olyan tevékenységeket is, amelyek a társadalmi, környezeti és gazdasági feltételek megváltoztatására irányulnak azért, hogy a köz és az egyén egészségére gyakorolt hatásuk kedvező legyen. Az egészségfejlesztés az a folyamat, amely képessé teszi az embereket az egészséget meghatározó tényezők felügyeletére és ezáltal egészségük javítására. A részvétel nélkülözhetetlen az egészségfejlesztő tevékenység fenntartásához.

Az egészségfejlesztés fő feladata egy általánosan érvényes egészségfejlesztő politika kifejlesztése, egészségfejlesztő környezet megteremtése, az egészségfejlesztő közösségi tevékenység, az egyéni képességek fejlesztése, és szemléletválttatás az egészségügyi szolgáltatásokban.

Az egészségnevelés olyan, változatos kommunikációs formákat használó, tudatosan létrehozott tanulási lehetőségek összessége, amely az egészséggel kapcsolatos ismereteket, tudást és életkézségeket bővíti az egyén és a környezetében élők egészségének előmozdítása érdekében.  
**A korszerű egészségnevelés egészség és cselekvésorientált tevékenység.**

A jogszabályi előírásokon kívül a szakmai közvélemény, valamint a média is egyre inkább elvárja, hogy az iskola vállaljon főszerepet a diákok egészségtudatosságának kialakításában. Különösen azért, mert az iskoláskorú gyermekek személyiségfejlődése, az értékek elsajátítása szempontjából olyan fejlődési periódusban vannak, amikor még érdemi hatást lehet gyakorolni a későbbi életideálok, preferenciák, például az egészséges étellel kapcsolatos kompetenciák kialakítására. A tárgyi ismeretek átadása mellett ez az iskola másik alaptevékenysége, a nevelés.

Az értékek ereje és a magatartásban is megnyilvánuló hatása attól függ, hogy az egyén domináns értékrendjében milyen más értékek szerepelnek, és ezek erősítik, vagy gyengítik egymást. Az egészség általában előkelő helyet foglal el az értékek rangsorában. Egészségesen élni azonban nem egyenlő azzal, hogy az egészséget, mint értéket, önmagában elfogadjuk. Egy tizenéves vonatkozásában (például egy kortárs csoport befolyásoló hatására) a dohányzás, a drog-, vagy az alkoholfogyasztás előtérbe kerülhet, miközben elméletileg az egészség, mint érték, a fiatal gondolkodásában jelen van, de a domináns befolyás hatására a rangsorban mégis hátrébb kerül.



### III. A TELJES KÖRŰ EGÉSZFEJLESZTÉS ISKOLAI PROGRAMJA

#### *(Kiemelés a Helyi Pedagógiai Program ajánlásaiból)*

Az iskola pedagógiai programja meghatározza az iskola nevelési programját, ennek keretén belül a teljes körű egészségfejlesztéssel összefüggő feladatokat.

#### **Elméleti alapvetés**

A teljes körű egészségfejlesztési programot a nevelési program szerves részét képező környezeti és egészségfejlesztési programmal összhangban, a Nat és a tantárgyi kerettantervek egyes kapcsolódó tartalmi alapján kell elkészíteni, figyelembe véve, hogy annak megvalósítása népegészségügyi, pedagógiai és összetársadalmi cél is.

#### **Az egészségfejlesztési program tartalmi elemeire vonatkozó jogszabályi rendelkezések**

**128. §** (1) A teljes körű egészségfejlesztés célja, hogy a nevelési-oktatási intézményben eltöltött időben minden gyermek részesüljön a teljes testi-lelki jóllétét, egészségét, egészségi állapotát hatékonyan fejlesztő, a nevelési-oktatási intézmény mindennapjaiban rendszerszerűen működő egészségfejlesztő tevékenységekben.

(2) A nevelési-oktatási intézmény által működtetett teljes körű egészségfejlesztés olyan folyamat, amelynek eredményeképpen a pedagógusok a nevelési-oktatási intézményben végzett tevékenységet, a helyi pedagógiai programot és szervezeti működést, a gyermek, a tanuló és a szülő részvételét a nevelési-oktatási intézmény életében úgy befolyásolják, hogy az a gyermek, a tanuló egészségi állapotának kedvező irányú változását idézze elő.

(3) A nevelési-oktatási intézmény mindennapos működésében kiemelt figyelmet kell fordítani a gyermek, a tanuló egészséghez, biztonságához való jogai alapján a teljes körű egészségfejlesztéssel összefüggő feladatokra, amelyek különösen

a) az egészséges táplálkozás,

b) a mindennapos testnevelés, testmozgás,

c) a testi és lelki egészség fejlesztése, a viselkedési függőségek, a szenvedélybetegségekhez vezető szerek fogyasztásának megelőzése,

d) a bántalmazás és iskolai erőszak megelőzése,

e) a baleset-megelőzés és elsősegélynyújtás,

f) a személyi higiéné

területére terjednek ki.

(4) A nevelési-oktatási intézményekben folyó teljes körű egészségfejlesztés figyelembe veszi a gyermekek, tanulók biológiai, társadalmi, életkori sajátosságait, beilleszthető a nevelési-oktatási intézményben megvalósuló átfogó prevenció programokba.



(5) A nevelési-oktatási intézmény teljes körű egészségfejlesztéssel kapcsolatos feladatait koordinált, nyomon követhető és mérhető, értékelhető módon kell megtervezni a helyi pedagógiai program részét képező egészségfejlesztési program keretében.

(6) A helyi egészségfejlesztési programot a nevelőtestület az iskola-egészségügyi szolgálat közreműködésével készíti el.

(7) A nevelési-oktatási intézmény saját pedagógus-munkakörben foglalkoztatott alkalmazottján kívül csak olyan, a nevelési-oktatási intézménnyel jogviszonyban nem álló szakember vagy szervezet programjait, alkalmazásában álló munkatársát vonhatja be tanórai vagy gyermek, tanuló részére szervezett egyéb foglalkozás vagy egyéb egészségfejlesztési és prevenciók tevékenység megszervezésébe, aki vagy amely rendelkezik minőségbiztosított egészségfejlesztési, prevenciók programmal és az egészségpolitikáért felelős miniszter által kijelölt intézmény szakmai ajánlásával.

(8) A nevelési-oktatási intézmény vezetője az egészségfejlesztési és prevenciók programok kiválasztásánál beszerzi

a) az intézményben dolgozó iskolapszichológus,

b) az iskola-egészségügyi szolgálat, továbbá

c) amennyiben működik, a helyi vagy megyei Kábítószerügyi Egyeztető Fórum véleményét.

(9) A nevelési-oktatási intézményekben megvalósuló teljes körű egészségfejlesztés minőségbiztosítási keretrendszerét az egészségfejlesztésért felelős országos intézet dolgozza ki.

(10) Az alapfokú művészeti iskolában az (1)–(9) bekezdés rendelkezéseit nem kell alkalmazni.

**129. §** (1) Az egészséges életmódra vonatkozó támogató intézményi munkarendben és házirendben előírt szabályok betartása az intézményben mindenki számára kötelező.

(2) A nevelési-oktatási intézmény közreműködik a gyermekek, tanulók veszélyeztetettségének megelőzésében és megszüntetésében, ennek során tevékenyen együttműködik a gyermekjóléti szolgálattal, valamint a gyermekvédelmi rendszerhez kapcsolódó feladatot ellátó más személyekkel, intézményekkel és hatóságokkal.

(3) Ha a nevelési-oktatási intézmény a gyermeket, tanulót veszélyeztető okokat pedagógiai eszközökkel nem tudja megszüntetni, vagy a gyermekközösség, a tanulóközösség védelme érdekében indokolt, megkeresi a gyermek- és ifjúságvédelmi szolgálatot vagy más, az ifjúságvédelem, területen működő szervezetet, hatóságot, amely javaslatot tesz további intézkedésekre.

(4) A nevelési-oktatási intézményben, valamint a nevelési-oktatási intézményen kívül a gyermekek, tanulók részére szervezett rendezvényeken a népegészségügyi termékadóról szóló



2011. évi CIII. törvény hatálya alá tartozó, továbbá alkohol- és dohánytermék nem árusítható. A nevelési-oktatási intézményben, valamint a nevelési-oktatási intézményen kívül a gyermekek, tanulók részére szervezett rendezvényeken alkohol- és dohánytermék nem fogyasztható.

(5) Az óvoda, az iskola, a kollégium SZMSZ-ében kell meghatározni azokat a védő, óvó előírásokat, amelyeket a gyermekeknek, tanulóknak az óvodában, az iskolában, a kollégiumban való tartózkodás során meg kell tartaniuk.



## IV. AZ ELSŐSEGÉLY-NYÚJTÁSI ALAPISMERETEK ELSAJÁTÍTÁSÁVAL KAPCSOLATOS ISKOLAI TERV

Az iskola pedagógiai programja meghatározza az iskola nevelési programját, ennek keretén belül az elsősegélynyújtási alapismeretek elsajátításával kapcsolatos iskolai tervet.

### **Elméleti alapvetés**

Az elsősegélynyújtási ismeretek szerves részét képezik a Nat kompetenciaterületi tudásanyagának, ahogyan ez az eddigiekben oktatott tantárgyi tartalmak közül az osztályfőnöki, egészségtan, biológia tematikához is köthető, így onnan is átemelhetőek a konkrétumok.

Lényeges, hogy ez a témaanyag az iskolai éves munkatervvel koegzisztens módon kerüljön kidolgozásra, pontosabban a munkaterv kövesse a pedagógiai programot.

### **SZERKESZTHETŐ PÉLDAANYAG**

*Az elsősegély azonnali segítségnyújtás vagy beavatkozás, amelyet a sérült kap valamely sérülésére vagy hirtelen egészségkárosodása miatt, a mentők, orvos vagy más személy megérkezése előtt.*

*Az elsősegélynyújtás képessége tudáson, begyakorláson és tapasztalaton alapul.*

*Egy elsősegély tanfolyam nagyban növeli az önbizalmat és cselekvőképességet. Az ott kapott alapos felkészítés segít uralkodni az érzelmek, és sok nehéz helyzeten átsegít. Az iskolai balesetek számának utóbbi időben való növekedése, valamint a szakszerű ellátása a sérülteknek, megkívánja, hogy az iskolai oktatásban nagyobb hangsúlyt kapjon az elsősegélynyújtás. Lehetőség van egészségtan-, osztályfőnöki-, biológia-, órákon, szakkörökön az ismeretek elsajátítására.*

*Jó alkalmat teremtenek az iskolai egészségnapok nagyszámú tanulócsoport előtti szemléltető elsősegélynyújtó ismeretanyag bemutatására.*

*Minden osztály számára fontos, hogy az iskola megfelelő számú elsősegélynyújtó ládával rendelkezzen, melyet nemcsak a mindennapok, de a kirándulások, és egyéb rendezvények (pl. hulladékgyűjtés során) alkalmával is tudnak használni.*

1. Az elsősegélynyújtási alapismeretek elsajátításának célja, hogy a tanulók





- ismerjék meg az elsősegélynyújtás fogalmát;
- ismerjék meg az élettannal, anatómiával kapcsolatos legfontosabb alapfogalmakat;
- ismerjék fel a vészhelyzeteket;
- tudják a leggyakrabban előforduló sérülések élettani hátterét, várható következményeit;
- sajátítsák el a legalapvetőbb elsősegély-nyújtási módokat;
- ismerkedjenek meg a mentőszolgálat felépítésével és működésével;
- sajátítsák el, mikor és hogyan kell mentőt hívni.

2. Az elsősegély-nyújtási alapismeretek elsajátításával kapcsolatos kiemelt feladatok:

- a tanulók korszerű ismeretekkel és az azok gyakorlásához szükséges készségekkel és jártasságokkal rendelkezzenek elsősegély-nyújtási alapismeretek területén;
- a tanulóknak bemutatjuk és gyakoroltatjuk velük elsősegélynyújtás alapismereteit;
- a tanulók az életkoruknak megfelelő szinten - tanórai és a tanórán kívüli (egyéb) foglalkozások keretében – foglalkoznak az elsősegélynyújtással kapcsolatos legfontosabb alapismeretekkel.

3. Az elsősegély-nyújtási alapismeretek elsajátításával kapcsolatos feladatok megvalósításának elősegítése érdekében:

- az iskola kapcsolatot épít ki az Országos Mentőszolgálattal, Magyar Ifjúsági Vöröskereszttel és az Ifjúsági Elsősegélynyújtók Országos Egyesületével;
- tanulóink bekapcsolódnak az elsősegély-nyújtással kapcsolatos iskolán kívüli vetélkedőkbe;
- támogatjuk a pedagógusok elsősegély-nyújtási ismeretekkel foglalkozó továbbképzésekre való jelentkezését.

4. Az elsősegély-nyújtási alapismeretek elsajátítását elsősorban a következő tevékenységformák szolgálják:

- a helyi tantervben szereplő tantárgyak tananyagaihoz kapcsolódó alábbi ismeretek:

<b>TANTÁRGY</b>	<b>ELSŐSEGÉLY-NYÚJTÁSI ALAPISMERETEK</b>
<i>Biológia</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rovarcsípések</li> <li>- légúti akadály</li> <li>- artériás és ütőeres vérzés</li> <li>- komplex újraélesztés</li> </ul>
<i>Kémia</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- mérgezések</li> <li>- vegyszer okozta sérülések</li> <li>- savmarás</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- égési sérülések</li> <li>- forrázás</li> <li>- szénmonoxid mérgezés</li> </ul>
<i>Fizika</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- égési sérülések</li> <li>- forrázás</li> </ul>
<i>testnevelés</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- magasból esés</li> </ul>

- az ötödik – nyolcadik évfolyamon az osztályfőnöki órák tanóráin feldolgozott elsősegélynyújtási ismeretek: teendők közlekedési baleset esetén, segítségnyújtás balesetknél; a mentőszolgálat felépítése és működése; a mentők hívásának helyes módja; valamint az iskolai egészségügyi szolgálat (iskolaorvos, védőnő) segítségének igénybe vétele az ötödik – nyolcadik évfolyamon egy-egy osztályfőnöki óra megtartásában az elsősegélynyújtási alapismeretekkel kapcsolatosan.

5. Az egészségnevelést szolgáló egyéb (tanórán kívüli) foglalkozások:

- szakkörök (Ifjúsági Vöröskereszt, elsősegélynyújtó);
- minden évben egy alkalommal elsősegélynyújtási bemutatót szervezünk a tanulóknak az Országos Mentőszolgálat, a Magyar Ifjúsági Vöröskereszt vagy az Ifjúsági Elsősegélynyújtók Országos Egyesületének bevonásával;
- évente egy egészségvédelemmel, helyes táplálkozással, elsősegélynyújtással foglalkozó projektnap (téma nap) szervezése az alsó és a felső tagozatos tanulók számára.



## Közétkeztetéssel összefüggő dokumentumok/jogszabályok

(2012. december 3-i állapot)

### KÖZÉTKEZTETÉS

- Az országos tisztifőorvos ajánlása A rendszeres étkezést biztosító, szervezett ételmezési ellátásra vonatkozó táplálkozás-egészségügyi ajánlás közétkeztetők számára (továbbiakban: Ajánlás)
- [https://www.antsz.hu/data/cms26880/szervezett\\_elelmezési\\_ellatasra\\_vonatkozó\\_taplalkozas\\_egeszsegugyi\\_ajanlas\\_kozetkeztetoknek\\_20110805.pdf](https://www.antsz.hu/data/cms26880/szervezett_elelmezési_ellatasra_vonatkozó_taplalkozas_egeszsegugyi_ajanlas_kozetkeztetoknek_20110805.pdf)
- Az országos tisztifőorvos 1/2011. utasítása a közétkeztetésben alkalmazandó táplálkozás-egészségügyi ellenőrzési szempontokról
- (Egészségügyi Közlöny 2011./17. szám, 2011. szeptember 6.)
- <http://www.kozlonyok.hu/kozlonyok/Kozlonyok/6/PDF/2011/17.pdf>
- [http://www.oeti.hu/download/1222-1\\_mell\\_normativ\\_utasitas.pdf](http://www.oeti.hu/download/1222-1_mell_normativ_utasitas.pdf)
- 1997. évi CLIV. törvény az egészségügyről (50. § (3) bek.)
- 1991. évi XI. törvény az egészségügyi hatósági és igazgatási tevékenységről (4. § (5) bek. b) pont ba), bb), bc) alpont és 4. § (5) bek. d) pont, da), db) alpont)
- 1997. évi XXXI. törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról (41. § 1) bek. és 151. § (2) bek.)
- 2011. évi CXC. törvény a nemzeti köznevelésről (46. § (3) bek b) pont)
- 15/1998. (IV. 30.) NM rendelet a személyes gondoskodást nyújtó gyermekjóléti, gyermekvédelmi intézmények, valamint személyek szakmai feladatairól és működésük feltételeiről (bölcsődei étkeztetés: 40. § (1) bek. b) pont; étkeztetés és az erre fordított költség összege otthont nyújtó ellátás keretében: 76. § (1) – (2) bek.)
- 1/2000. (I. 7.) SZCSM rendelet a személyes gondoskodást nyújtó szociális intézmények szakmai feladatairól és működésük feltételeiről (étkeztetés: 20-24. és 45. §-ok)
- 210/2009. (IX. 29.) Korm. rendelet a kereskedelmi tevékenységek végzésének feltételeiről (a népegészségügyi szakigazgatási hatóság táplálkozás-egészségügyi és dietetikai szempontból történő ellenőrzésre kijelölt a működés megkezdésének bejelentését követően: 6. § (3) bek. és 7. § (4) bek. a) pont)
- 321/2009. (XII. 29.) Korm. rendelet a szociális szolgáltatók és intézmények működésének engedélyezéséről és ellenőrzéséről (12. § (1) bek.)



- 259/2002. (XII. 18.) Korm. rendelet a gyermekjóléti és gyermekvédelmi szolgáltató tevékenység engedélyezéséről, valamint a gyermekjóléti és gyermekvédelmi vállalkozói engedélyről (14/A. § (1) bek.)
- 52/2010. (IV. 30.) FVM rendelet a kistermelői élelmiszer-termelés, -előállítás és -értékesítés feltételeiről

### **ISKOLABÜFÉ, ÉLELMISZERT ÁRUSÍTÓ AUTOMATA**

- 20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet a nevelési-oktatási intézmények működéséről és a köznevelési intézmények névhasználatáról (129. § (4) bek., 130. § (2)-(5) bek.)
- 2011. évi CIII. törvény a népegészségügyi termékadóról
- Országos Élelmiszerbiztonsági és Táplálkozástudományi Intézet: Ajánlás az iskolai büfék korszerű táplálkozásba illeszkedő választékának kialakításához - 2005. (Egészségügyi Közlöny 2005/13. szám, 2005. augusztus 2.)
- [http://www.oeti.hu/download/ajanlas\\_az\\_iskolai\\_bufek\\_korszeru\\_taplalkozasba\\_illeszkedo\\_valasztekanak\\_kialakitasahoz.pdf](http://www.oeti.hu/download/ajanlas_az_iskolai_bufek_korszeru_taplalkozasba_illeszkedo_valasztekanak_kialakitasahoz.pdf)
- <http://www.eum.hu/ajanlas-iskolai-bufek>

### **ISKOLATEJ**

- 1234/2007/EK tanácsi rendelet (2007. október 22. ) a mezőgazdasági piacok közös szervezésének létrehozásáról, valamint egyes mezőgazdasági termékekre vonatkozó egyedi rendelkezésekről (az egységes közös piacszervezésről szóló rendelet) - 102. cikk
- Módosításai: többszörösen módosított
- Egységes szerkezetbe foglalt változat: CONSLEG:2007R1234:20121003:HU:PDF
- 657/2008/EK bizottsági rendelet (2008. július 10.) az oktatási intézmények tanulóinak tejjel és egyes tejtermékekkel való ellátására irányuló közösségi támogatás tekintetében az 1234/2007/EK tanácsi rendelet alkalmazásával kapcsolatos részletes szabályok megállapításáról
- Módosításai: többszörösen módosított
- Módosítással egységes szerkezetbe foglalt változat: CONSLEG:2008R0657:20111011:HU:PDF
- 1026/2004. (III. 31.) Korm. határozat az iskolatej program újraindításáról
- 116/2011. (XII. 14.) VM rendelet a 2012. évi óvoda-, iskolatej program szabályozásáról

### **ISKOLAGYÜMÖLCS**



- 1234/2007/EK tanácsi rendelet (2007. október 22. ) a mezőgazdasági piacok közös szervezésének létrehozásáról, valamint egyes mezőgazdasági termékekre vonatkozó egyedi rendelkezésekről (az egységes közös piacszervezésről szóló rendelet) - 103 ga. cikk
- Módosításai: többszörösen módosított
- Egységes szerkezetbe foglalt változat: CONSLEG:2007R1234:20121003:HU:PDF
- 2009/288/EK bizottsági rendelet (2009. április 7.) az oktatási intézményekben tanuló gyermekeknek az iskolagyümölcs-program keretében gyümölcs-, zöldség-, feldolgozott gyümölcs- és feldolgozott zöldség-, valamint banántermékekkel való ellátásához nyújtott közösségi támogatás tekintetében az 1234/2007/EK tanácsi rendelet alkalmazásával kapcsolatos részletes szabályok megállapításáról
- Eltérés, Módosítás után
- Egységes szerkezetbe foglalt változat: CONSLEG:2009R0288:20110801:HU:PDF
- 2009/986/EU bizottsági határozat (2009. december 18.) az iskolagyümölcs-programmal kapcsolatos technikai tanácsadással foglalkozó szakértői csoport felállításáról
- 50/2012. (V. 25.) VM rendelet az iskolagyümölcs-program végrehajtásáról

### **JELÖLÉSI RENDELET**

- 1169/2011/EU európai parlamenti és tanácsi rendelet (2011. október 25.) a fogyasztók élelmiszerekkel kapcsolatos tájékoztatásáról, az 1924/2006/EK és az 1925/2006/EK európai parlamenti és tanácsi rendelet módosításáról és a 87/250/EGK bizottsági irányelv, a 90/496/EGK tanácsi irányelv, az 1999/10/EK bizottsági irányelv, a 2000/13/EK európai parlamenti és tanácsi irányelv, a 2002/67/EK és a 2008/5/EK bizottsági irányelv és a 608/2004/EK bizottsági rendelet hatályon kívül helyezéséről

### **Túlsúly, elhízás**

<http://www.webbeteg.hu/cikkek/elhizas/97/elhizas-az-anyak-felelossege-is>

A téma cikkei

7/1 Az anyák felelőssége

7/2 Az elhízáshoz vezető okok

7/3 Miért kell kezelni az elhízást?

7/4 Elhízás - Mikor forduljunk orvoshoz?

7/5 Életmódváltással a túlsúly ellen



7/6 Az elhízás kezelési lehetőségei

7/7 Élet elhízottan

### Mi a testtömeg index?

A testtömeg index, röviden TTI vagy BMI a kor és a nem által meghatározott orvosi érték, amely jó útmutató az egészség állapotáról. Természetesen bizonyos értékek nem betegségek!

Mégis jó útmutató az egészséges táplálkozás kialakításához!

Az oldalon található kalkulátor segít, hogy megnézhess, mire lehet szükség.


A megfelelő táplálkozás helyreállításával sokat tehetünk a testünk egészségéért.

Ezért az eredmények részénél javasolt oldallal is találkozhatasz, amelyek segítenek helyrehozni a kívánt állapotokat.

Sokan akkor fogyókúráznak, amikor erre semmi szükségük. Néhány kiló nem okoz gondot, de ezt könnyű túlbecsülni.

### KALKULÁTOR

<b>TestTömegIndex</b>	.	
<b>Adataid</b>	minden mezőt tölts ki!	
Testsúly:	<input type="text"/>	Kg
Magasság:	<input type="text"/>	
Nem:	<input type="text"/>	
Életkor:	<input type="text"/>	méter (pl: 1,76)
	<input type="text"/>	
Testtömeg index kalkulátor		



- Mire biztassuk a hízásra hajlamos gyermekeket?
  - Mindennapos testedzésre és/vagy egyéb fizikai tevékenységre – a fizikai munka az izomzat fejlesztésén túl levezeti a stresszt és a felesleges kalóriákat.
  - Rendszeres, kényelmes, közös étkezésekre – a reggelik kihagyása nem könnyíti, hanem



nehezíti a hízás elleni küzdelmet, és könnyebb szemmel tartani a gyermek étkezési szokásait, ha az asztal mellett együtt van a család.

- Mértékletességre az adagok megválasztásában és a nassolásban
  - – addig egyen a gyermek, amíg jól nem lakik, de ne addig, amíg a szeme kívánja az ételt.

### **Miről beszéljük le a hízásra hajlamos gyermekekkel?**

- Az édesített üdítőitalok rendszeres fogyasztásáról – vitaminforrásnak jobb a friss zöldség, gyümölcs, folyadékpótlásra jobb a csapvíz vagy az ásványvíz.
- A rendszeres gyorséttermi étkezésről – legfeljebb heti egy gyorséttermi látogatást engedélyezzünk, még akkor is, ha hétköznapokon az otthoni ebéd nem megoldható.
- Arról, hogy hosszú órákon át a képernyő előtt üljön – minél változatosabb napirendet állítsunk össze a számára, a szabadidejéből legfeljebb napi 2 órát töltsön a tévé vagy a számítógép előtt.

Életmódváltással a túlsúly ellen

Szerző: WEBBeteg - Dr. Zsuga Judit, klinikai farmakológus Az egészséges testtömeg eléréséhez általában változtatni kell a táplálkozáson, fokozni kell a mozgást és gyakran életvezetési változtatásra is szükség van.

Azok az étkezési szokások, amelyek hozzájárulhatnak a fogyáshoz, elsősorban az összkalória-bevitel csökkentését célozzák meg. Az egyik módja a kalóriabevitel mérséklésének, ha több növényi eredetű táplálékot, gyümölcsöt, zöldséget és teljes kiőrlésű gabonát fogyaszt, amelyek térfogatuknál fogva jóllakatnak, de tápanyagtartalmuk kisebb és rosszabbul is szívódnak fel. Ugyanakkor a növények több rostot tartalmaznak, ami serkenti a bélmozgást anélkül, hogy komolyabb hasmenést okozna. Törekedjen arra, hogy változatosan étkezzon, anélkül, hogy ételei ízetlenné, illetve egészségtelenné válnának! A kalóriabevitel csökkentése könnyebben megy, ha korlátozza a finomított szénhidrátok (cukor, édességek), illetve a telített zsírok fogyasztását. Cikkünk a hirdetés után folytatódik Ellenőrizze magát! Testsúly kalkulátor Az Ön energiaszükséglete Kérje meg orvosát, hogy segítsen Önnek meghatározni egy optimális fogyási programot! Lehet, hogy orvosa dietetikus bevonását fogja javasolni. A hirtelen elkezdett és radikális diétát nem ajánlják, mert a táplálékbevitel drasztikus megszorítása alultápláltságához, például vitaminhiányhoz vezethet, különösen, ha a táplálék minősége, összetétele sem megfelelő. A nagyon alacsony kalóriatartalmú folyadék diétát csak nagyon nagy mértékben elhízott betegeknek javasolják, nekik is átmenetileg. Ezek során kb. 800 kalóriát visznek be naponta, míg egy egészséges felnőtt napi kb. 2000-2500 kalóriát vesz fel. Fokozott fizikai aktivitás A napi 250



kalóriával (kb. 14 g zsír energiatartalma) csökkentett étrend kb. fél kg fogyást eredményezhet hetente. De ha ehhez 30 perc tempós sétát is hozzáadunk hetente négy alkalommal, akkor a fogyás sebessége megduplázódhat. A mozgás célja, hogy ezzel kalóriát égessünk el és alapanyagcserénk ne csökkenjen a kalóriamegszorítás ellenére, bár a mozgásnak emellett még számos más jótékony hatása is van. Az elégetett kalória attól függ, hogy milyen gyakran, milyen hosszan és mennyire intenzíven mozgunk. Az egyik legjobb módja a zsírszövet csökkentésének a folyamatos aerob (légszomjhoz nem vezető) mozgás, pl. 30 perc gyaloglás hetente legalább négyszer. A rendszeres aerob edzésen túl bármilyen többletmozgás segít a kalóriák égetésében. Az életmóddal összefüggő tevékenységek könnyebben beilleszthetők a napi rutinba. Gondolja ki, hogyan tudná növelni fizikai aktivitását a nap során! Például menjen gyalog fel és le a lépcsőn ahelyett, hogy lifttel közlekedne, vagy parkoljon a parkoló túlsó végén! Abban az esetben, ha Ön el van hívva, különösen, ha edzetlen és egészségügyi problémái is vannak, beszéljen orvosával, mielőtt belefog egy edzésprogramba. Életmódváltás WEBBeteg diéták, és tanácsok az egészséges élethez Diétázni szeretne, de nem tudja, hogyan fogjon hozzá? Akkor a WEBBeteg diétás tanácsai segíteni fognak Önnek! A fogyáshoz, illetve a fogyás által elért testtömeg megtartásához általában szükség van bizonyos változásokra az életmódban. Életmódváltoztatáson többen értünk, mint módosítani az étkezéseken, illetve egy kicsivel többen mozogni a nap során. Egy pszichológus, terapeuta, vagy más képzett szakember által vezetett viselkedésmódosító program segíthet Önnek ezeket a változásokat megvalósítani. A viselkedésmódosító programok során megvizsgálják jelenlegi szokásait, feltárják, milyen tényezők, illetve szituációk vezettek oda, hogy Ön túlsúlyos. Ha tisztában van azzal, mely szokásai hiúsítják meg fogyási szándékát, akkor elkezdhet gondolkodni új, egészségesebb életmód kialakításán.

Részletek: <http://www.webbeteg.hu/cikkek/elhizas/602/életmodvaltással-a-tulsuly-ellen>





## MIÉRT FONTOS A REGGELI?



Reggelizz úgy, mint egy király! - tartja a mondás, és a táplálkozástudósok valóban egyetértenek abban, hogy a reggeli a nap fontos étkezése, melynek elhagyása számos felmérés szerint igen elterjedt rossz szokás Európában és Amerikában is. Felmérések szerint az emberek 6%-a reggel nem eszik.

A rendszeres egészséges táplálkozásból nem hiányozhat egy tápláló **reggeli**, mely a délelőtti fizikai és szellemi tevékenységekhez szükséges energia biztosításával fokozza a teljesítményt. Mire vége az éjszakai alvásnak, testünk már elhasználta az elraktározott glükózt, így a reggeli dolga, hogy agyunkat üzemanyaggal lássa el.

Számos tanulmány bebizonyította, hogy a reggeli elhagyása a napi **energiabevitel** csökkenéséhez vezet, mert így lényegesen kevesebb **fehérje**, telített zsírsav, **vitamin** és **ásványi anyag** jut be a szervezetbe, mint azoknál, akik rendszeresen reggeliznek.

### A FOGYÓKÚRA MELLETT IS FONTOS A REGGELI!

Hiba kihagyni a reggelit azért, mert fogyókúrázunk. Tanulmányok bizonyították, hogy azok, akik nem reggeliznek, később túlsúlyosak lesznek, mert a nap folyamán többet nassolnak vagy esznek. A reggeli beindítja az anyagcserét, de nemcsak reggel, hanem egész nap gyorsítja azt, ebből tehát az következik, hogy annak is, aki fogyókúrázik, kötelező reggeliznie!

### REGGELIZZ, MINT EGY KIRÁLY!

Nem mindegy azonban, hogy mit reggelizünk. Reggelizz, mint egy király! - a legújabb kutatások szerint ez nem annyira a mennyiségre, hanem inkább a minőségre jellemző. A reggeli döntő fontosságú lehet abban, hogy hogyan indítod a napod, és ezáltal a nap többi részében hogyan táplálkozol.

Ha szénhidrát-tartalmú reggelivel indítod a napodat (pl. fehér lisztből készült pékáruk, péksütemények, kekszek, stb.), hirtelen megemelkedik vércukorszinted, ami csak arra jó, hogy 10 óra körül már rád törjön a farkaséhség, hiszen amilyen hirtelen a vércukorszint emelkedik, éppúgy csökken is, mégpedig az alá a pont alá, ahol nincs visszaút, enni kell, még hozzá sokat.



Ha reggeli nélkül indítod a napod, még mielőtt megemelkedhetne a vércukorszinted, hirtelen lezuhan, ennek eredménye pedig szintén a farkaséhség. Tízórára vagy ebédre sokkal többet eszünk, mintha reggeliztünk volna.

Ha ezek a vércukor-ingadozások már a nap elején jelen vannak, a nap többi részében is folytatódnak. Megemelkedik - lezuhan - megemelkedik - lezuhan a vércukorszint, melynek eredményeképpen nem tudjuk kontrollálni éhségünket.

### MILYEN A JÓ REGGELI?

A válasz egyszerű: egészséges, összetett **szénhidrátok**, sovány fehérjével. Pl. teljes kiőrlésű lisztből készült pékáru sovány sajttal, túróval, tejjel.

A napi étkezések közül a szakemberek a legfontosabbnak a gyakran elhanyagolt reggelit tartják. A nap megfelelő indulásához feltétlenül szükség van erre az étkezésre, ugyanis ébredés után a legalacsonyabb a vércukorszint. A cukorháztartás karbantartása- és az egészségünk érdekében nagyon fontos, hogy munkába-, iskolába indulás előtt együnk valamit.

(G.V.)

### Az alacsony glikémiás indexű ételek- egészséges reggeli:

- alacsony zsírtartalmú tej
- teljes kiőrlésű gabona
- gyümölcssaláta 2-3 friss gyümölcsből
- frissen facsart alma- vagy narancslé
- teljes kiőrlésű péksütemény
- 1 főtt tojás
- 1 kisebb szendvics, alacsony zsírtartalmú sajttal, zöld salátával és paradicsommal

Amerikai reggeli

Angol reggeli

Német reggeli  
(legegészségesebb)  
Alacsony GI – fokozatos  
glükózkiáramlás

Magas GI – gyors  
glükózkiáramlás

Közepes GI – lassabb  
glükózkiáramlás

- Sonka (1 szelet, 30 g)
- Sajt (40 g)

- Zabpehely (25 g)

- Tojásrántotta (60 g)

- 25 -



- Tej (félzsíros, 115 ml)
- Cukor (1 kanálnyi)
- 1 szelet amerikai palacsinta
- Lekvár
- Kenyér (1 szelet)
- Alacsony zsírtartalmú mogyorókrém
- Lekvár
- Alacsony kalóriatartalmú joghurt
- Rozskenyér
- Alacsony zsírtartalmú mogyorókrém

### **REGGELI ÉS A TÚLSÚLY**

Kutatók összefüggést találtak a kamaszkorúak és a felnőttek kihagyott reggelije, valamint a nagy testtömegindexük között.

Duli Viktória, a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) dietetikusa.

Zentai Andrea, az Országos Élelmezési- és Táplálkozástudományi Intézet (OÉTI) osztályvezetője.



## BIZTONSÁG

### ISKOLAI BIZTONSÁG, VAGY A BIZTONSÁG ISKOLÁJA

Gyermekeinkre úgy kell vigyáznunk, mint a szemünk fényére. Mindig, mindenhol, közös összefogással. Ez kiemelten fontos az oktatási intézményekben, ahol a gyermekek idejük igen jelentős részét töltik – állítja Georg Spöttle, az Őrmester Nyrt. biztonsági szakértője.



Őrizni valamit sokkal egyszerűbb feladat, mint védeni valakit. Ez a tény még nyilvánvalóbb, ha gyermekekről van szó, akik a legvédtelenebbek, legkiszolgáltatottabbak.

Mint arra Georg Spöttle felhívta a figyelmet, minden iskolában van **portás**, aki a tőle telhető legjobban igyekszik ellátni a ráruházott feladatot: **nyitja és zárja a kaput, kicsenget, esetleg felírja a későn jövőket**. A híreket hallgatva, amelyek nap mint nap számolnak be gyermekrablásról, gyermekek molesztálásáról, drogkereskedelemről, jogosan merül fel a kérdés, hogy ez **elégséges-e, vagy netán többre lenne szükség** az iskolákban?

Napjainkban gyakran történik „**gyermekrablás**”, amikor **mentálisan sérült személyek** próbálnak kisgyermeket elhurcolni az általános iskolákból, vagy az **elvált szülők** egyike kísérel meg elvinni a nem neki ítélt gyermeket. Az elmúlt időszakban történt, hogy bűnözők próbáltak **tinédzser lányokat egy furgonba** tuszkolni és elrabolni iskolájuk közelében. Ezeket a tényeket ismerve, még a laikus számára is világossá válik, hogy az **iskolai biztonsági őrök**, biztonsági emberek **szerepe** nagyobb teret kell, hogy kapjon.

Az Őrmester biztonsági szakértője szerint **külföldi mintákat** átvéve kellene az iskolákban szolgálatot teljesítő biztonsági embereket **speciális képzésen** felkészíteni.

Spöttle úgy véli, **több odafigyeléssel kell kezelni** az esetlegesen kialakuló konfliktusokat is, így például a problémás diákok cselekedeteit, az iskolai **erőszakot**, kisebbek **bántalmazását** vagy „**drogdealerek**” felbukkanása az iskolák előtt. **Pszichológiai** és gyakorlati képzésekkel lehetőség



nyílik rá, hogy **fogékonyá tegyük** a biztonsági őröket az ilyen problémák iránt. Az iskolákban biztonsági szolgálatot teljesítő személynek érzékenynek kell lennie akkor is, ha **kisírt szemű diákokat** lát, hiszen ez utalhat az intézményen belüli erőszakra, például hogy idősebb diákok a fiatalabb tanulókat bántalmazzák, esetenként ki is rabolják.

A **drogterjesztők** nagy része maga is éppen hogy csak kinőtte az iskoláskort, öltözködésével, megjelenésével igyekszik magát fiatalítani, hogy így beolvadjon az iskola előtti utcaképbe, viszont csak kicsöngetés előtt, és a **tanítás végével** jelenik meg a bejáratnál, hogy „**üzletet kössön**”. Ezért csak egy kellő gyakorlattal rendelkező, **képzett szakember szűri ki** a rossz szándékú „árust”. Ám erre is megvannak a módszerek, melyekkel hatékonyan felléphetünk az iskolák körüli drogkereskedelem ellen, de a módszerek elsajátítása komoly képzést, gyakorlatot igényel.

Szakemberek szerint érdemes átgondolni a **biztonsági kamerák alkalmazását** az iskolai **folyosókon és udvarokon**, hiszen ezek is dokumentálják a fellépő erőszakot, emellett komoly elrettentő szerepük is van. **Tapasztalatok** alapján elmondható, hogy ahol az intézmény falain belül kamerák működnek, ott a gyermekek közötti **erőszakos cselekedetek jelentősen csökkentek**. Így a szülők legalább abban biztosak lehetnek, hogy gyermekük az iskolában biztonságban van.

A formaruhás biztonsági személyzetet nagyobb tisztelet övezi a diákok részéről, ezt jól mutatják a felmérések, illetve a külföldi példák. Ám **nemcsak a megelőzés** és az „elrettentés” lenne a cél, hanem hogy a biztonsági feladatot ellátó egyén bizalmi személlyé váljon, akihez a diákok bátran fordulhatnak az őket érintő biztonsági problémákkal, mint közlekedés, drogok, erőszak, lopás, de akár iskolán kívül elszenvedett sérelmek is. Ehhez azonban **szükséges, hogy a védelmet biztosító fél megfelelően felkészült, és kellően empátikus legyen, valamint pszichológiai előképzettséggel is rendelkezzen**.

Georg Spöttle leszögezte: az iskolaőrség komoly, összetett feladat, amelyet nem lehet akárcikre rábízni, hiszen a gyermekek egészséges testi és lelki fejlődése múlhat rajta. Az Őrmester Nyrt. évek óta jelen van hazai oktatási intézményekben, a cég szakembereinek személyes tapasztalata szerint egészen más gondolkodásmódot, szakmai hozzáállást igényel ez a munkakör, mint egy biztonsági őr, hiszen annál sokkal komplexebb, több szakmai érzékenységet, empátiát és szakértelmet igényel.



Már az iskolákban alkalmazott felügyeleti lista is komoly védelmet kellene, hogy jelentsen a gyermekek számára, de a biztonságtechnikai eszközök (intelligens kamerarendszerek) is elengedhetetlen részét kell, hogy képezzék az intézmény védelmi rendszerének. A legfontosabb mégis, hogy az oktatási létesítményekben biztonsági feladatot ellátó személyek komolyan képzett szakemberek legyenek.

Egyáltalán **nem mindegy, hogy ki vigyáz gyermekeink testi és lelki egészségére**, épségére. Olyan felkészült szakemberekre van szükség, akik **képesek betartatni a szabályokat** (például, hogy ki viheti el a gyermeket), **tekintéllyel** rendelkeznek, és **tapasztalatukból** kifolyólag képesek felismerni a rossz szándékú egyéneket: kiszűrik a verekedő, kisebb tanulókat bántalmazó gyerekeket, szemmel tartják az iskola környékét is. Csak egy szakavatott szem képes észrevenni a magukat tanulónak álcázó drogdílereket az iskolák környékén, akik szintén komoly veszélyt jelentenek a felnövekvő generáció számára. Az iskolaőr munkaköre összetett, empátiát, érzékenységet, nagyon jó kommunikációt, és főleg odafigyelést igényel. Ezek elsajátítása előképzettséget, sok tanulást, és tapasztalatot igényel.

A **NATEA** konzorcium október közepén megindított **Onelife Programjának** célja, hogy a gyermekek és fiatalok megtanulják felismerni veszélyhelyzetet, a következményeket jól átgondolva helyesen döntsenek, ha pedig el kell utasítani a számára ártalmas dolgokat, akkor mindenképp mondják el valakinek, hogy mi történt. A **kampányban** a NATEA kiemelt szerepet szán a **drogprevenciónak**, ugyanakkor nem tekinti mellékesnek felhívni a figyelmet arra, **hogyan kerülhetik el a bűnözővé vagy áldozattá válást**. A kampány a középiskolákat veszi célba, ahol a felkészített foglalkozás vezetői (moderátorok) interaktív foglalkozásokat vezetnek. Emellett a konzorcium tanévenként egy-egy bűnmegelőzési nap lebonyolítását is tervezi, ahol a diákok bemutatókon megismerhetik a rendőrség mindennapi tevékenységét, és a rendőrségnél rendszeresített eszközöket.

Az oktatási program részletes kidolgozását a Belügyminisztérium Oktatási, Képzési és Tudományszervezési Főigazgatóság (BM OKTF) a konzorcium tagjaként végzi. A pedagógusi és a szülői ismeretterjesztésben kiemelt hangsúlyt kapnak a rendőrség bűnmegelőzési területén dolgozó szakemberek, akik más hasznos (vagyonvédelmi, baleset-megelőzési) tanácsokkal is szolgálhatnak.



A NATEA már 2012 januárban több koncepciót állított fel annak érdekében, hogy a különösen **veszélyeztetett korosztályhoz (12-20 évesek)** hogyan tud úgy hozzászólni, hogy abból ők ne a kioktatást vegyék észre, hanem a jó szándékú segítséget.

### **Az online zaklatás létező veszély**

Az **UNICEF szerint** a gyerekek **kétszer annyi időt** töltenek a net előtt, **mint azt szüleik hiszik**, akik nem tekintik komoly problémának az online zaklatást. A fiatalok jelentős többsége találkozott már tiltott tartalmakkal, kapott szexuális jellegű felhívást felnőttektől, adott ki magáról túl személyes információt és tart kapcsolatot vadidegen online „barátokkal”. Becslések szerint a gyermekbántalmazásról készült képfelvételek száma az interneten több millióra tehető, a felvételeken látható gyerekek száma pedig több tízezer. A **szülők sok esetben el vannak maradva a technológia terén** és nem tudnak segítséget, támpontot adni a gyerekeknek. Az **internet** határtalanságát **kihasználják a bűnözők**, hisz leginkább onnan tevékenykednek, ahol a törvénykezések kevésbé hatékonyak és erősek. Az UNICEF Innocenti kutatóközpontjának tanulmánya az online erőszak **3 különböző formáját** vizsgálta: **szexuális visszaélések, az ezt rögzítő felvételek, valamint a virtuális bántalmazás (cyberbullying)**.

### **AZ ILS ALAPÍTVÁNY A BIZTONSÁGOS ISKOLÁÉRT DOCUMENT TRANSCRIPT**

- 1. Az International Language School a Biztonságos IskoláértAz International Language School egy biztonságos iskola, amely egy nem túl biztonságos Európában, azon belül egy nagyon kérdőjelesen biztonságos Magyarországon működik. A biztonság egyrészt definiálható azokkal a keretekkel, amelyek között egy – egy iskolai akcióinak, tanárainak, és nem tanító stábjának működni kell, de ennél is fontosabb, hogy a biztonság az egy érzet, amely objektív mércével nehezen definiálható. Ebben az írásban azokat az elemeket részletezzük, amelyek megléte, és a Humanisztikus elemekbe ágyazottan is aktív működése hatásaként a hatékony és biztonságos működés szükséges és elégséges feltételei egyaránt teljesülnek. A korlátozott terjedelem miatt itt és most csak néhány olyan elemre koncentrálunk, amelyek leginkább adaptálhatók a Magyar Köznevelési Intézményeiben.
- 1 A Biztonságos Iskola minden részletre kiterjedően jól definiált. A részletes definíció alatt nem egy terjedelmes házirendet értünk. Azt definiáljuk pontosan, és minden részletre



kiterjedően, hogy milyen körülmények között, és milyen feltételek minden aktív résztvevő által betartása mellett érezhetjük magunkat teljes biztonságban, éshaladhatunk optimális sebességgel a kitűzött céljaink felé. Optimális esetben ez a részletes definíció még jóval az iskola létrejötté előtt elkészül. Ezt az esetet talán azon a példán keresztül világíthatjuk meg legjobban, amelyben egy férfi és egy nő, egy leendő gyermekleendő szülei, még jóval a gyermekáldás előtt egyeztetik gyermekneveléssel kapcsolatos nézeteiket, és a konszenzussal megállapodott nézeteiket ők maguk már jóval a gyermek megérkezése előtt elkezdik betartani. A gyermek egy működő, betartható és betartott szabály-rendszerbe születik bele, és azt kezdettől természetes létezés-módként éli át.

- 2. 2 A Biztonságos Iskolában asszertív diákok lépnek interakcióba asszertív tanárokkal, és asszertív nem tanító stábbal. Asszertivitás alatt azt a viselkedés-formát értjük, amelyben pontosan, minden részletre kiterjedően ismerjük a jogainkat, ugyanilyen mértékben ismerjük a velünk interakcióba lépő másik személy jogait is, és úgy érvényesítjük a saját jogainkat, hogy közben nem vesszük el, vagy nem sértjük mások jogait. Ezt a viselkedés-formát legkönnyebben az asszertív viselkedés négyellentétén keresztül érthetjük meg. Ez nem egy negatív definíció. Sokkal inkább azt a nem asszertív, létező világot definiálja, amely körülvessz bennünket, például a nem biztonságos iskolát.
  - a Mártír: aki feladja a jogait, vagy akit agresszióval megfosztanak a jogaitól,
  - az Agresszor: aki mások jogainak megsértésével érvényesíti a saját jogait,
  - a Grál Lovag: aki, bár a dolog őt személyesen nem érinti, kéretlenül megvédi az elnyomottakat és az üldözötteket, és
  - a Rebellis: aki, bár a dolog őt sem érinti, kíméletlenül elbánik a másokat elnyomókkal és a másokat üldözőkkel.
- 3 A Biztonságos Iskolában sem a diákok, sem a tanárok, sem pedig a nem tanító stáb tagjai nem félnek. Ez az ún. Amygdala Elv egyik vonatkozása. Ha félünk, fiziológiai szempontból leginkább a menekülésre vagyunk alkalmasak. Ha félünk, az örömmérsék, kiváló például a tanulásból fakadó örömmérsék kizárt. Ha félünk, a tanultak a rövid-memóriába kerülnek, ahonnan az anyagcserével távoznak. Ha félünk, csak arra emlékszünk hosszú ideig, hogy abban az adott helyzetben félni kell.
- 3. 4 A Biztonságos Iskolában sem a diákok, sem a tanárok, sem pedig a nem tanító stáb tagjai nem dühösek. Ez az ún. Amygdala Elv másik vonatkozása. Ha dühösek vagyunk, fiziológiai értelemben leginkább a pusztításra – rombolásra vagyunk alkalmasak. Ha dühösek vagyunk, az örömmérsék, kiváló például a tanulásból fakadó örömmérsék kizárt.





Ha dühösek vagyunk, a tanultak arövid-memóriába kerülnek, ahonnan az anyagcserével távoznak. Hadühösek vagyunk, csak arra emlékszünk hosszú ideig, hogy abban az adott helyzetben dühöngeni kell.

- 5 A Biztonságos Iskolában nem folynak, mert nem folytathatókemberi játszmák.A játszmákat hosszasan tanulmányozzuk és elemezzük abból a célból,hogy elkerülhessük őket.
- 6 A Biztonságos Iskolában diákot másik diákkal, tanárt másiktanárral nem hasonlítunk össze.Ezt azért nem tesszük, mert tudunk jobbat. Mindenkit kizárólag sajátmagával összehasonlítva azt a trendet figyeljük, amely leginkábbleírja a fejlődését. A segítő beavatkozás kizárólag a fejlődési trendismeretében valósítható meg.
- 7 A Biztonságos Iskolában a kérdés fontosabb a válasznál.Az iskolák többségében a kérdés funkciója nem, vagy nem teljesentisztázott. Általában az kérdez, aki tudja a választ, t. i. a tanár, és ő aztkérdézi, aki nem, vagy nem teljesen tudja a választ. Ez lenne a diák.Ez az oka annak, hogy a kérdés általában nemtudást jelez, tehátszégyen kérdezni. Ez a helyzet megfosztja a tanárt attól a lehetőségtől,hogy nyomon kövesse a diákok értését – nemértését.A Biztonságos Iskolában a diákot mindenek előtt megtanítjukkérdezni, és éreztetjük vele, hogy egy - egy jó kérdéssel egyenrangúanvehet részt a tanulásban. A Biztonságos Iskolában a kérdés az érdeklődést jelzi.
- 8 A Biztonságos Iskolában a másíknak adott figyelem fontosabbaz információ-közlésnél.A diákot és a tanárt egyaránt az minősíti, hogy milyen mértékbenképes odafigyelni másokra.
- 9 A Biztonságos Iskolában az időnek nem csak mérhető hossza,hanem minősége is van. A közösen eltöltött 'mi időnk' magasabbminőségű az egyéni időnél.Ez az egyik mozgatórugója annak, hogy nem késünk, nem hiányzunkvalós ok nélkül, nem megyünk el előbb, és az együttlét folyamán aleggjobbunkat adjuk. Ha az időnket nem adjuk, semmit sem adunk.
- 10 A Biztonságos Iskolában az egymásra gyakorolt intervencióelőtt, és gyakran az intervenciók helyett, értően elemezzük amásik intencióit.A intenció fontos, és a 'végeredmény' másodlagos. Ha a személy jótakart, a dolog megítélése akkor is jó, ha a dolog rosszul sült el.Ez fordítva is igaz: ha az eredmény pompás, de a dolog célja a másíkmegalázása, vagy szerényebb eredményének meggyalázása, a negatívintenció felülírja a pozitív eredményt.
- 11 A Biztonságos Iskolába mind a diákok, mind a tanárok, mindpedig a nem tanító stáb tagjai tanulni járnak.Ez az az eredmény amelyre leginkább büszkék vagyunk. Ez biztosítja,hogy az iskolában a tanulás nem válhat szubkultúrává.



- 12 A Biztonságos Iskolában a horizontális tanulást a tanártól tanultakkal legalább egyenértékűnek ismerjük el. Az 'életben' a tanulásaink 90 + sok százalékát horizontálisan tanuljuk, tehát nem szakértőktől, hanem egy adott témakörben csak néhány lépéssel előtünk haladóktól. Ezt az elvet és gyakorlatot terjesszük ki az iskolában a legfontosabb tanulásainkra.
- 13 A Biztonságos Iskolában a csoportban történő tanulást a szólóteljesítménnyel legalább egyenértékűnek fogadjuk el. Itt csoport alatt szinergikus csoportot értünk, és a csoport tagjaiszimbiotikus kapcsolatban állnak egymással.
- 14 A Biztonságos Iskolában nem kísérletezünk a diákokon újmódszerekkel. A tanárnak csak olyan módszerrel van esélye, amellyel ő maga képes hatékonyan tanulni. Ha a tanár kísérletezik, azt önmagán teszi, a saját tanulása átalakítása érdekében. A fenti pontok által leírható rendszert minden új érdeklődőnek bemutatjuk működés közben a hozzánk való csatlakozás előtt. Ez alapján eldöntheti, hogy ez kell-e neki, és hogy vajon ez kell-e neki. Egyidejűleg egy nagyon fontos alibije elszáll, t. i. hogy ez úgy sem működik. Hiszen épp az imént működött még vele együtt is.

## Ajánlott irodalom

### AZ ISKOLAI ERŐSZAKKAL KAPCSOLATBAN ELŐFORDULÓ MAGATARTÁSMINTÁK

Dr. Figula Erika Ph.D  
Pedagógiai szakpszichológus  
Tanszékvezető főiskolai tanár  
Nyíregyházi Főiskola e-mail: [figulae@nyf.hu](mailto:figulae@nyf.hu)

### ISKOLAI ERŐSZAK KÖNYVEK 2. (MEGJELENT 2010. NOVEMBER 15.)



### ISKOLAI ERŐSZAK KÖNYVEK 1. (MEGJELENT 2010. SZEPTEMBER 30.)



### ISKOLAI ERŐSZAK KÖNYVEK 3. (MEGJELENT 2011. FEBRUÁR 1.)



## Öngondoskodásra nevelés

### Az egészségnevelő munka céljai

1. Alapelv az **elsődleges megelőzés** érvényesítése, ezen belül kiemelt helyen szerepel az ifjúság egészségének védelme.
2. Kiemelt figyelmet kapnak az alábbi területek:
  - a dohányzás visszaszorítása, az alkohol- és droprevenció;
  - az egészséges táplálkozás érvényesítése a közétkeztetés területein (menza, büfé);
  - az aktív testmozgás elterjesztése, a mindennapi testnevelés biztosítása;
  - a személyi higiénia,
  - szexuális nevelés,
  - környezet –egészség, biztonságra nevelés (veszélyhelyzetek, baleset megelőzés);
  - tudatos fogyasztóvá nevelés (kritikus gondolkodás a reklámokkal kapcsolatban);
  - stresszmentes és füstmentes környezet biztosítása;
  - betegségek elkerülése;
  - mentálhigiéné, krízisprevenció,
  - függőséghez vezető szokások megelőzése;
  - harmonikus kapcsolatokra, családi életre, társsá, szülővé nevelés.
3. A család mellett az iskola váljék az egészségfejlesztés kiemelkedő színterévé.
4. Az iskola teljes vertikumában a stratégiai célokkal harmonizáló integrált egészségfejlesztési tartalmak oktatása rendszeres és folyamatos legyen.
5. Az iskola a tanulók egészségvédelme mellett a pedagógusok, valamint a tanulók családtagjainak egészségvédelmét és egészségfejlesztését is segítse.
6. Az egészséggel kapcsolatos készségek javítása nemcsak a tanulók, hanem a szüleik és a pedagógusok körében is fontos. A pedagógus a helyi társadalom véleményformálója, így saját egészségmagatartása az egész közösség számára minta.
7. Az egészség és az egészségfejlesztés szempontjai a mindennapi élet részévé váljanak, javuljon az egészségtudat és a tudatos választás a tanulók, pedagógusok és szülők körében.
8. Növekedjen az egészségfejlesztési programok hatékonysága. Ennek érdekében elégedettség és igény felmérése szükséges kérdőívek vagy interjúk segítségével. A tudásszint tesztekkel ellenőrizhető.



9. Az egészségnevelés annak ellenére, hogy elhatárolható önálló nevelési feladat, csak igen ritkán jelentkezhet önálló tevékenységként; az oktatás és nevelés számos területén meg kell jelennie.
10. Az iskolaorvos és a védőnő tevékenységében kiemelkedő szerepe van az egészség megőrzésében, a betegségek kialakulásának megelőzésében. Cél: az egészség értéként való tudatosítása és az egészségközpontú életvitel kialakítása a tanulóknál. Ennek megvalósítása érdekében a védőnő az iskola vezetésével egyeztetve munkatervet készít, amely egyben az iskolai egészségügyi munka írásos vezérfonala is. A tanév során végzett szűrővizsgálatokról statisztikai kimutatás készül. Az adatok alapján határozzák meg a következő tanév kiemelten fontos egészségügyi feladatait.
11. Szükséges a folyamatos tudatosítás, megerősítés, véleményváltoztatás, beállítódás-változtatás, magatartás-változtatás. Valamely nevelési kampány azzal, hogy kiszélesíti az ismereteket, képes a hozzáállást és végső soron a viselkedési mintákat is megváltoztatni. Ismeretek hiányában a viselkedés nem tudatos, és könnyen rossz irányba halad.
12. Tudatosítani kell, hogy a betegségek egy része programozva van bennünk, vagyis megelőzhetetlen. A befolyásolhatatlan tényezőkre bele kell törődni. A betegségek egy része azonban olyan körülmények következménye, amelyek irányíthatók, esetleg teljes egészében megelőzhetők. Ezeknek a megváltoztatható tényezőknek a pontos ismertetése (pedagógusok, tanulók, szakemberek), ismerete (tanuló, szülő, pedagógus) és kedvezőbb irányba fordítása a feladat.
13. Lényeges, hogy a verbális csatornákon közölték szinkronban legyenek a non-verbális úton küldött jelekkel. A puszta szó sokszor igen kevés emocionális üzenetet hordoz. A legnagyobb hatást az összehangolt és nyílt párbeszéddel lehet elérni. A tanulókkal folytatott beszélgetésekben sok személyes probléma is felszínre kerülhet. Nagyon fontos, hogy a tanítványaink nyílt és őszinte, meghallgató, elfogadó és megértő légkört érezzenek, mert ez feltétele annak, hogy merjenek kérdezni, és kifejtsek gondolataikat, problémáikat.
14. Törekednünk kell az elméleti ismeretek átadásán túl a gyakorlatok mind szélesebb bevezetésére. A gyakorlatok a tanulók nagyfokú aktivitását igénylik, ami segíti a pozitív attitűdök kialakulását, biztosítja a rugalmas, többféle feladathelyzethez való alkalmazkodást. A gyakorlatok végrehajtását ellenőrizni kell, és különösen az új gyakorlatok tanulásának kezdetén felmerülő hibákat ki kell javítani.
15. A gyerek helyes egészségmagatartásának kialakítása az egészség érdekében történő egyéni döntésekre való képesség kialakítása. Tudatosítani kell, hogy saját egészségünk érdekében



magunknak kell egyéni és közösségi döntéseket hoznunk. E döntések meghozatalára fel kell készíteni a gyerekeinket.

16. A pozitív érdeklődési irányt segítő, változatos szabadidős tevékenységi formák széles kínálatának kialakítása a megelőzés egyik leghatékonyabb indirekt módja.
17. Értékkorientáció, az értékek közötti választani tudás igényének, képességének kialakítása is fontos.
18. Lényeges a módszertani kultúra fejlesztése. Szükséges pedagógusi képességek, készségek: a csoportvezetés technikájának ismerete, a kooperáció, az együttműködés technikájának alkalmazása, a moderációs kérdéstechnika elsajátítása, a projektmunka irányításának megtanulása, a vitavezetés technikáinak és a konfliktuskezelés módjainak elsajátítása (továbbképzéseken való részvétellel, az iskolapszichológus bevonásával).
19. Az iskolai mentálhigiénés programokban a primer megelőzésé a főszerep, elsősorban a korai probléma-felismerés, a korrektív nevelés, a fejlesztő pedagógia terén. Általános cél az egészséggel kapcsolatos ismeretek közlése, attitűdök kialakítása, viselkedéskorrekció, a tudatosság és a felelősség kialakítása. Az iskolai programokban központi cél az önértékelés és az önbizalom javítása, fejlesztése, a kommunikációs és kapcsolati képességek gyakorlása.
20. Az egészségfejlesztés lépcsőinek betartása: 1. helyes egészségi ismeretek megszerzése (a gyerekek ismereteinek többsége a kortársaktól és a médiából származik, pontatlan ismereteiket korrigálni kell); 2. pozitív attitűdök kialakítása (az egészség érték); 3. megfelelő magatartás; 4. öntevékenység.
21. A tanulóknak kialakuljon a mozgás-gazdag életmód igénye, a testedzés szükségletté váljon, általánosan elfogadott legyen a sportolás mint közösségi program.



## A gyermek és ifjúságvédelmi felelős munkája

A gyermek és ifjúságvédelmi felelős munkája több részből áll. Egyrészt kapcsolatot tart a gyermekvédelemmel foglalkozó személyekkel, intézményekkel, hatóságokkal, mind a tanuló veszélyeztetettségének megelőzése, mind pedig a megszüntetése terén. Munkája során segíti és közreműködik az iskola többi tanárával. Konkrét feladatai közé tartozik, hogy minden évben felkeresi az osztályokat és tájékoztatja a diákokat arról, hogy milyen problémával, hol és milyen időpontban fordulhatnak hozzá, továbbá, hogy az iskolán kívül milyen gyermekvédelmi feladatot ellátó intézményt kereshetnek fel. A szóbeli tájékoztatáson kívül a feladata, hogy az iskolában jól látható helyen kifüggesse a különböző gyermekvédelemmel foglalkozók - például nevelési tanácsadó, drogambulancia, gyermekjóléti szolgálat, lelkisegély telefon - címét, illetve telefonszámát. Abban az esetben, ha valamelyik tanár, szülő vagy tanuló jelzése alapján arra a következtetésre jut, hogy a tanuló veszélyeztetett, családlátogatást tart a diák otthonában, ahol megismeri a tanuló családi környezetét. Ha gyermekbántalmazást gyanít vagy más olyan veszélyeztető körülményt, amely az iskolán belül, pedagógiai módszerekkel nem szüntethető meg, köteles kezdeményezni, hogy az igazgató értesítse a gyermekjóléti szolgálatot. A gyermekvédelmi a tanuló anyagi veszélyeztetettsége esetén pedig köteles kezdeményezni, hogy az iskola igazgatója indítson eljárást a tanuló lakóhelye szerinti önkormányzatnál rendszeres vagy rendkívüli gyermekvédelmi támogatás megállapítása érdekében. A felelősnek kiemelt szerepe van a szenvedélybetegségek megelőzésében, amely során részt kell, hogy vegyen az iskola kábítószer-ellenes programjának kidolgozásában, illetve figyelemmel kell kísérnie annak végrehajtását.

### Törvényi rendelkezések

1997/XXXI. törvény a gyermekek védelméről és a gyámügyi igazgatásról

1993/LVVIX. törvény a közoktatásról

11/1994 MKM rendelet



## A gyermek- és ifjúságvédelmi felelős feladatai

94/11 MKM rendelet 6. §

(5) A gyermek- és ifjúságvédelmi felelős segíti az iskola pedagógusainak gyermek- és ifjúságvédelmi munkáját. A gyermek- és ifjúságvédelmi felelős feladata különösen:

a) az osztályokat felkeresve tájékoztatja a tanulókat arról, hogy milyen problémával, hol és milyen időpontban fordulhatnak hozzá, továbbá, hogy az iskolán kívül milyen gyermekvédelmi feladatot ellátó intézményt kereshetnek fel,

b) a pedagógusok, szülők vagy tanulók jelzése, a velük folytatott beszélgetés alapján megismert veszélyeztetett tanulóknál – a veszélyeztető okok feltárása érdekében – családlátogatáson megismeri a tanuló családi környezetét,

c) gyermekbántalmazás véelme vagy egyéb pedagógiai eszközökkel meg nem szüntethető veszélyeztető tényező megléte esetén kezdeményezi, hogy az igazgató értesítse a gyermekjóléti szolgálatot,

d) a gyermekjóléti szolgálat felkérésére részt vesz az esetmegbeszéléseken,

e) a tanuló anyagi veszélyeztetettsége esetén kezdeményezi, hogy az iskola igazgatója indítson eljárást a tanuló lakó-, illetve ennek hiányában tartózkodási helye szerint illetékes települési önkormányzat polgármesteri hivatalánál rendszeres vagy rendkívüli gyermekvédelmi támogatás megállapítása, szükség esetén a támogatás természetbeni ellátás formájában történő nyújtása érdekében,

f) az iskolában a tanulók és a szülők által jól látható helyen közzéteszi a gyermekvédelmi feladatot ellátó fontosabb intézmények (pl. gyermekjóléti szolgálat, nevelési tanácsadó, drogambulancia, ifjúsági lelkisegély telefon, gyermekek átmeneti otthona stb.) címét, illetve telefonszámát,

g) az iskola nevelési programja, gyermek- és ifjúságvédelemmel kapcsolatos feladatai keretében egészségnevelési, ennek részeként kábítószer-ellenes program kidolgozásának segítése, végrehajtásának figyelemmel kísérése; szükség esetén intézkedés megtételének kezdeményezése az iskola igazgatójánál, tájékoztatás nyújtása a tanulók, a szülők és a pedagógusok részére.

(8) Az óvoda, a kollégium vezetője vagy helyettese – ha nincs gyermek- és ifjúságvédelmi felelős – látja el a (4)-(5) bekezdésben meghatározott feladatokat.



## **A pedagógus, illetve az iskola mint intézmény gyermekvédelmi feladatai**

Kt. 19. §

(7) A pedagógus alapvető feladata a rábízott gyermekek, tanulók nevelése, tanítása. Ezzel összefüggésben kötelessége különösen, hogy

d) közreműködjön a gyermek- és ifjúságvédelmi feladatok ellátásában, a gyermek, tanuló fejlődését veszélyeztető körülmények megelőzésében, feltárásában, megszüntetésében,

### **94/11. MKM rendelet**

6. §

(1) A nevelési-oktatási intézmények közreműködnek a gyermekek, tanulók veszélyeztetettségének megelőzésében és megszüntetésében, ennek során együttműködnek a gyermekjóléti szolgálattal, illetve a gyermekvédelmi rendszerhez kapcsolódó feladatot ellátó más személyekkel, intézményekkel és hatóságokkal.

(2) Ha a nevelési-oktatási intézmény a gyermekeket, tanulókat veszélyeztető okokat pedagógiai eszközökkel nem tudja megszüntetni, segítséget kér a gyermekjóléti szolgálattól. (6) Az iskolának és a kollégiumnak kiemelt figyelmet kell fordítania a szenvedélybetegségek megelőzésére, illetve a gyógyult szenvedélybeteg tanulók beilleszkedésének elősegítésére.

(7) Az iskola továbbtanulási, pályaválasztási tanácsadással segítséget nyújt a tanulónak és a szülőnek a középiskolai, szakiskolai, felsőfokú iskolai tanulmányok megkezdéséhez.

### **A feladatok elvégzéséhez, dokumentálásához az alábbi fejezetek alatt talál segítséget:**

F.IV.1. Interjú a gyiv- felelőssel iskolai feladatairól, kapcsolatrendszeréről

F.IV.2. Hátrányos helyzetű gyerekek aránya, a hátrányos helyzetű gyerekek iskolai támogatása-  
dokumentumelemzés

F.IV.3. Fejlesztő pedagógiai tevékenység megfigyelése





# TÉRFIGYELŐ KAMERÁK AZ ISKOLÁBAN (ADATKEZELÉSI SZABÁLYZAT)

## CÉLJA



- A diákok, pedagógusok és alkalmazottak védelme
- Az intézmény értékeinek védelme
- A be- és kijáratok megfigyelése
- Az illetéktelenek elől elzárt területek, szertárak védelme
- Az udvar, park és a parkoló megfigyelése

## TARTALOMJEGYZÉK

### I. ÉRTELMEZŐ RENDELKEZÉSEK

### II. A SZABÁLYZAT HATÁLYA

II.1. SZEMÉLYI HATÁLYA

II.2. TÁRGYI HATÁLYA

II.3. TERÜLETI HATÁLYA

### III. VAGYONVÉDELMI BIZTONSÁGTECHNIKAI RENDSZER

### IV. ADATKEZELÉS CÉLHOZKÖTÖTTSÉGE

IV.1. ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK

IV.2. AZ ADATKEZELÉS CÉLJA

### V. AZ ADATKEZELÉS FELTÉTELEI, AZ ÉRINTETT HOZZÁJÁRULÁSA

V.1. ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK

V.2. HOZZÁJÁRULÁS ÉS TÁJÉKOZTATÁS

V.3. MUNKAVÁLLALÓKRA VONATKOZÓ KÜLÖNÖS SZABÁLYOK

### VI. ADATOK FELHASZNÁLÁSA, ADATTOVÁBBÍTÁS

### VII. ADATOK TÖRLÉSE

### VIII. ADATBIZTONSÁG

VIII.1. ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK

### IX. AZ ÉRINTETTEK JOGAI ÉS ÉRVÉNYESÍTÉSÜK

IX.1. AZ ÉRINTETTEK JOGAI

IX.2. TÁJÉKOZTATÁSHOZ VALÓ JOG



IX.3. HELYESBÍTÉSHEZ VALÓ JOG

IX.4. TÖRLÉSHEZ VALÓ JOG

IX.5. TILTAKOZÁSI JOG

IX.6. BÍRÓSÁGHOZ FORDULÁS JOGA

IX.7. KÁRTÉRÍTÉSHEZ VALÓ JOG

IX.8. ADATVÉDELMI BIZTOSHOZ FORDULÁS JOGA - PANASZJOG

X. BEJELENTÉS AZ ADATVÉDELMI BIZTOSNAK

## XI. BELSŐ ADATVÉDELMI FELELŐS

Az Adatkezelő, a Magyar Köztársaság Alkotmányában foglaltakkal és az Avtv. összhangban, az Avtv. 31/A. § (3) bekezdésében meghatározott kötelezettségének eleget téve, a személyes adatok védelmének biztosítása és az Avtv. végrehajtása érdekében az alábbiak szerint alkotja meg az adatvédelmi szabályzat függelékét. A függelék megalkotására azért volt szükség, mert az intézmény iskolai intézményegységének folyosóin térfigyelő kamerák kerültek kihelyezésre.

A képeket rögzítő berendezések működtetése viszont már adatkezelésnek minősül és szabályozása igen szigorú. Az egyik legfontosabb szabály, hogy az érintettek egyértelmű hozzájárulása kell a felvételek készítéséhez. Ez közintézményekben, így például az iskolákban nem működik, hiszen oda azoknak is be kell menniük, akik nem kívánnak hozzájárulni a felvételek készítéséhez.

Ezért az iskolákban csak az alábbi feltételekkel működhetnek kamerák:

- kizárólag **személyazonosításra alkalmatlan módon** rögzítik a képeket, illetve nem rögzítenek képeket,
- **csak meghatározott célból**, jog gyakorlása és kötelezettség teljesítése érdekében lehet üzemeltetni a berendezéseket; ilyen lehet a személy- és vagyonvédelem, bűnmegelőzés, balesetvédelem,
- **az érintetteket** (tanulók, tanárok, az iskolába belépő más személyek is) **tájékoztatni kell** a képfelvevő rendszer működéséről, a tájékoztatásnak ki kell terjednie arra, hogy rögzítik is a felvételeket, továbbá, hogy **milyen célból** (pl. bűncselekmények megelőzése) készítik a felvételeket, **hol és mennyi ideig őrzik** meg azokat,
- az érintettek bármikor **tájékoztatást kérhetnek** a felvételek kezeléséről,
- esetleges **jogvita esetén** a felvételeket rögzítővel azonos helyzetbe kell hozni az érintetteket, hogy ők is felhasználhassák a rögzített képeket,
- a **felvételek felhasználására** (más szervek vagy személyek részére történő továbbításra, nyilvánosságra hozatalra) **csak törvényben meghatározott** esetben (pl. rendőrség részére, ha bűncselekmény történt) vagy az **érintett hozzájárulása esetén van lehetőség**,
- a **rögzített képek tárolási idejét** úgy kell meghatározni, hogy a megőrzésre csak addig kerüljön sor, **ameddig a meghatározott cél** (pl. bűnmegelőzés, vagyonvédelem) eléréséhez feltétlenül szükséges.

### I. Értelmező rendelkezések



1. **adatállomány:** az egy nyilvántartó rendszerben kezelt adatok összessége;
2. **adatbiztonság:** Az adatok biztonsági kritériumainak, mint bizalmasság, sértetlenség és rendelkezésre állás, védelmében hozott műszaki, személyi és szervezeti intézkedések és eljárások együttes rendszere.
3. **adatfeldolgozás:** az adatkezelési műveletekhez kapcsolódó technikai feladatok elvégzése, függetlenül a műveletek végrehajtásához alkalmazott módszertől és eszköztől, valamint az alkalmazás helyétől;
4. **adatfeldolgozó:** az a természetes vagy jogi személy, illetve jogi személyiséggel nem rendelkező szervezet, aki vagy amely az adatkezelő megbízásából - beleértve a jogszabály rendelkezése alapján történő megbízást is - személyes adatok feldolgozását végzi;
5. **adatkezelés:** az alkalmazott eljárástól függetlenül az adatokon végzett bármely művelet vagy a műveletek összessége, így például gyűjtése, felvétele, rögzítése, rendszerezése, tárolása, megváltoztatása, felhasználása, továbbítása, nyilvánosságra hozatala, összehangolása vagy összekapcsolása, zárolása, törlése és megsemmisítése, valamint az adatok további felhasználásának megakadályozása. Adatkezelésnek számít a fénykép-, hang- vagy képfelvétel készítése, valamint a személy azonosítására alkalmas fizikai jellemzők (pl. ujj- vagy tenyérnyomat, DNS-minta, íriszkép) rögzítése is;
6. **adatkezelő:** a Körzeti Általános Iskola és Óvoda vezetősége, aki az adatok kezelésének célját meghatározza, az adatkezelésre (beleértve a felhasznált eszközt) vonatkozó döntéseket meghozza és végrehajtja, vagy az általa megbízott adatfeldolgozóval végrehajthatja;
7. **adatmegsemmisítés:** az adatok vagy az azokat tartalmazó adathordozó teljes fizikai megsemmisítése;
8. **adattörlés:** az adatok felismerhetetlenné tétele oly módon, hogy a helyreállításuk többé nem lehetséges;
9. **adattovábbítás:** ha az adatot meghatározott harmadik személy számára hozzáférhetővé teszik;
10. **adatzárolás:** az adatok továbbításának, megismerésének, nyilvánosságra hozatalának, átalakításának, megváltoztatásának, megsemmisítésének, törlésének, összekapcsolásának vagy összehangolásának és felhasználásának véglegesen vagy meghatározott időre történő lehetetlenné tétele;
11. **Avtv.:** a személyes adatok védelméről és a közérdekű adatok nyilvánosságáról szóló 1992. évi LXIII. Törvény
12. **bizalmasság (titkosság):** Az adat azon jellemzője, hogy csak egy előre meghatározott felhasználói kör (jogosultak) részére engedélyezett a hozzáférés, mindenki más hozzáférése illegális
13. **bizalmasság elvesztése:** A bizalmasság elvesztését felfedésnek nevezzük, mely esetén a bizalmas adat arra jogosulatlanok számára is ismertté és/vagy hozzáférhetővé válik.
14. **biztonsági esemény:** Minden esemény, amelynek káros kihatása lehet az informatikai eszköz vagy az azon tárolt adatok bizalmasságára, sértetlenségére illetve rendelkezésre állására.



15. **hálózat:** A szervezeti WAN és LAN-ok, számítástechnikai kommunikációs, adatátviteli eszközök összessége, melyek az összekapcsolt rendszerek között adatcserét tesznek lehetővé.
16. **informatikai eszköz:** A felhasználói munkaállomás, a kiszolgáló, a hordozható számítástechnikai vagy telekommunikációs eszköz, adathálózati eszköz (hardverek), a működést biztosító szoftverekkel egyetemben, melyek a munkafolyamatok támogatására szolgálnak.
17. **informatikai rendszer:** A számítástechnikai eszközök halmaza, strukturált kapcsolata. Az informatikai eszközökből, mint építőelemekből felépített összetett, bonyolult rendszer.
18. **informatikai rendszerüzemeltető:** Az informatikai rendszer folyamatos üzemeltetését, mentését és helyreállítását végző személy, vagy szervezet.
19. **sértetlenség:** Az adat létének, hitelességének, épségének, önmagában teljességének kritériuma, ami biztosítja, hogy az adatot, információt vagy programot csak az arra jogosultak változtathatják meg és azok észrevétlenül nem módosulhatnak.
20. **Szabályzat:** az adatkezelő jelen adatvédelmi és adatbiztonsági szabályzatát
21. **személyes adat:** bármely meghatározott (azonosított vagy azonosítható) természetes személlyel (a továbbiakban: érintett) kapcsolatba hozható adat, az adatból levonható, az érintettre vonatkozó következtetés. A személyes adat az adatkezelés során mindaddig megőrzi e minőségét, amíg kapcsolata az érintettel helyreállítható. A személy különösen akkor tekinthető azonosíthatónak, ha őt - közvetlenül vagy közvetve - név, azonosító jel, illetőleg egy vagy több, fizikai, fiziológiai, mentális, gazdasági, kulturális vagy szociális azonosságára jellemző tényező alapján azonosítani lehet;
22. **szerver:** szervernek minősülnek az adatokat tároló, szolgáltatásokat nyújtó berendezések, számítógépek.
23. **harmadik személy:** olyan természetes vagy jogi személy, illetve jogi személyiséggel nem rendelkező szervezet, amely vagy aki nem azonos az érintettel, az adatkezelővel vagy az adatfeldolgozóval;
24. **hozzájárulás:** az érintett kívánságának önkéntes és határozott kinyilvánítása, amely megfelelő tájékoztatáson alapul, és amellyel félreérthetetlen beleegyezését adja a rá vonatkozó személyes adatok - teljes körű vagy egyes műveletekre kiterjedő - kezeléséhez;
25. **nyilvánosságra hozatal:** ha az adatot bárki számára hozzáférhetővé tesz;
26. **tiltakozás:** az érintett nyilatkozata, amellyel személyes adatainak kezelését kifogásolja, és az adatkezelés megszüntetését, illetve a kezelt adatok törlését kéri;
27. **személyesadat-nyilvántartó rendszer (nyilvántartó rendszer):** személyes adatok bármely strukturált, funkcionálisan vagy földrajzilag centralizált, decentralizált vagy szétszórt állománya, amely meghatározott ismérvek alapján hozzáférhető;
28. **üzemeltető:** Az adatkezelő létesítményeinek fenntartását, üzemeltetését, karbantartását, javítását, működtetését végző személy, vagy szervezet.
29. **vagyonvédelmi biztonságtechnikai rendszer:** vagyonvédelmi célból, a Szabályzat területi hatálya alá tartozó intézmény telepített elektronikus jelző és képi megfigyelőrendszer, ideértve a rögzítés nélküli, megfigyelési céllal üzemeltetett, avagy a hang- vagy képrögzítést is lehetővé tevő elektronikus megfigyelőrendszert (térfigyelés).
30. **vendég:** az adatkezelő, szolgáltató intézmény szolgáltatásait igénybe vevő fogyasztók.



## II. A SZABÁLYZAT HATÁLYA

### II.1. SZEMÉLYI HATÁLYA

A Szabályzat személyi hatálya kiterjed

- az intézmény vezetőségére;
- az intézmény minden munkavállalójára és közreműködő partnereire;
- az intézmény minden tanulója;
- akik az adatkezelő informatikai rendszerében: szoftver készítésével, vagy módosításával, hardver alkalmazásával és/vagy változtatásával, adatbevitellel és/vagy adatfelhasználással kapcsolatos tevékenységet végeznek;
- hozzájárulása esetén a vendégre.

### II.2. TÁRGYI HATÁLYA

A Szabályzat tárgyi hatálya kiterjed:

- az adatkezelő informatikai rendszerére;
- az informatikai rendszerben rögzített és ott tárolt, illetve a feldolgozás eredményeként létrejött minden iratra, adatra és adathordozóra, függetlenül annak feldolgozási, vagy előállítási módjától és megjelenési formájától;
- az informatikai alkalmazás teljes életciklusára;
- alkalmazási programok és azok dokumentációinak tervezési, fejlesztési, megvalósítási és működési szakaszaira;
- az informatikai berendezések üzemeltetéséhez szükséges alap- és rendszerprogramok megvalósítási és működési szakaszaira, adathordozók tárolására és felhasználására.

### II.3. TERÜLETI HATÁLYA

A Szabályzat területi hatálya kiterjed:

- a Szabályzat tárgyi hatálya alá tartozó informatikai erőforrások üzemelési helyszíneire;
- az intézmény székhelyére

## III. Vagyonvédelmi biztonságtechnikai rendszer

A felvételeket rögzítő szoftver egy központi, digitális video-rögzítő berendezésen fut. A video-rögzítő berendezés az első emeleten zárt szerverszobában van elhelyezve. A szerverszobába az adatkezelő és az adatfeldolgozó személy léphetnek be. A rögzítő berendezés és a csatlakoztatott kamerák önálló rendszert alkotnak, mely független az intézmény informatikai rendszerétől, saját operációs rendszer fut rajta és saját háttértárat tartalmaz. A felvételekről **külön biztonsági másolat nem készül.**



Az egyes **kamerák elhelyezése**, és paraméterezése az alábbiak szerint történik:

Megfigyelés típusa	Elhelyezés	Rögzített esemény	Tárolási idő
Térfigyelés	Földszint	Be- és kilépési események rögzítése	3 nap
Térfigyelés	1. emelet	A folyosó óráközi forgalma	3 nap
Térfigyelés	2. emelet	A folyosó óráközi forgalma	3 nap

A rögzített felvételek a beállított tárolási idő leteltével automatikusan törlésre kerülnek.

A rendszer jelszóval védett.

#### **IV. ADATKEZELÉS CÉLHOZKÖTÖTTSÉGE**

##### **IV.1. AZ ADATKEZELÉS CÉLJA**

Az adatkezelő által végzett adatkezelés célja a közrend javítása, s ezek részeként az intézmény személy- és vagyonvédelme (a rongálások megelőzése), a bűnmegelőzés hatékonyságának fokozása.

#### **V. AZ ADATKEZELÉS FELTÉTELEI, AZ ÉRINTETT HOZZÁJÁRULÁSA**

##### **V.1. ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK**

Egy ember arca, képmása személyes adatnak, a képfelvétel készítése, valamint az adatokon elvégzett bármely művelet adatkezelésnek minősül, amihez az érintett hozzájárulása szükséges.

Az adatkezelő elektronikus megfigyelőrendszert kizárólag az intézmény folyosóin, mindenki számára nyilvános részén alkalmaz, ha ehhez a természetes személy kifejezetten hozzájárul.

Nem alkalmazható elektronikus megfigyelőrendszer olyan helyen, ahol a megfigyelés az emberi méltóságot sértheti, így különösen öltözőben, mosdóban, illemhelyeken, tantermekben.

##### **V.2. HOZZÁJÁRULÁS ÉS TÁJÉKOZTATÁS**

Személyes adat akkor kezelhető tehát, ha ahhoz az érintett

- a) írásban;
- b) szóban;
- c) ráutaló magatartással

hozzájárul. A hozzájárulás az érintett kívánságának önkéntes és határozott kinyilvánítása, amely megfelelő tájékoztatáson alapul, és amellyel félreérthetetlen beleegyezését adja a rá vonatkozó személyes adatok - teljes körű vagy egyes műveletekre kiterjedő - kezeléséhez

Az érintettel az adat felvétele előtt közölni kell, hogy az adatszolgáltatás önkéntes.



Az érintettet - egyértelműen és részletesen - tájékoztatni kell az adatai kezelésével kapcsolatos minden tényről, így különösen az adatkezelés céljáról és jogalapjáról, az adatkezelésre és az adatfeldolgozásra jogosult személyéről, az adatkezelés időtartamáról, illetve arról, hogy kik ismerhetik meg az adatokat. A tájékoztatásnak ki kell terjednie az érintett adatkezeléssel kapcsolatos jogaira és jogorvoslati lehetőségeire is.

A tájékoztatás megtörténhet az adatkezelés tényének, az érintettek körének, az adatgyűjtés céljának, az adatkezelés időtartamának és az adatok megismerhetőségének mindenki számára hozzáférhető módon történő nyilvánosságra hozatalával, ha az egyénre szóló tájékoztatás lehetetlen vagy aránytalan költséggel járna.

Az érintett a hozzájárulását az adatkezelővel írásban is megadhatja. Ebben az esetben az írásos dokumentumnak tartalmaznia kell minden olyan információt, amelyet a személyes adatok kezelése szempontjából - e törvény alapján - az érintettnek ismernie kell, így különösen a kezelendő adatok meghatározását, az adatkezelés időtartamát, a felhasználás célját, az adatok továbbítását, adatfeldolgozó igénybevételét. A dokumentumnak félreérthetetlen módon tartalmaznia kell, hogy az érintett aláírásával hozzájárul adatainak a szerződésben meghatározottak szerinti kezeléséhez.

A hozzájárulás ráutaló magatartással is megadható. Ráutaló magatartás különösen, ha az ott tartózkodó természetes személy az intézmény mindenki számára nyilvános részén a Szabályzatban meghatározottaknak megfelelően elhelyezett ismertetés ellenére a területre bemegy.

#### HOZZÁJÁRULÁS ÉS TÁJÉKOZTATÁS KONKRÉT FORMÁI

- **Rövidített tájékoztató tábla:** Az intézmény bejáratánál elhelyezett tábla felhívja a figyelmet a térfigyelő rendszer működésére, és arra, hogy aki belép, hozzájárul a képfelvétel rögzítéséhez, továbbá tájékoztat az Adatkezelési szabályzat eléréséről.
- **Szabályzat elérése:** A hatályban lévő szabályzat a Körzeti Általános Iskola és Óvoda Szervezeti és Működési Szabályzatának a részét képezi, megtekinthető az intézmény honlapján és az SZMSZ-ben megjelölt helyeken

#### V.3. MUNKAVÁLLALÓKRA VONATKOZÓ KÜLÖNÖS SZABÁLYOK

Az alkalmazottak esetében szintén csak az önkéntes hozzájárulás tekinthető jogszerű adatkezelési felhatalmazásnak. Munkavállalók esetében különös körültekintéssel kell eljárni annak érdekében, hogy a hozzájárulás minden eleme és feltétele teljesülhessen, így különösen az önkéntesség. Amennyiben a munkavállalónak nincsen választási lehetősége abban a tekintetben, hogy kamerával megfigyelt, avagy meg nem figyelt környezetben végezze munkáját, úgy a hozzájárulás önkéntességéről nem beszélhetünk.

A kialakult adatvédelmi gyakorlat értelmében munkahelyen kamera a munkavállaló munkavégzésének, illetőleg munkahelyi viselkedésének megfigyelése céljából nem helyezhető el olyan helyiségekben, amelyekben állandó munkavégzés folyik, ebből következően pedig, nem működtethető kamera irodákban, illetőleg munkahelyiségekben. Kivételt képeznek az olyan munkahelyiségek, ahol a munkavállaló élete és testi épsége veszélyben lehet. Csak abban az esetben működtethető kamera a munkavállalók élet- és testi épségének védelme céljából, ha a veszély ténylegesen fennáll és, közvetlen, vagyis az eshetőleges veszély nem lehet alkotmányosan elfogadható adatkezelési cél. Semmilyen célból nem lehet olyan helyiségekben kamerát elhelyezni és működtetni, amely a



munkavállalók munkaközi pihenőjének elöltése céljából lett kijelölve, továbbá nem lehet kamerát elhelyezni öltözőkben, illemhelyiségekben, zuhanyzóknak sem.

Indokolt esetben, így a munkahelyen tárolt, jelentős értéket képviselő eszközök, nyersanyagok, illetőleg egyéb értéktárgyak védelme céljából, a védelem szempontjából szükséges helyiségekben, így elsősorban raktárakban, és az azokhoz vezető folyosókon elhelyezhetők és működtethetők kamerák, azok működéséről azonban jól látható helyen és módon tájékoztatni kell az érintetteket. Olyan időszakban – így például munkaidőn kívül, hétvégéken, vagy ünnepnapokon – amikor a munkahelyen főszabály szerint senki nem tartózkodhat, vagyonvédelmi célból, a védelem szempontjából szükséges helyiségekben működtethető kamera, az általa továbbított képeket pedig rögzíteni lehet..

## VI. ADATOK FELHASZNÁLÁSA, ADATTOVÁBBÍTÁS

A rögzített kép-, hang-, valamint kép- és hangfelvételt, valamint más személyes adatot csak az a személy jogosult megismerni, akinek ez a Szabályzatból fakadó kötelezettségei érvényesítéséhez szükséges, és a jogsértő cselekmény megelőzése vagy megszakítása érdekében mellőzhetetlen. A rögzített kép-, hang-, valamint kép- és hangfelvételt, valamint személyes adatot kezelő, vagy egyéb okból annak megismerésére jogosult személy nevét, az **adatok megismerésének okát és idejét JEGYZŐKÖNYVBEN kell rögzíteni.**

Felhasználásnak az minősül, ha a rögzített kép-, hang-, vagy kép- és hangfelvételt, valamint más személyes adatot bírósági vagy más hatósági eljárásban bizonyítékként felhasználják.

Az, akinek jogát vagy jogos érdekét a kép-, hang-, vagy a kép- és hangfelvétel, illetve más személyes adatának rögzítése érinti, a kép-, hang-, valamint kép- és hangfelvétel, illetve más személyes adat rögzítésétől számított 3 (három) munkanapon belül jogának vagy jogos érdekének igazolásával kérheti, hogy az adatot annak kezelője ne semmisítse meg, illetve ne törölje. Bíróság vagy más hatóság megkeresésére a rögzített kép-, hang-, valamint kép- és hangfelvételt, valamint más személyes adatot a bíróságnak vagy a hatóságnak haladéktalanul meg kell küldeni. Amennyiben megkeresésre attól számított 30 (harminc) napon belül, hogy a megsemmisítés mellőzését kérték, nem kerül sor, a rögzített kép-, hang-, valamint kép- és hangfelvételt, valamint más személyes adatot meg kell semmisíteni, illetve törölni kell.

A belépési adatbázis adatai csak bűncselekmény vagy szabálysértés gyanújának észlelése esetén, illetőleg megkeresés alapján a nyomozó hatóságnak, illetőleg a szabálysértési hatóságnak adhatók át.

A fénykép és video felvételekről, illetve személyes adatokról, másolat, illetve nyomtatás kizárólag ellenőrzött, és minden esetben az Adathozzáférési naplóban dokumentált körülmények között készül, kizárólag visszaélések, bűncselekmények gyanúja esetén, bizonyítási célból. A belső eljárás lezárásakor a tárolt adatok az Adathozzáférési naplóban dokumentált és ellenőrzött körülmények között megsemmisítésre kerülnek.

A felvételek illetéktelen személy kezébe nem kerülhetnek. Arra jogosult hatóságnak történő átadása is ellenőrzött és az Adathozzáférési naplóban dokumentált formában történik.

A sérülés miatt esetleg törölhetetlen adattárolók megsemmisítése szintén ellenőrzött és egyedi jegyzőkönyvben dokumentált formában történik

A fentiek betartásáért az adatvédelmi megbízott felelős.





## VII. ADATOK TÖRLÉSE

A tulajdon általános védelmét meghaladó mértékű (az emberi élet, testi épség, személyi szabadság veszélyeztetettségében megnyilvánuló alapjogvédelmi igény megalapozza az információs önrendelkezési jog erőteljesebb - a felvétel hosszabb időtartamú őrzésében megjelenő - korlátozását . Hasonló megítélés alá esik az is, ha a megvalósított adatkezelés - a tulajdon technikai értelemben vett védelmén túlmenően - alkotmányosan védett célhoz, a közrend, a közbiztonság védelméhez köthető. Ennek megfelelően a Szabályzat a felvételek megőrzését **3 (három) munkanapig** teszi lehetővé.

## VIII. ADATBIZTONSÁG

### VIII.1. ÁLTALÁNOS SZABÁLYOK

Az adatkezelő köteles gondoskodni az adatok biztonságáról, köteles továbbá megtenni azokat a technikai és szervezési intézkedéseket és kialakítani azokat az eljárási szabályokat, amelyek az adat- és titokvédelmi szabályok érvényre juttatásához szükségesek.

Az adatokat védeni kell különösen a jogosulatlan hozzáférés, megváltoztatás, továbbítás, nyilvánosságra hozatal, törlés vagy megsemmisítés, valamint a véletlen megsemmisülés és sérülés ellen. A személyes adatok technikai védelmének biztosítása érdekében külön védelmi intézkedéseket kell tennie az adatkezelőnek, illetőleg a távközlési vagy informatikai eszköz üzemeltetőjének.

## IX. AZ ÉRINTETTEK JOGAI ÉS ÉRVÉNYESÍTÉSÜK

### IX.1. AZ ÉRINTETTEK JOGAI

Az érintett

- tájékoztatást kérhet személyes adatai kezeléséről;
- kérheti személyes adatainak helyesbítését, illetve - a jogszabályban elrendelt adatkezelések kivételével – törlését;
- az adatvédelmi biztos által vezetett adatvédelmi nyilvántartásba betekinthez, az abban foglaltakról feljegyzést készíthet és kivonatot kérhet.

### IX.2. TÁJÉKOZTATÁSHOZ VALÓ JOG

Az érintett kérelmére az adatkezelő tájékoztatást ad az általa kezelt adatairól, az adatkezelés céljáról, jogalapjáról időtartamáról, arról, hogy kik és milyen célból kapják vagy kapták meg az adatokat. A tájékoztatást az adatkezelő nem tagadhatja meg. Az adatkezelő köteles a kérelem benyújtásától számított legrövidebb idő alatt, legfeljebb azonban **30 napon belül írásban**, közérthető formában megadni a tájékoztatást.

A tájékoztatás ingyenes, ha a tájékoztatást kérő a folyó évben azonos területre vonatkozó tájékoztatási kérelmet az adatkezelőhöz még nem nyújtott be. Egyéb esetekben a tájékoztatással felmerült tényleges költségnek megfelelő költségtérítés állapítható meg. A már megfizetett költségtérítést vissza kell téríteni, ha az adatokat jogellenesen kezelték, vagy a tájékoztatás kérése helyesbítéshez vezetett.

### IX.3. HELYESBÍTÉSHEZ VALÓ JOG

A valóságnak meg nem felelő személyes adatot az adatkezelő helyesbíteni köteles.



#### IX.4. TÖRLÉSHEZ VALÓ JOG

A személyes adatot törölni kell, ha

- a) kezelése jogellenes;
- b) az érintett azt kéri;
- c) az hiányos vagy téves - és ez az állapot jogszerűen nem korrigálható -, feltéve, hogy a törlést törvény nem zárja ki;
- d) az adatkezelés célja megszűnt, vagy az adatok tárolásának Szabályzatban meghatározott határideje lejárt;
- e) azt a bíróság vagy az adatvédelmi biztos elrendelte.

#### IX.5. TILTAKOZÁSI JOG

Az érintett tiltakozhat személyes adatának kezelése ellen, ha

- a) kezelése jogellenes;
- b) a személyes adatok kezelése (továbbítása) kizárólag az adatkezelő vagy az adatátvevő jogának vagy jogos érdekének érvényesítéséhez szükséges;
- c) a személyes adat felhasználása vagy továbbítása közvetlen üzletszerzés, közvélemény-kutatás vagy tudományos kutatás céljára történik;
- d) a tiltakozás jogának gyakorlását egyébként törvény lehetővé teszi.

Az adatkezelő - az adatkezelés egyidejű felfüggesztésével - a tiltakozást köteles a kérelem benyújtásától számított legrövidebb időn belül, de legfeljebb **15 nap alatt megvizsgálni**, és annak eredményéről a kérelmezőt írásban tájékoztatni. Amennyiben a tiltakozás indokolt, az adatkezelő köteles az adatkezelést - beleértve a további adatfelvételt és adattovábbítást is - megszüntetni és az adatokat zárolni, valamint a tiltakozásról. Amennyiben az érintett az adatkezelőnek a fentiek alapján meghozott döntésével nem ért egyet, az ellen - annak közlésétől számított 30 napon belül - bírósághoz fordulhat.

#### IX.6. BÍRÓSÁGHOZ FORDULÁS JOGA

Az érintett a jogainak megsértése esetén az adatkezelő ellen bírósághoz fordulhat. A bíróság az ügyben soron kívül jár el. Azt, hogy az adatkezelés a jogszabályban foglaltaknak megfelel, az adatkezelő köteles bizonyítani. A perre az adatkezelő székhelye szerinti bíróság az illetékes. A per - az érintett választása szerint - az érintett lakóhelye (tartózkodási helye) szerinti bíróság előtt is megindítható. A perben fél lehet az is, akinek egyébként nincs perbeli jogképessége.

Ha a bíróság a kérelemnek helyt ad, az adatkezelőt a tájékoztatás megadására, az adat helyesbítésére, törlésére, az automatizált egyedi döntés megsemmisítésére, az érintett tiltakozási jogának figyelembevételére kötelezi. A bíróság elrendelheti ítéletének - az adatkezelő azonosító adatainak közzétételével történő - nyilvánosságra hozatalát, ha azt az adatvédelem érdekei és nagyobb számú érintett e törvényben védett jogai megkövetelik.

#### IX.7. KÁRTÉRÍTÉSHEZ VALÓ JOG

Az adatkezelő az érintett adatainak jogellenes kezelésével vagy a technikai adatvédelem követelményeinek megszegésével másnak okozott kárt köteles megtéríteni. Az érintettel szemben az adatkezelő felel az adatfeldolgozó által okozott kárért is. Az adatkezelő mentesül a felelősség alól, ha bizonyítja, hogy a kárt az adatkezelés körén kívül eső elháríthatatlan ok idézte elő. Nem kell megtéríteni a kárt annyiban, amennyiben az a károsult szándékos vagy súlyosan gondatlan magatartásából származott.



## IX.8. ADATVÉDELMI BIZTOSHOZ FORDULÁS JOGA - PANASZJOG

Bárki az adatvédelmi biztoshoz fordulhat, ha véleménye szerint személyes adatainak kezelésével, illetve a közérdekű adatok vagy a közérdekből nyilvános adatok megismeréséhez fűződő jogainak gyakorlásával kapcsolatban jogsérelem érte, vagy annak közvetlen veszélye fennáll, kivéve ha az adott ügyben bírósági eljárás van folyamatban. Az adatvédelmi biztoshoz tett bejelentése miatt senkit sem érhet hátrány. A bejelentőt a közérdekű bejelentővel azonos védelem illeti meg.

Az adatvédelmi biztos eljárására és intézkedéseire az állampolgári jogok országgyűlési biztosáról szóló 1993. évi LIX. törvény (a továbbiakban: Obtv.) rendelkezéseit az Avtv-ben meghatározott eltérésekkel kell alkalmazni.

## XI. BELSŐ ADATVÉDELMI FELELŐS

Az adatkezelő szervezetén belül, közvetlenül a szerv vezetőjének felügyelete alá tartozó - jogi, közigazgatási, számítástechnikai vagy ezeknek megfelelő, felsőfokú végzettséggel rendelkező - belső adatvédelmi felelőst nevez ki.

A belső adatvédelmi felelős feladata:

- a) közreműködik, illetőleg segítséget nyújt az adatkezeléssel összefüggő döntések meghozatalában, valamint az érintettek jogainak biztosításában;
- b) ellenőrzi az Avtv. és az adatkezelésre vonatkozó más jogszabályok, valamint a belső adatvédelmi és adatbiztonsági szabályzatok rendelkezéseinek és az adatbiztonsági követelményeknek a megtartását;
- c) kivizsgálja a hozzá érkezett bejelentéseket, és jogosulatlan adatkezelés észlelése esetén annak megszüntetésére hívja fel az adatkezelőt vagy az adatfeldolgozót;
- d) rendszeresen felülvizsgálja a belső adatvédelmi és adatbiztonsági szabályzatot;
- e) vezeti a belső adatvédelmi nyilvántartást;
- f) szükség szerint gondoskodik az adatvédelmi ismeretek oktatásáról.

## IDE VONATKOZÓ JOGI CIKKEJEK:

adatvédelmi törvény **3. § (1)** bekezdésében foglaltak szerint személyes adat akkor kezelhető, ha ahhoz **az érintett hozzájárul**, vagy azt törvény vagy - törvény felhatalmazása alapján, az abban meghatározott körben - helyi önkormányzat rendelete elrendeli.

Az adatvédelmi törvény **5. §-ában** foglaltak alapján személyes adatot kezelni **csak meghatározott célból**, jog gyakorlása és kötelezettség teljesítése érdekében lehet. Az adatkezelésnek minden szakaszában meg kell felelnie e célnak. Csak olyan személyes adat kezelhető, amely az adatkezelés céljának megvalósulásához elengedhetetlen, a cél elérésére alkalmas, **csak a cél megvalósulásához szükséges mértékben és ideig**.

Az adatvédelmi törvény **4. §-ában** foglaltak szerint a **személyes adatok védelméhez fűződő jogot** és az érintett személyiségi jogait - ha törvény kivételt nem tesz - az adatkezeléshez fűződő más érdekek nem sérthetik. Az adatvédelmi biztos szerint az üzleti, vagy a biztonsági érdekek érvényesítése a képfelvevő, képrögzítő berendezések használata során az Alkotmány által



biztosított emberi jog sérelmével valósul meg. Az érintettek személyes adatainak védelméhez való jogát sértő felvétel készítését ezért - törvényi felhatalmazás hiányában - ilyen érdekek nem tehetik indokolttá.

Az adatvédelmi törvény **6. §**-a alapján az érintettel az adat felvétele előtt **közölni** kell, hogy az adatszolgáltatás **önkéntes vagy kötelező**.

Az érintettet - egyértelműen és részletesen - **tájékoztatni kell** az adatai kezelésével kapcsolatos minden tényről, így különösen az adatkezelés céljáról és jogalapjáról, az adatkezelésre és az adatfeldolgozásra jogosult személyéről, az adatkezelés időtartamáról, illetve arról, hogy kik ismerhetik meg az adatokat. A tájékoztatásnak ki kell terjednie az érintett adatkezeléssel kapcsolatos jogaira és jogorvoslati lehetőségeire is.

Biztosítani kell tehát, hogy **a kamera ne titkos megfigyelő** eszközként, hanem az ellenőrzése jogosult jelenlétének helyettesítőjeként szolgáljon, ezért jól láthatóan kell elhelyezni és egyéb úton is fel kell hívni az érintettek figyelmét a jelenlétére. **(K-OJOG-36/2005.)**

Az adatvédelmi törvényen kívül a **Polgári Törvénykönyvről szóló 1959. évi IV. törvény 80. § (1)** bekezdése tartalmaz ezzel kapcsolatos rendelkezést, mely szerint a **személyhez fűződő jogok** megsértését jelenti a más képmásával vagy hangfelvételével kapcsolatos bármiféle visszaélés.



## 2013 ŐSZÉTŐL ÖNÁLLÓ TANTÁRGY A KERÉKPÁROS KÖZLEKEDÉSRE NEVELÉS



2013. március végén az Emberi Erőforrások Minisztériuma elfogadta az általános iskolások 3-4., illetve 5-6. osztályos évfolyamainak kerékpáros közlekedésbiztonsági oktatását tartalmazó, BringaAkadémia névre hallgató kerettantervet.

Számos iskola van, ahol lelkes pedagógusok rendszeresen viszik a gyerekeket túrázni, biciklizni. Ez remek dolog – reméljük, ezek az iskolák az elsők között lesznek, melyek örömmel fedezik fel az új kerettantervet, és építik be helyi tantervükbe, pedagógiai programjukba. **A BringaAkadémia kerettanterv egy rendszerbe foglalt, komplex ismeretanyag,** mely az alapvető KRESZ-ismeretektől kezdve a kerékpár gyakorlati kezelésén túl túrázással kapcsolatos tudást is ad mind a lelkes pedagógusoknak, mind a tantárgyat teljesítő diákoknak. **A pedagógusok 30 órás akkreditált továbbképzési programon sajátíthatják el a tudást, míg a gyermekek 3-4., illetve 5-6. évfolyamon összesen 64 órában találkozhatnak a BringaAkadémiával, amennyiben az iskola ezt lehetővé teszi számukra.**



Tudjuk, hogy az általános iskolák sok esetben küzdenek az órakeret szűkösségével, és érthető okokból a szabadon választható órakeretet is a közismereti tantárgyakra használják fel. Rájuk gondolva alkottuk meg a **BringaAkadémia szakkört.** Ebben a formában a gyerekek a, továbbá megtanulják a kerékpár biztonságos és magabiztos kezelésének alapjait. **A BringaAkadémia szakkör segíthet továbbá kihasználni a mindennapos testnevelés koncepciója által biztosított heti két délutáni időszakban, kiscsoportos foglalkozások során, három hónap alatt sajátíthatják el a legalapvetőbb KRESZ-ismereteket délutáni tornaórát is.**

A BringaAkadémia tantervvel és szakkörrel a célunk - azon túl, hogy a tanulókat megtanítsuk a biztonságos közlekedés alapjaira - az is, hogy környezettudatos, a kerékpárjukra mindennapi közlekedési eszközként tekintő, és másokkal szemben is toleráns járművezetőket neveljünk.

Amennyiben a BringaAkadémia felkeltette érdeklődését, részletes **információért keresse Abelovszky Tamást** az [info@bringaakademia.hu](mailto:info@bringaakademia.hu) címen, vagy a +36-30-462-01-81-es telefonszámon.

### V. BRINGAAKADÉMIA, MINT ÖNÁLLÓ TANTÁRGY



Az Emberi Erőforrások Miniszterének 51/2012. (XII. 21.) számú rendeletének 6. számú melléklete a 7.23. pontban írja le a BringaAkadémia kerettanterv tematikai egységeit és fejlesztési követelményeit. Ez alapján a BringaAkadémia önálló (szabadon választható) tantárgyként tanítható az általános iskolákban.

A kétéves kerettanterv összesen 64 tanórából (évi 32) áll, tehát heti egy-egy órában zajlik az oktatása. A tananyag összeállításakor két korcsoportot vettünk célba: a 3-4., illetve az 5-6. évfolyamot. A gyerekek 12 éves kortól közlekedhetnek önállóan főútvonalon, de a fiatalabbaknak sem tiltja semmi a kerékpárral közlekedést az alacsonyabb rangú utakon, így a kisebbeket is hasznos bevonni a képzésbe. Korábbi tapasztalataink azt mutatják, hogy az idősebbek talán fogékonyabbak az elméleti alapokra, könnyebben tanulnak – ugyanakkor a kisebbek a gyakorlati oktatásokon rendkívüli lelkesedéssel vesznek részt, és már néhány foglalkozás után hatalmas változás látható tudásukban.

A program célja nem az, hogy sportos jellegű képzést adjon, sokkal inkább a mindennapos közlekedésről szól, annak magas szintű ismeretéről. A tananyag négy lábon áll, ennek megfelelően oszlik meg az óraszám is a két év során.

## **1. Elmélet - KRESZ**

15-16 óra a KRESZ-képzés, amelynek a végén elképzeléseink szerint vizsgát is tesznek a gyerekek. Fontos tudni, hogy nincs kerékpáros KRESZ, vagy nincs külön gyerekeknek szóló KRESZ! Egyetlen közlekedési szabályrendszer létezik, amely mindenkire vonatkozik. A közlekedő gyerekektől elvárható, hogy ismerje ezek közül azokat, amelyek az ő biztonsága érdekében fontosak. Például nincs szükségük az autópályán való közlekedés ismereteire, vagy a parkolási szabályokra, de az elsőbbségi szabályokkal vagy azzal, hogy mely közlekedőnek hol a helye, egy kerékpárosnak – lényegében minden közlekedőnek – tisztában kell lennie. És ne felejtsük el: a gyalogos is a közlekedés aktív résztvevője – akár felnőtt, akár kisgyerek.

Az elméleti közlekedési ismeretek (KRESZ-szabályok) oktatásába, valamint a tanártovábbképzésbe igyekszünk partnerként bevonni az illetékes állami szerveket is. Például a Nemzeti Közlekedési Hatóság az a szervezet, amely jogosult vizsgáztatni Magyarországon, és az ORFK Országos Balesetmegelőzési Bizottságának munkatársai is komoly tudás birtokában vannak, amit szeretnénk, ha ebben a programban is kamatoztatnának.

## **2. Kerékpár, mint közlekedési eszköz**

A BringaAkadémia 64 tanórás keretében 10 órában foglalkozunk magával a kerékpárral, mint közlekedési eszközzel. Ez elméleti-gyakorlati vegyes foglalkozás, amikor a gyerekek megismerhetik a kerékpár alapvető működését és a szerelési ismereteket. Megtanulják kezelni a kerékpárjukat: hogyan működik a váltó, a fék, a gumi; mit kell tudni a guminyomásról, a pumpálásról, a javításról; a fejtámasz beállításáról, és felvételéről; a kormányról, a nyereg magasságáról, hogyan kell beállítani azokat. Megismerik, milyen kerékpárt érdemes választaniuk, mit tegyenek defekt esetén, vagy ha bármi probléma történik, ne essenek kétségbe, tudják, mi a teendő. Ezek látszólag evidens ismeretek, de elegendő csak körülnézni egy iskola bringatárolójában, és láthatjuk, hogy számos, a közlekedésre teljesen alkalmatlan eszközzel is elengedik a szülők a gyerekeket. Ezeknek az ismereteknek az átadására tökéletesen megfelel a téli időszak, amikor az időjárás kevésbé alkalmas a kerékpározásra.



### 3. Gyakorlati oktatás

Összesen 28 órás gyakorlati képzés során megtanítjuk a gyerekeknek, hogyan kell felülni egy kerékpárra, hogyan kell elindulni, megállni, bekanyarodni, irányt jelezni. Sokan azt gondolják – tévesen –, hogy ha a gyerek képes egyenesen biciklizni a járdán 10-20 métert, már tud kerékpározni, de ez az esetek többségében nem igaz. Ha valaki jogosítványt szerez autóra vagy motorra, elvárjuk tőle, hogy KRESZ-vizsgát tegyen, és csak ezután ülhet autóba, ahol először egy parkolóban, majd a forgalomban is részt vesz egy 30 órás gyakorlati képzésen egy oktató mellett. Miért is várjuk el egy gyerektől, hogy ösztöneitől hajtva tudja, hogyan kell kerékpárral közlekedni? Nem tudja! Viszont nagyon könnyen, néhány óra alatt elsajátítja a szükséges ismereteket egy hozzáértő oktató segítségével. Ha tisztában van a szabályokkal, azoknak megfelelően fog eljárni, ettől kezdve pedig a forgalom elfogadott szereplőjévé válhat.

### 4. Túrázási ismeretek

A kerettantervhez kapcsolódik egy 10 órás túraismereti blokk is, amely során megtanítjuk, a nagyobb túrákhoz, természetjáráshoz szükséges ismereteket. Ide tartozik a térképismeret: a térképen található jelek sokat elárulnak arról, melyik úton tud hajtani a túrázó, melyiket ne válassza, mire kell figyelni (például a szintkülönbségek, folyadékpótlási lehetőségek). Megtanítjuk, hogy milyen további írott és íratlan szabályok vonatkoznak arra, aki erdőn-mezőn teker családjával, barátaival.

## MIT TEHET A PEDAGÓGUS, HA SZERETNE BRINGAAKADÉMIA OKTATÓVÁ VÁLNI?

Sok iskolának okozhat gondot, hogyan töltsen meg használható tartalommal az egész napos iskolai modellt, milyen feladatokkal kösse le a gyerekeket a tanítási időn kívül, továbbá sokszor gondot okoz a mindennapos testnevelés koncepció délutáni óráinak kitöltése is. A BringaAkadémia program akár a délutáni időszakban, a napköziben is működésképes. Azoknak az intézményeknek lehet ez fontos, ahol egyébként is napi probléma a gyerekek önálló, kerékpáros közlekedése. Egy budapesti belvárosi iskola valószínűleg nem választ ilyen kerettantervet, mivel a gyerekek nemigen járnak kerékpárral, mindenki busszal, vagy gyalogosan közlekedik. Egy alföldi vagy külvárosi iskolában azonban sokszor hemzsegnék a biciklik az udvaron. Ott fontos, hogy az igazgatók, osztályfőnökök annak a tudatában engedjék kerékpárral járni a gyerekeket, hogy ők tudnak közlekedni. Léteznek erre nemzetközi példák is: Németországban például vannak iskolák, ahol csak akkor engedik a gyerekeket kerékpárral közlekedni az iskolába, ha már áttestek hasonló tanfolyamon, mint amiről honlapunkon is olvashat.

### Milyen segítséget kapnak a tanárok a tanterv elsajátításához?

- Erre a célra hoztuk létre az akkreditált BringaAkadémia pedagógus-továbbképzési programunkat. Javasoljuk, hogy iskolánként (ahol ezt a kerettantervet) legalább két pedagógus végezze el ezt a továbbképzést. A 30 órás képzés során a résztvevők megtanulják azokat a fogásokat, amelyekkel megtaníthatják a gyerekeket az alapismeretekre.

- A négynapos, intenzív képzés során a jelentkező pedagógusok képzett szakemberektől ismereteket szereznek környezetkímélő közlekedési lehetőségekről, Európában bevált és működő módszerekről.



- A mindennapos kerékpáros közlekedésben is hasznosítható gyakorlati ismereteket szereznek, melyek elősegítik, hogy az iskolai, délutáni BringaAkadémia oktatáson hétről-hétre új, értékes és érdekes programokkal kössék le a gyerekek figyelmét.
- Az oktatás alapfeltétele: minimális közlekedési ismeretek (pl. KRESZ-vizsga, jogosítvány), és kerékpározás alapszintű elsajátítása (kerékpáros túrázók, kerékpárral munkába járók előnyben).

*Az Emberi Erőforrások Minisztérium illetékes államtitkársága 2013. április 25-én 957/64/2013 számon nyilvántartásba vette a Vuelta Kft. által benyújtott „BringaAkadémia kerékpáros közlekedésbiztonsági program” című pedagógus továbbképzési programot.*

Gondoltunk azokra is, akik BringaAkadémia szakkört szeretnének szervezni általános iskolákban:

- A BringaAkadémia szakkörre egy kétnapos tréning segítségével készítjük fel az érdeklődőket, akik nemcsak pedagógusok, hanem akár lelkes, elhivatott kerékpárosok, szülők is lehetnek.
- A tréning során elsősorban a gyakorlati ismeretek átadására fókuszálunk, rövid KRESZ-oktatást követően szinte csak a kerékpárokon ülve gyakorolják a résztvevők az elsajátítandó és továbbadandó üzeneteket.
- Az oktatás alapfeltétele: minimális közlekedési ismeretek (pl. KRESZ-vizsga, jogosítvány), és kerékpározás alapszintű elsajátítása (kerékpáros túrázók, kerékpárral munkába járók előnyben).

Képzésre az [info@bringaakademia.hu](mailto:info@bringaakademia.hu) címen lehet jelentkezni.





<http://www.tanuloknak.hu/>

**Diák** vagyok! REGISZTRÁLOK!

**Pedagógus** vagyok! REGISZTRÁLOK!

**Ingyenes közlekedésbiztonsági e-learning képzés, amellyel akár KRESZ tanfolyamot is nyerhetsz!**



Reggel iskolába menet, délután hazafelé sétálva, a buszmegállóban várakozva, vagy amikor tanulás után biciklizni mész a barátaiddal – mindig közlekedsz.

A közúti közlekedésbiztonsági akcióprogram célja, hogy megtanítsunk arra, hogyan közlekedhetsz a lehető legbiztonságosabban, elkerülve a baleseteket és a veszélyes helyzeteket.

### **Kiknek szól a program?**

A program az általános iskolák 1-8. évfolyamosait, valamint a középiskolák 9-12. évfolyamainak tanulóit célozza meg. Segít nekik abban, hogy gyalogként, kerékpárosként vagy éppen egy jármű volánja mögött ülve a szabályokat ismerve és tiszteletben tartva, biztonságosan vegyenek részt a közlekedésben.

Szól emellett a közoktatási intézmények pedagógusainak is, akik a gyalogos, kerékpáros és segédmotor-kerékpáros közlekedési és közlekedésbiztonsági ismeretek átadásához szükséges útmutatókhoz juthatnak hozzá a program segítségével.

### **Ingyenes elektronikus (e-learning) tananyagok**

Az oktatás során nem kell vaskos könyveket lapozgatnod, hiszen a tanulási folyamat számítógépen, az interneten keresztül történik. A projekt időtartamán belül az ismeretek elsajátításával egyéni tempóban lehet haladni, ráadásul a tanulás helyszíne sem kötött, így tanulhatsz az iskolában vagy akár otthonról is - az egyetlen feltétel, hogy rendelkezéssel internetkapcsolattal.

Az e-learning tananyagokban a közlekedésbiztonsági ismeretek a megszokottól eltérő, szórakoztató és interaktív formában kerülnek a monitorokra, ami elősegíti az információk könnyebb és jobb elsajátítását. Próbáld ki, hogyan működik a gyakorlatban!



## Miért érdemes elvégezni?

A közlekedési ismeretek elsajátítása és az, hogy biztonságosan vegyél részt forgalomban önmagában is fontos és elegendő indok a programban való részvételre.

Ezen felül a tananyagokat elvégző diákok és pedagógusok egy e-kuponkód segítségével jogosulttá válnak egy ingyenes, az „AM”, „A”, „A1”, „A2” vagy „B” kategóriás jogosítvány megszerzéséhez szükséges KRESZ-tanfolyam elvégzésére.

A képzés e-learning rendszerben történik, így ha tetszik ez a tanulási mód, egészítsd ki tudásod, és készülj fel így a KRESZ-vizsgára is! Siess, mert az ingyenes kuponkód csak az első 50.000 felhasználónak jár! Bővebb információt a kuponokról itt találsz.

## Verseny

A résztvevő iskolák között 2 kategóriában indítunk versenyt:

- a teljes tanulói létszámhoz viszonyítva a legtöbb végzett tanulót felmutató intézmény ajándékot kap, továbbá
- az az intézmény is díjazásban részesül, amelynek pedagógusai a legaktívabbak.

A verseny állása oldalunkon folyamatosan nyomon követhető.

Regisztrálj, és támogasd iskoládat abban, hogy Ti legyetek az ország legbiztonságosabban közlekedő diákjait felsorakoztató oktatási intézménye!



## Információk : játékos feladatokról

[kozlekedesbiztonsag.tlap.hu](http://kozlekedesbiztonsag.tlap.hu) » Játékok - közlekedésbiztonság



### Játékok gyerekeknek

Közlekedéssel kapcsolatos különféle játékok és mesék gyerekeknek. Sok - sok mese és játék egy helyen. Hasznos segítik gyermeke fejlődését, különösképpen a közlekedési témák tekintetében.

<http://www.egyszervolt.hu/>



### Játékos kresz oktató film

A kis film segítségével, játékos formában tanulhatjuk meg a közlekedéssel, kresszel kapcsolatos tudnivalókat. E kisfilm hasznos lehet a még jogosítvánnyal nem rendelkezők számára, de egyaránt alkalmas felfrissíteni az autóvezetők memóriáját is.

<http://network.hu/>



### Közlekedésbiztonsági játék

Mario-videojáték-sorozat kitalált szereplője, melyet a japán videojáték tervező, Mijamoto Sigeru alkotott meg. A Nintendo által fejlesztett játéksorozat főszereplője több mint 200 videojátékban szerepelt. Kezdetben csak platformjátékok szereplője volt, ezek között is a Donkey Kongban jelent meg először, azóta számos műfajú játékban feltűnt, mint például a versenyzős Mario Kart, a bulizós Mario Party vagy a verekedős Super Smash Bros. játékok. Mario egy alacsony, kövérkés olasz-amerikai vízszereelő, aki a Csiperke Királyságban él.

<http://www.mariogames24.com/>



### Kvízjáték

Lehetőség van KRESZ Teszt kitöltésére, melynek végeztével az eredményt is rögtön megtudhatja. Kérjük, hogy töltsön ki minden adatot, és minden kérdésre válaszoljon, a válaszokat rendszerünk automatikusan megjeleníti a teszt végeztével (ingyenes gyakorlás).

<http://kvizpart.hu/>



2014. január 17-től megváltozott a 78/2003. (XI. 27.) GKM rendelet a **játszótéri eszközök biztonságáról**.

A változás több olyan lehetőséget biztosít az Intézmények részére mely által jelentős költségmegtakarítással és jóval rugalmasabb módon tudnak új játszótéri eszközöket elhelyezni az udvarukon.

A fogyasztóvédelemről szóló 1997. évi CLV. törvény 56. §-ának a) pontjában foglalt felhatalmazás alapján a belügyminiszterrel egyetértésben a következőket rendelem el:

**1. § (1)** E rendelet hatálya a játszótéren elhelyezett játszótéri eszközökre terjed ki.

(2) Nem tartozik e rendelet hatálya alá a kizárólag saját, családi célra kialakított játszótéren elhelyezett játszótéri eszköz.

**2. §** E rendelet alkalmazásában

a) *játszótér*: az a külső vagy belső tér, amelyet játszótéri eszközök elhelyezésére (telepítésére), illetve azok használatára létesítettek, függetlenül attól, hogy a létesítés építészeti hatósági engedély hatálya alá tartozik-e vagy sem;

b)<sup>1</sup> *játszótéri eszköz*: játszótéren elhelyezett olyan eszköz, beleértve az alkotórészeket és a szerkezeti elemeket is, amelyet gyermekek játék céljára egyedül vagy csoportosan használnak;

c) *forgalomba hozatal*: a játszótéri eszköz visszerthes vagy térítésmentes első ízben történő rendelkezésre bocsátása;

d) *ellenőrzés*: a telepített játszótéri eszköz vizsgálata és megfelelőségének megállapítása a biztonságossági követelmények alapján, elsősorban a vonatkozó szabvány figyelembevételével és szakmai értékítélet alapján értelmezett általános követelmények szerint;


e)<sup>2</sup> *kijelölt szervezet*: a megfelelőségértékelő szervezetek tevékenységéről szóló 2009. évi CXXXIII. törvény 2. § h) pontjában megfelelőségértékelési tanúsításra, valamint 2. § k) pontjában megfelelőségértékelési vizsgálatra meghatározott szervezet, amelynek kijelölt megfelelőségértékelési területe e rendelet 2. § b) pontjában meghatározott termék;


f)<sup>3</sup> *biztonságossági követelmények*: az 1. mellékletben meghatározott követelmények;

g)<sup>4</sup> *balesetveszélyes játszótéri eszköz*: olyan játszótéri eszköz, amely az 1. melléklet 2. pontjában meghatározott követelményeket nem elégíti ki;

h)<sup>5</sup> *üzemeltető*: az a természetes vagy jogi személy, aki a játszótéri eszközzel rendelkezni jogosult, vagy akit a játszótéri eszközzel rendelkezni jogosult annak üzemeltetésére feljogosított;

i)<sup>6</sup> *időszakos ellenőrzés*: olyan használatban lévő játszótéri eszközökre vonatkozó megfelelőségértékelési tevékenység, amelyet a megfelelőségértékelési ellenőrzésre a megfelelőségértékelő szervezetek kijelölésének, valamint a kijelölt szervezetek tevékenységének különös szabályairól szóló jogszabály alapján kiadott engedéllyel rendelkező szervezet végez.

 **3. §<sup>7</sup>** (1) Játszótéri eszköz akkor hozható forgalomba, forgalmazható, telepíthető, illetve vehető használatba, ha az a rendeltetésszerű és a gyermekek szokásos viselkedését figyelembe vevő, előrelátható használata során a használók vagy más személyek biztonságát és egészségét nem veszélyezteti, és megfelel a biztonságossági követelményeknek.

 (2) A biztonságossági követelményeknek való megfelelést a gyártó a 7. mellékletben meghatározott megfelelőségi nyilatkozatával vagy a kijelölt szervezet által kiadott megfelelőségi tanúsítványával igazolja.



☞ (3) A játszótéri eszközt új létesítés, nagyjavítás, csere vagy helyváltoztatás esetén használatba venni a kijelölt szervezet által végzett, a biztonságossági követelményeknek való megfelelést, valamint a megfelelőségi nyilatkozat vagy a megfelelőségi tanúsítvány meglétét ellenőrző vizsgálatot követően lehet.

☞ (4) A saját építésű játszótéri eszközök biztonságossági követelményeknek való megfelelőségét a kijelölt szervezet a létesítés során ellenőrzi és annak eredményéről egyedi megfelelőségi igazolást ad ki.

☞ (5) Játszótéri eszköz bemutatása, kiállítása, reklámozása során - ha az nem felel meg a biztonságossági követelményeknek - a gyártó vagy az importáló köteles erre kifejezetten felhívni a figyelmet.

**4. § (1)<sup>8</sup>** A megfelelőségi tanúsítványt a kijelölt szervezet a játszótéri eszköz mintadarabján elvégzett típusvizsgálat, illetve egyedileg gyártott játszótéri eszköz egyedi vizsgálata, és az 5. § (2) bekezdése szerint benyújtott dokumentumok vizsgálata alapján adja ki. Ha a játszótéri eszközt a Magyar Szabványügyi Testület által közleményben közzétett szabványok szerint gyártották, azt úgy kell tekinteni, hogy megfelel a biztonságossági követelményeknek.

(2) Ha a játszótéri eszközt nem vagy nem teljes mértékben az (1) bekezdésben hivatkozott szabványok szerint gyártották, a kijelölt szervezet a mérnöki, szakmai gyakorlata alapján állapítja meg, hogy a játszótéri eszköz a biztonságossági követelményeknek megfelel-e, illetve a szabványban előírttal legalább azonos szintű biztonságot nyújt-e a felhasználó és harmadik személy számára.

(3) A megfelelőségi tanúsítvány kiadásának megtagadását indokolni kell.

**5. § (1)<sup>9</sup>** A megfelelőségi tanúsítást a gyártó, az importáló vagy a forgalomba hozó az általa választott kijelölt szervezettel végezteti el.

(2)<sup>10</sup> A megfelelőségi tanúsítást kérvényező a kijelölt szervezetnek átadja:

a) pontos nevét, címét, adószámát, cégjegyzékszámát, telefon és telefaxszámát, e-mail címét, valamint

b) a 2. melléklet szerinti dokumentációt.

(3)<sup>11</sup> A megfelelőségi tanúsítvány tartalmi követelményeit a 3. melléklet tartalmazza.

(4)<sup>12</sup> A megfelelőségi tanúsítvány hatálya legfeljebb öt év.

(5) A kijelölt szervezet a megfelelőségi tanúsítványt visszavonja, ha megállapítja, hogy a játszótéri eszköz nem felel meg a biztonságossági követelményeknek, illetve a típusvizsgálatnak alávetett mintadarabnak. A megfelelőségi tanúsítvány visszavonásáról a kijelölt szervezet értesíti a kérelmezőt, aki köteles intézkedni a játszótéri eszköz további használatának megakadályozása iránt.

☞ **6. §<sup>13</sup> (1)** A játszótéri eszközt a következő adatokkal és dokumentumokkal ellátva kell forgalomba hozni és forgalmazni:

☞ a) a gyártó, az importőr, a forgalmazó neve, címe,

☞ b) a játszótéri eszköz megnevezése, a gyártó által adott azonosító jelölés, amely a játszótéri eszköz, valamint összeállítása egyedi azonosítására szolgál,

☞ c) a játszótéri eszköz általános terméktájékoztatója, telepítési, szerelési, karbantartási, felülvizsgálati és használati utasítása magyar nyelven (a továbbiakban: használati és kezelési útmutató),

☞ d) az ajánlott korcsoport,



☞ e) a szabvány jelzete, amelynek a játszótéri eszköz megfelel,

☞ f) a kijelölt szervezet által kiadott tanúsítvány másolata vagy a gyártó megfelelőségi nyilatkozata.

☞ (2) Szükség esetén a játszótéri eszközt el kell látni olyan magyar nyelvű figyelmeztető felirattal, amely a lehetséges veszélyekre felhívja a felhasználó figyelmét, különös tekintettel a 3 év alatti gyermekek számára hozzáférhető eszközökre.

**7. §<sup>14</sup>** (1) A játszótéri eszközt a használati és kezelési útmutató előírásait figyelembe véve kell felszerelni, üzemeltetni, karbantartani.

☞ (2)<sup>15</sup> A játszótéri eszköz üzemeltetőjének a játszótéri eszköz időszakos ellenőrzését az időszakos ellenőrzés végzésére engedéllyel rendelkező szervezettel négyévenként kell elvégeztetni.

(3) Ha a játszótéri eszköz balesetveszélyessé válik, az üzemeltetőnek haladéktalanul intézkedni kell az eszköz használatának megakadályozása és annak egyidejű kijavítása vagy lebontása érdekében.

(4) A játszótéri eszközökről, azok állapotáról, valamint az időszakos ellenőrzésekről a 6. melléklet szerinti adattartalommal az üzemeltetőnek nyilvántartást kell vezetni. A nyilvántartásokat és az intézkedést igazoló dokumentumokat a játszótéri eszköz üzemeltetőjének legalább 10 éven keresztül meg kell őrizni.

(5) A játszótéri eszközök időszakos ellenőrzése a biztonságossági követelményeknek való megfelelésre, azok biztonsági állapotára, telepítési feltételeinek megfelelésére irányul.

☞ (6)<sup>16</sup> Az időszakos ellenőrzés során

☞ a) megfelelőnek kell értékelni azt a játszótéri eszközt, amely megfelel a biztonságossági követelményeknek;

☞ b) részben megfelelőnek kell értékelni azt a játszótéri eszközt, amely teljes mértékben nem elégíti ki e rendelet követelményeit, de a hiányosság az eszköz biztonságos használatát nem veszélyezteti;

☞ c) nem megfelelőnek kell értékelni azt a játszótéri eszközt, amely nem felel meg a biztonságossági követelményeknek és az eszköz nem tehető biztonságossá, kijavítása nem lehetséges.

(7) Az időszakos ellenőrzés eredményéről időszakos ellenőrzési jegyzőkönyvet kell kiállítani, amely legalább a 4. mellékletben meghatározott adatokat tartalmazza.

☞ (8)<sup>17</sup> A 2004. február 1-je előtt telepített egyedi megfelelőségi bizonyítvánnyal vagy egyedi megfelelőségi tanúsítvánnyal nem rendelkező játszótéri eszközökről az időszakos ellenőrzéskor, a saját építésű játszótéri eszközökről a használatbavételkor az 5. mellékletben meghatározott adatokat tartalmazó, egyedi megfelelőségi igazolást kell kiadni az ellenőrzést végző kijelölt szervezetnek.

(9) A részben megfelelőnek értékelt játszótéri eszközt az üzemeltetőnek kell a biztonságossági követelményeknek megfelelő állapotúra kijavítani, valamint a nem megfelelőnek értékelt játszótéri eszköz további használatát haladéktalanul megakadályozni és azt elbontani.



**7/A. §<sup>18</sup> (1)<sup>19</sup>** A 3. § (1) bekezdésében meghatározott előírásoknak nem kell megfelelnie az olyan játszótéri eszköznek, amelyet az Európai Unió valamely tagállamában vagy Törökországban állítottak elő, illetve hoztak forgalomba, vagy az Európai Gazdasági Térségről szóló megállapodásban részes valamely EFTA-államban állítottak elő az ott irányadó előírásoknak megfelelően, feltéve, hogy az irányadó előírások a fogyasztók védelme tekintetében az e rendeletben meghatározottal egyenértékű védelmet nyújtanak.

(2)<sup>20</sup> Az (1) bekezdés vonatkozásában a fogyasztóvédelmi hatóság állapítja meg, hogy a fogyasztók védelme tekintetében fennáll-e az egyenértékű védelem.

**8. § (1)** Ez a rendelet 2004. február 1-jén lép hatályba, rendelkezéseit - a 7. §-ban foglaltak kivételével - a hatálybalépését követően forgalomba hozott, illetve telepítendő játszótéri eszközökre kell alkalmazni.

(2) Az e rendelet hatálybalépése előtt forgalomba hozott játszótéri eszköz tekintetében a 4. § (1) bekezdésében hivatkozott szabványoknak való megfelelést igazoló magyar vagy külföldi tanúsítványt a 3. § (1) bekezdése szerinti megfelelési tanúsítvánnyal egyenértékűnek kell tekinteni.

**9. §<sup>21</sup> (1)** Az időszakos ellenőrzési jegyzőkönyv egy példányát a kijelölt szervezet a területileg illetékes fogyasztóvédelmi felügyelőség részére az ellenőrzést követő 15 napon belül köteles megküldeni, egy példányt pedig az üzemeltető részére köteles átadni.

👉 (2)<sup>22</sup>

👉 (3)<sup>23</sup> Az üzemeltető a játszótér és játszótéri eszköz létesítését, telepítését és ezek állapotával kapcsolatos változásokat 30 napon belül köteles bejelenteni a területileg illetékes fogyasztóvédelmi felügyelőségnek a 6. melléklet szerinti adattartalommal.

### **1. melléklet a 78/2003. (XI. 27.) GKM rendelethez<sup>24</sup>**

#### ***A játszótéri eszközök biztonságossági követelményei***

1. A játszótéri eszközök méretei és nehézség fokozatai feleljenek meg az előírányzott korcsoportnak.

2. A játszótéri eszközöket úgy kell tervezni és elkészíteni, hogy:

2.1. a gyermek számára a játék kockázata nyilvánvaló és előrelátható legyen,

2.2. ne keletkezzenek veszélyes helyzetek (fej, nyak vagy ujjak beszorulása),

2.3. szerkezeti szilárdsága - beleértve a stabilitást - megfelelő legyen,

2.4. a leesés ellen védelmet biztosítson,

2.5. az alapozással ne keletkezessen veszély (kioldódás, ütés),

2.6. a felnőttek is hozzáférhessenek és az eszközön belül segíthessenek a gyermekeknek.

3. Játsótéri eszközök gyártásakor csak olyan anyagokat szabad alkalmazni, amelyek az eszközök használói számára egészségkárosodást nem okoznak.

4. A játszótéri eszközök védjék meg a gyermekeket olyan veszélyektől, amelyek nem láthatók előre, ha a játszótéri eszközt rendeltetésszerűen vagy ésszerűen előrelátható módon használják.



## **2. melléklet a 78/2003. (XI. 27.) GKM rendelethez<sup>25</sup>**

### ***A műszaki dokumentáció tartalmi követelményei***

1. A játszótéri eszköz megnevezése, típusa, cikkszám vagy a gyártó által adott azonosító megjelölés, amely a játszótéri eszköz, valamint összeállítása egyedi azonosítására szolgál.
2. Ajánlott korcsoport megjelölése.
3. A játszótéri eszköz működésének leírása.
4. A játszótéri eszközről készített fotók, rajzok.
5. A játszótéri eszköz tervei:
  - 5.1. nézeti rajzok,
  - 5.2. összeállítási rajzok,
  - 5.3. metszetek,
  - 5.4. anyag- és alkatrész jegyzékek,
  - 5.5. anyagminőség,
  - 5.6. alkatrész és részegység rajzok,
  - 5.7. statikai számítások olyan részletességgel, hogy a játszótéri eszköz minden részlete ellenőrizhető, biztonságossága megállapítható legyen.
6. A gyártásközi ellenőrzések és mindazon intézkedés ismertetése, amellyel a gyártó a termék megfelelőségét elősegítette.
7. Telepítési előírások, alapozási tervek, szerelési útmutató.
8. Használati és kezelési útmutató.
9. Szükség esetén a gyermekeket fenyegető veszélyekre vonatkozó figyelmeztetések.
10. Annak a szabványnak a megjelölése - amennyiben van ilyen -, amelynek a termék megfelel.

## **3. melléklet a 78/2003. (XI. 27.) GKM rendelethez<sup>26</sup>**

### ***A megfelelőségi tanúsítvány tartalmi követelményei***

1. A kijelölt szervezet neve, címe, valamint a megfelelőség-értékelési tevékenység végzésére vonatkozó engedély száma.
2. A gyártó és az importáló vagy a forgalomba hozó neve, címe.
3. A tanúsított játszótéri eszköz megnevezése, típusa, cikkszám, azonosító megjelölése.
4. A szabványok, előírások vagy egyéb vizsgálati módszerek tételes felsorolása, amelyek alapján a játszótéri eszközt vizsgálták és tanúsították.
5. Hivatkozás a vizsgálati jegyzőkönyvre, amelynek alapján a tanúsítást végezték.
6. Az ajánlott korcsoport.
7. A tanúsítvány száma, kiadásának kelte és érvényességi ideje.
8. A tanúsítvány hitelességét igazoló aláírások.

## **4. melléklet a 78/2003. (XI. 27.) GKM rendelethez<sup>27</sup>**

### ***Az időszakos ellenőrzési jegyzőkönyv tartalmi követelményei***











1. Az üzemeltető neve, címe.
2. Az időszakos ellenőrzést végző szervezet neve, címe, valamint a megfelelőségértékelési tevékenység végzésére vonatkozó engedély száma.
3. Az időszakos ellenőrzés helyszíne (a játszótér azonosítása).
4. Az időszakos ellenőrzés időpontja.
5. A játszótéri eszközök meghatározása (megnevezés, gyártó, típus, cikkszám, azonosító megjelölés, elhelyezés).
6. Az egyes játszótéri eszközök megfelelőségének értékelése - megfelelt / részben megfelelt / nem megfelelt -, dokumentálása, nem, valamint részben megfelelőség esetében annak indokolása (fotók, rajzok).
7. Az értékeléshez használt szabványok, előírások tételes felsorolása.
8. Az időszakos ellenőrzési jegyzőkönyv kiadásának kelte.
9. Az értékelés hitelességének aláírásokkal történő igazolása.










#### **5. melléklet a 78/2003. (XI. 27.) GKM rendelethez**<sup>28</sup>

##### **Egyedi megfelelőségi igazolás tartalmi követelményei**

-  1. A kijelölt szervezet neve, címe, valamint az ellenőrzési tevékenység végzésére vonatkozó engedély száma.
-  2. A játszótéri eszköz meghatározása (megnevezés, elhelyezés).
-  3. Az előírások vagy egyéb vizsgálati módszerek tételes felsorolása, amelyek alapján a játszótéri eszközt vizsgálták és megfelelőségét igazolták.
-  4. Az ajánlott korcsoport.
-  5. Az egyedi megfelelőségi igazolás száma, kiadásának kelte és érvényességi ideje.
-  6. Az egyedi megfelelőségi igazolás hitelességét igazoló aláírások.


#### **6. melléklet a 78/2003. (XI. 27.) GKM rendelethez**<sup>29</sup>

##### **A nyilvántartási adatlap tartalmi követelményei**

-  1. A játszótér címe.
-  2. A játszótéri eszközök száma.
-  3. A játszótéri eszközök nyilvántartása:
  -  3.1. a játszótéri eszköz megnevezése, az azonosítást szolgáló adatok,
  -  3.2. a használatba vétel időpontja,
  -  3.3. az időszakos ellenőrzések időpontja,
  -  3.4. a játszótéri eszközök állapota (megfelelő, részben megfelelő, nem megfelelő),
  -  3.5. a javítás időpontja (ha volt),
  -  3.6. a bontás időpontja (ha volt).

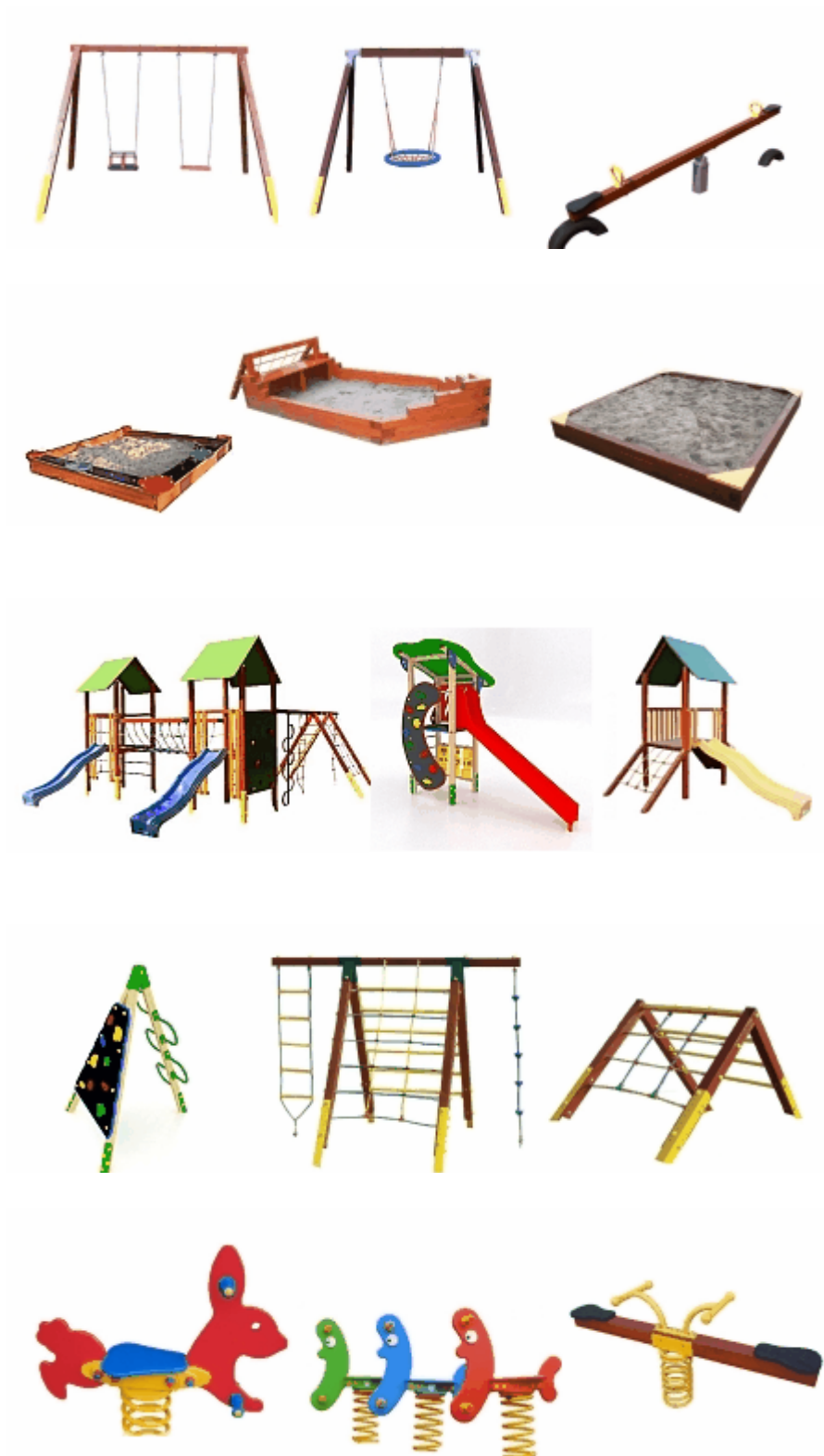
#### **7. melléklet a 78/2003. (XI. 27.) GKM rendelethez**<sup>30</sup>

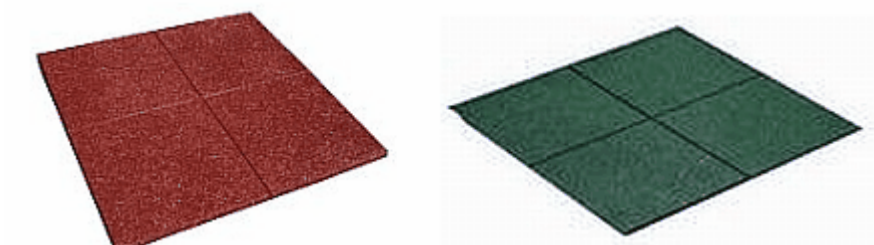
##### **Megfelelőségi nyilatkozat tartalmi követelményei**

-  1. A játszótéri eszköz megnevezése, azonosítója.



- ☞ 2. A gyártó vagy meghatalmazott képviselőjének neve és címe.
- ☞ 3. A gyártó nyilatkozata arról, hogy a megfelelőségi nyilatkozatot a kizárólagos felelőssége mellett adja ki.
- ☞ 4. A játszótéri eszköz azonosítását lehetővé tévő, megfelelően látható színes kép.
- ☞ 5. Nyilatkozat arról, hogy a játszótéri eszköz megfelel a rendelet vagy a vonatkozó szabvány előírásainak.
- ☞ 6. A kiállítás helye és ideje.





## AZ ELSŐSEGÉLY NYÚJTÁS ELMÉLETI ÉS GYAKORLATI ISMERETEI

### Elsősegélynyújtás a sürgősségi kórképekben

Hazánkban a bajba jutott emberen való segítséget, az életmentést, törvény teszi állampolgári kötelemmé. Az egészségügyről szóló 1997. évi CLIV Törvény (az egyén szerepéről) az 5. § e. pontjában írja: „... kötelessége - a tőle elvárható módon- segítséget nyújtani, és a tudomása szerint arra illetékes egészségügyi szolgáltatót értesíteni, ha sürgős szükség, vagy veszélyeztető állapot fennállását észleli...”

Kívánatos, hogy a hirtelen bekövetkezett egészségkárosodáskor a helyszínen esetlegesen jelenlévők közül minél többen rendelkezzenek a laikus szintű életmentő minimum-beavatkozások készségével. Ahhoz, hogy ez társadalmi szinten hathatósan működjék, a lakosság legalább egyharmadát kellene kiképezni, és rendszeres szinten tartó képzésben részesíteni (ideálisan legalább évente).

### Mi az elsősegélynyújtás?

Azonnali segítség a sérülést, hirtelen egészségkárosodást szenvedettek számára az orvos, vagy a mentők megérkezéséig. Leggyakrabban a mentési lánc első eleme, mely meghatározó lehet a beteg sorsára nézve.

### Hogyan épül fel a mentési lánc?

#### GYÓGYINTÉZET ELŐTTI SZAKASZ

- Laikus elsősegély
- Orvosi elsősegély
- Mentőellátás

#### GYÓGYINTÉZETI SZAKASZ

- Sürgősségi Betegellátó Osztály
- Intenzív Osztály

### Mit kell tudni a mentési láncról?

Egységes, töretlen folyamatnak kell lennie:

- a hirtelen egészségkárosodás (baleset, betegség) helyszínén meg kell kezdődnie,
- folytatódnia kell a továbbiak során

megszakítás nélkül, a kórházi felvételen túl is.

### Ki lehet elsősegélynyújtó?

Bárki, aki képes segíteni a bajbajutotton úgy, hogy beavatkozásával nem okoz kárt, vagy további ártalmat.

### Mi az elsősegélynyújtás célja?

- Az élet megmentése
- A további egészségkárosodások megakadályozása
- A gyógyulás elősegítése

### Milyen képességekkel kell rendelkeznie?

- Az alapvető elsősegélynyújtási ismeretek elméletét és gyakorlatát birtokolja.
- Ismeri a beavatkozások helyes sorrendjét.
- Cselekvése mértéktartó, céltudatos és határozott, mozdulatai gyengédek.



- Fellépése határozott, de ugyanakkor megnyugtató, emberséges.

### **Mire kell kiképezni az elsősegélynyújtót?**

- Veszélyes helyszín felismerésére, a kimentésre, a segélyhívásra.
- Életműködések vizsgálatára, hiányuk pótlására.
- Légzészavarok felismerése, ellátására.
- Eszméletlenség felismerése, ellátására.
- Törések, ficamok, rándulások felismerésére, ellátására.
- A sebzések, vérzések felismerésére, ellátására.
- A mérgezések súlyosbodásának megelőzésére.
- A bajbajutottak felügyeletére.

### **A helyszín**

#### **Mit kell tudni a helyszínről?**

- Az egészségkárosodás ott következik be.
- Többnyire közvetlen oki kapcsolatba hozható az egészségkárosodással.
- Megismerése jelentősen elősegítheti a szakszerű elsősegélynyújtást.
- Befolyásolhatja az ellátás személyi és tárgyi feltételeit, de az elsősegélynyújtás alapelvei minden baleseti helyszínen azonosak.

#### **Mit kell tennie a helyszínrre elsőként érkező elsősegélynyújtónak?**

- Mérje fel, hogy fenyegeti-e veszély őt, a segítségre szoruló(ka)t és a környezetükben tartózkodókat.
- Döntse el, hogy szükség van-e az ellátásra szoruló(k) kimentésére.
- Győződjön meg arról, hogy van -e szükség szakember segítségére, indokolt esetben késedelem nélkül hívjon segítséget.

#### **Mit kell megtudni a segítségre szoruló(k)ról?**

- Milyen tünetek utalnak az egészségkárosodásra?
- Mik az előtérben álló tünetek?
- A veszélyeztetettség milyen foka áll fenn?
- Beavatkozást igényel? Ha igen, milyen ellátásban kell részesíteni, mikor, mennyire sürgősen?
- Miképpen lehet a sorsát megnyugtatóan rendezni?

#### **Mik lehetnek az előtérben álló tünetek?**

- Rendellenes, mozdulatlan testhelyzet.
- Légző mozgások hiánya, nehezített légzés.
- Húvös, sápadt/szederjes, veritékes bőr.
- Eszmélet-és/vagy tudatzavar.
- Bő vérzés.
- Nagy fájdalom.

#### **Milyen formáit ismerjük a veszélyeztetettségnek?**

##### **Az életveszély:**

- Mozdulatlanság, amely felszólításra és fájdalomingerre is fennáll.
- Légző mozgások hiánya, nehezített légzés.
- A nyak a vállöv, a felkar, a comb területén bő vérzés.
- Az arc szürkéssápadt, húvös és veritékes.



### **A súlyos állapot:**

- Fulladás, mely lehet testhelyzettől független.
- Erős fájdalom, mely lehet állandó, vagy időszakos.

### **Könnyű sérülés:**

- A tiszta tudatú sérült sebei kis kiterjedésűek, felületesek.
- Vérzése szivárgó jellegű, a törzset és a végtagokat áttapintva, megmozgatva erős fájdalmat nem okozunk.

### **Törekedni kell a történetek megismerésére**

#### **Meg kell kérdezni a sérülttől, vagy a környezetében tartózkodóktól:**

1. Hogy hívják.
2. Jelenleg mi a fő panasz, mikor kezdődött, változott-e a kezdet óta.
3. Voltak-e hasonló panaszai korábban, vett-e be gyógyszert, ha igen, mit, mikor.
4. Van-e ismert betegsége.
5. Gyógyszerérzékenységről tud-e.

### **Mit jelent a kimentés?**

A segítségnyújtást a baleseti mechanizmussal összefüggő fizikai tényezők akadályozzák, amelyek leküzdése külön személyi és tárgyi felkészültséget igényel.

### **Mit kell tenni az elsősegélynyújtónak a kimentés alatt?**

- A mentők megérkezéséig a vészhelyzet további fokozódását, az újabb sérülések kialakulását lehetőség szerint meg kell akadályozni.
- Amennyiben a sérült megközelíthető tisztázni kell elhelyezkedését, törekedni kell az egészségkárosodásra utaló tüneteket felismerésére.
- Végre kell hajtani -a lehetőségek figyelembevételével- a halaszthatatlan beavatkozásokat: légutak átjárhatóvá tétele, lélegeztetés, vérzéscsillapítás.
- A sérült nem hagyható magára folyamatos kapcsolatot kell fenntartani vele.
- Meg kell szervezni a mentők szabad mozgását.
- Tájékoztatni kell a helyszínre érkezőket a történetekről a sérült elhelyezkedéséről, állapotáról, egyéb információkról.

### **Milyen módon mozgatható a sérült a kimentés során?**

- Rautek-féle I.-II. műfogással.
- Tálcafogással.

### **A segélyhívás**

#### **Milyen számon, hová fordulhatunk segítségért?**

- A 104-es hívószámot tárcsázva az Országos Mentőszolgálat legközelebbi irányítócsoportját érhetjük el.
- A 112-es hívószámon a Rendőrség ügyelete jelentkezik.
- Az autópálya segélykérő telefonjáról a vörös kereszttel jelölt gomb benyomásakor a Segélykérő telefonközponttal lehet kapcsolatot létesíteni, ahonnan az Országos Mentőszolgálat legközelebbi irányítócsoportját közvetlenül kapcsolják.

### **Amit a segélyhíváskor közölni kell**

- A bejelentő neve és telefonszáma: jelentősége a visszahívhatóságban áll, amire a helyszín pontosítása érdekében a kivonulás során szükség lehet.



- A helyszín pontos megjelölése: nehezen megtalálható helyszín (például sok lépcsőházas nagy épület vagy több épületből álló, szétszórtan telepített üzem, esetleg félreeső mellékút vagy tanya) esetében célszerű könnyen megtalálható pontot megbeszélni, ahol várják a kivonuló mentőegységet.
- Az esemény jellege: röviden, tömören kell megfogalmazni, például: személygépkocsi gyalogost gázolt, vagy: permetezés közben egy személy rosszul lett, lakásán szerelés közben egy személyt áramütés ért stb.
- A bajbajutottak száma: akkor van jelentősége, ha adott helyen egyszerre több személyt ért egészségkárosodás.

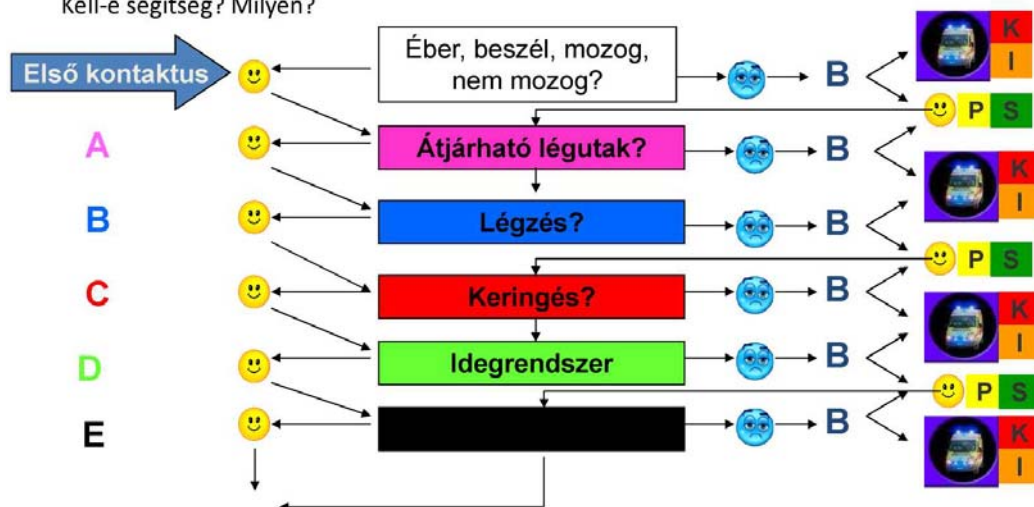
#### **Amit a segélyhíváskor közölni kell**

- *A bajbajutottak állapotának súlyossága:* több személy esetén a kiküldendő mentőegységek számát és szintjét a súlyossági eloszlás határozza meg, ezért - ha lehet - legalább az „életveszélyes”, „súlyos”, „könnyű” megjelöléssel kívánatos megbecsülni az ellátandók állapotát (egy személy sérülése vagy betegsége a bejelentő részletes kikérdezését lehetővé teszi).
- Bárki által megkezdett újraélesztés estén elegendő ha a telefonálással megbízott személy a beteg állapotának részletezése helyett csak azt közli bejelentéskor: „megkezdett újraélesztéshez kérjük a mentők segítségét”; - természetesen a cím pontos megadásáról nem szabad elfeledkezni!



## A bajbajutottak vizsgálata

Helyszín biztonsága?  
Mi történt?  
Ellátandók száma?  
Kell-e segítség? Milyen?



### A beteg állapotának minősítése

- Kritikus az életfunkciók azonnali biztosításra szorulnak légúti elzáródás (A), légzési (B), vagy keringési (C) elégtelenség miatt.
- Instabil az életfunkciók közeli összeomlására kell számítani.
- Potenciálisan instabil az életfunkciók stabilak, de az állapotuk romlásával számolni kell.
- Stabil az életfunkciók stabilak, az állapotuk romlásával nem kell számolni.

### Kritikus jelek és tünetek

A: veszélyeztetett légút

- pl. eszméletlen, kóros légzési hang, ödéma, idegentest

B: súlyos légzéscsökkentés

- pl. LF >29/min vagy <8/min; SpO<sub>2</sub> < 92%
- nehézlégzés, + légzési segédizmok,

C: szöveti hipoperfúzió

- pl. P <40/min vagy >120/min; CRT>2sec
- RR syst. < 90 Hgmm vagy 220 Hgmm
- mellkasi fájdalom; súlyos vérzés (gyanúja)

D: tudat-, és eszméletzavarok

E: kóros kültakaró

- pl. sápadt/szederjes; hideg, nyirkos vagy verejtékes bőr

### ELSŐSEGÉLY A HELYSZÍNEN

1. Helyzetfelmérés
  - ✓ Helyszín biztonsága?
  - ✓ Mi történt?
  - ✓ Ellátandók száma?
  - ✓ Kell-e segítség? Milyen?
2. Kezdőfelmérés

**Életmentő azonnali beavatkozásokat kell alkalmazni:**

- ✓ Éber, beszél, mozog, nem mozog?
- ✓ A-B-C-D-E





### 3. Osztályozás

K I P S

## ELSŐSEGÉLY A HELYSZÍNEN

4. Rendszeres/Folyamatos ellenőrzés:
- ✓ állapot szerint (5/15 percenként)
  - ✓ soron kívül: állapotváltozás, beavatkozás, áthelyezés esetén

## A halál

### Mit kell tudni a halálról?

Két formája van:

- amikor a légzés, a keringés és az agyműködés teljes megszűnése miatt a szervezet visszafordíthatatlan felbomlása megindul, biológiai halálról beszélünk.
- amikor az alapvető életműködések hirtelen, balesetszerűen megszűnnek, de helyreállításukra biológiailag megalapozott remény van, klinikai halálról beszélünk.

### Melyek a biológiai halál egyértelműjelei?

- Rothadás,
- Mumifikáció,
- Élettel összeegyeztethetetlen sérülés,
- Hullamerevség.

### Mit kell tenni a biológiai halál egyértelmű jeleinek észlelésekor?

- Biztosítani kell a helyszínt.
- Értesíteni kell a házi/ügyeletes orvost, vagy a mentőket,
- Rendkívüli halálesetben a rendőrséget.

### Mit kell tudni a klinikai halálról?

- Az alapvető életműködések bármelyikének megszűnése lehet elsődleges.
- Kisgyermeken a leggyakrabban a légzésszavar megszűnése az elsődleges, a keringésmegállás legtöbbször ennek csak következménye.
- Az iparilag fejlett országok többségében a felnőttek körében általában a keringés szűnik meg először, ami legtöbbször kamrafibrilláció következménye.

### Melyek a klinikai halál közelségére utaló jelek?

- A bőrszín hirtelen elváltozása: sápadtság és/vagy szederjesség.
- A bőr hirtelen hűvössé válása, kifejezett verejtékezés hirtelen megjelenése.
- Nagy mellkasi fájdalom vagy súlyos fejfájás megjelenése.
- Hirtelen halálfélelem vagy megsemmisülés érzés.
- A légzés kifejezett romlása, vagy jellegének típusának hirtelen megváltozása.
- Görcsroham kialakulása.

### Miért kell ezeket a jeleket ismernünk?

Közülük például a légzésszavar közvetlenül is kezelhető, illetve megszüntethető, és ezzel a klinikai halálhoz vezető események láncolata megszakítható, megjelenésük az újraélesztésre való felkészülésre sürget.

### Mit kell tenni klinikai halál esetén?



A hirtelen és/vagy balesetszerűen megszűnt alapvető életműködések mesterségesen kell pótolni, illetve helyreállítani.

Ezt a folyamatot nevezzük újraélesztésnek.

### **Ki végezhet újraélesztést?**

Bárki, aki az újraélesztés elméletét és gyakorlatát birtokolja, ismeri a beavatkozások helyes sorrendjét.

### **Az újraélesztés**

#### **Az alapszintű újraélesztés (BLS)**

##### **A BLS algoritmus „laikus ellátók” számára**

1. A helyszín szemrevételezése
2. A vállak megrázása, megszólítás
3. Segítségkérés
4. Légutak szabaddá tétele
5. Légzésvizsgálat 10 mp.-ig
6. Mentőhívás
7. 30 mellkas-kompresszió
8. 2 befúvásos lélegeztetés

##### **A „laikus” BLS lépései**

1. Teremtsünk biztonságot az áldozat és a segélynyújtó körül.
2. Rázzuk meg a beteg vállát kíméletesen, kérdezzük meg: „Mi történt? Segíthetek?” Így kiderülhet az eszméletlenség - ami természetesen önmagában nem azonos a klinikai halállal!
3. Ha semmiféle válasz nincs, hívjunk segítséget.
4. Tegyük szabaddá a beteg légútjait.
  - a fej hátraszegésével és az áll felhúzásával.
  - csak nyilvánvaló hányás jelei esetén nézzünk be a szájba, szükség esetén tisztítsuk ki a szájüreget.
5. Vizsgáljuk a légzést A fejet hátraszegve, az állat felhúzva tartva:
  - fülünkkel és arcunkkal a száj előtt hallgassuk, érezzük a légáramlást,
  - közben nézzük a mellkas légző mozgásait. A vizsgálat tíz másodpercig tartson.

##### **Miről kell dönteni a légzés vizsgálata közben?**

###### **Észlelhető-e normális légzés, melynek jellemzői:**

- 10 másodperc alatt legalább 2 légvétel történik,
- a légvételek nem lehetnek szemmel láthatóan erőlködőek, nem kísérhetik hangos zörejek.

###### **Ha nem észlelhető normális légzés:**

6. Értessük a mentőket.
  - továbbra is a 104-es telefonszámon kérjük segítséget az újraélesztéshez.

###### **A mentőhívás szabályai, ha egyedül vagyunk a helyszínen:**

- az elégtelen légzés megállapítása után, legtöbbször azonnal mentőt kell hívunk.
- ha a halál oka sérülés, mérgezés, fulladás vagy vízi baleset, akkor a mentőhívást egy percig tartó újraélesztésnek kell megelőznie.

###### **Ha nem észlelhető normális légzés:**

7. Kezdjük meg a mellkas-kompressziókat



Ehhez a beteget kemény alapra, hanyatt kell fektetni. Az első kompressziókat mérsékelt erővel, óvatosan végezzük, hogy lehetőleg borda törése nélkül tapasztaljuk ki a mellkas ellenállását.

### **Hogyan kell végezni a mellkas kompressziókat?**

- a segélynyújtó helyezkedjen a beteg mellé,
- tegye az egyik kezét a mellkas középvonalában a szegycsont alsó felére,
- a másik kezét helyezze az előző kézre merőlegesen,
- kulcsolja át az ujjait, melyek a bordákkal párhuzamosak.

### **Hogyan kell végezni a mellkas kompressziókat?**

- függőlegesen, nyújtott karral olyan módon végezzen 30 kompresszióból álló sorozatot, hogy nem helyezi a nyomásokat a bordákra, a szegycsont alsó harmadára, vagy a has felső részére,
- a kompressziók száma percenként 100-120 legyen,
- felnőttek esetében legyen 5-6 cm mély,
- minden lenyomás után biztosítani kell a teljes felengedést,
- kompresszió végzése közben ütemesen, hangosan kell számolni:  
egyés, kétés, hárés, négyés, ötés,  
egyés, kétés, hárés, négyés, tízés,  
egyés, kétés, hárés, négyés, tízenöt,  
egyés, kétés, hárés, négyés, húszés,  
egyés, kétés, hárés, négyés, húszonöt,  
egyés, kétés, hárés, négyés, harminc.
- a mellkas kb. azonos ideig legyen lenyomva és felengedve,
- a kompressziók megszakítását minimalizálni kell,
- amennyiben mód van rá, a kompressziót végző segélynyújtót 2 percenként le kell váltani, hogy a fáradás miatt ne csökkenjen a teljesítmény, így az életkilátások ne romoljanak

### **Ha továbbra sincs normális légzés:**

8. Lélegeztessünk kétszer úgy, hogy a mellkas emelkedjék, majd süllyedjen.

### **Hogyan kell lélegeztetni?**

- tartsuk a fejet hátraszegve, az állat felhúzva,
- az állat tartó kezünkkel nyissuk a száját,
- a másik kezünkkel a beteg orrát befogva,
- vegyünk levegőt, majd ajkainkkal zárjuk körbe a beteg száját,
- egy másodpercen át fújjunk a beteg szájába, amíg a mellkas emelkedése láthatóvá válik.
- megtartva a fej hátraszegését és az áll felhúzását, vegyük el szánkát a beteg szájától, fordítsuk el a fejünket a mellkas irányába, és figyeljük a kilégzés alatt a mellkas süllyedését,
- vegyünk levegőt, és ismételjük meg a műveletet, ezzel két hatásos lélegeztetést végeztünk.

### **Lélegeztethetünk másként is?**

Szájból-orrba lélegeztetést kivételesen, a szája történő befújás lehetetlensége miatt végzünk.

### **Mi a teendő, ha nem sikerült hatásosan lélegeztetni?**

- ellenőrizzük a beteg szájüregét, bármi akadályt távolítsunk el,



- végezzünk 30 mellkas-kompressziót.

### Hogyan ítéljük meg az újraélesztés kimenetelét?

- Hatásnak a mechanikai,
- Eredménynek a biológiai,
- Sikernek a klinikai következményt nevezzük.

**Hatásos az újraélesztés, ha:** lélegeztetéskor a mellkas (esetleg kisebb mértékben a has) emelkedik.

### Eredményes, amikor:

- az újraélesztés során a sápadt és/vagy szederjes bőr színe a normális felé közeledik,
- a klinikai halál beálltakor kitágult pupillák szűkülnek,
- esetleg könnyezés, vagy egyéb spontán mozgás jelentkezik.

### Sikeres, amikor:

- az újraélesztés következtében a spontán életműködések visszatérnek.

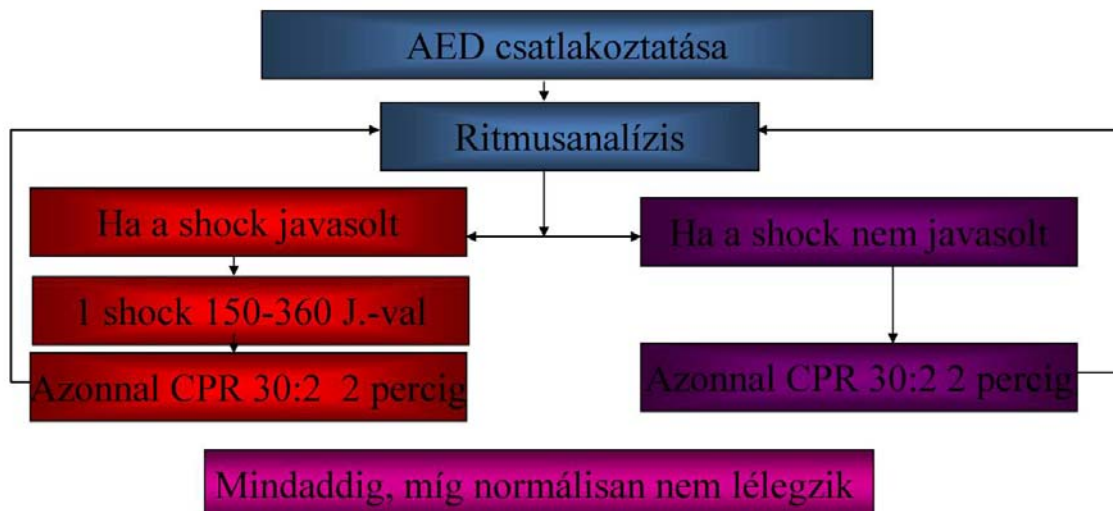
### Az újraélesztést mikor kell abbahagyni?

- ha az alapvető életműködések visszatérésének közvetett tüneteit észleljük: pl. a beteg védekezik beavatkozásunk ellen.
- az egyedül dolgozó segélynyújtó annyira kimerült, hogy tovább ténykedni nem képes.

Az újraélesztést - sikertelenség esetén - általában legalább 20-30percig végezzük.

### Újraélesztés félautomata defibrillátorral (AED)

#### AED algoritmus



### Hogyan kell az AED-et csatlakoztatni?

1. kapcsoljuk be a készüléket, majd kövessük annak szóbeli és írásos utasításait,
2. ragasszuk fel az elektródákat a beteg mellkasára, a csomagoláson, illetve a lapokon látható ábrák szerint, ha több segélynyújtó van jelen a mellkaskompressziókat ez idő alatt is végezni kell!

**Mit tegyünk a ritmusanalízis alatt? Biztosítsuk, hogy senki ne érjen a beteghez!**





### **Mit tegyünk, ha a sokk javasolt?**

1. biztosítsuk, hogy senki ne érjen a beteghez és a hozzá csatlakozó eszközökhöz, illetve a beteg elektromosan izolálva legyen a környezetétől (fém, folyadék),
2. a shock gomb megnyomása előtt, győződjünk meg róla, hogy:
  - megszüntették az oxigén adását,
  - senki nem ér a beteghez,
3. nyomjuk meg a shock gombot,
4. ha nem észlelünk normális légzést, eszméletre térést, szemnyitást:
  - haladéktalanul végezzünk a 30 mellkaskompresszióból és 2 lélegeztetésből álló ciklusokat 2 percig,
  - ezt ritmusanalízis kövesse

### **Mit tegyünk, ha a sokk nem javasolt?**

1. ha nem észlelünk normális légzést, eszméletre térést, szemnyitást:
  - haladéktalanul végezzünk a 30 mellkaskompresszióból és 2 lélegeztetésből álló ciklusokat 2 percig,
  - ezt ritmusanalízis kövesse.

### **Az AED alkalmazása képekben**





## A légutak elzáródásának elsősegélye

### MIKOR KELL A LÉGUTAK ELZÁRÓDÁSÁRA GONDOLNI?

1. Ha a beteg szájából hányadék vagy vér szivárog.
2. A légzés erőlködő.
3. Hörgő hangjelenség hallható.

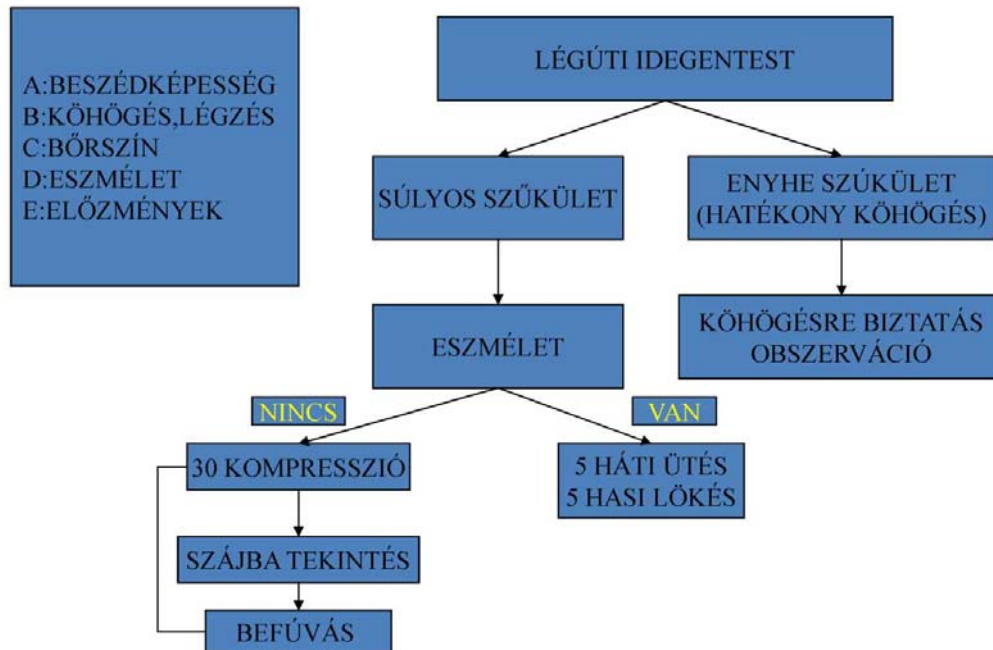
### MI LEHET A LÉGUTAK ELZÁRÓDÁSÁNAK KÖVETKEZMÉNYE ?

- Eszméletvesztés.



- Halál.

### A légutak elzáródásának elsősegélye



### A légúti idegentest általános jelei

- Szemtanú
- Köhögés/fulladás
- Hirtelen kezdet
- Kis tárgyakkal játszás/evés friss története

### Nem hatásos köhögés

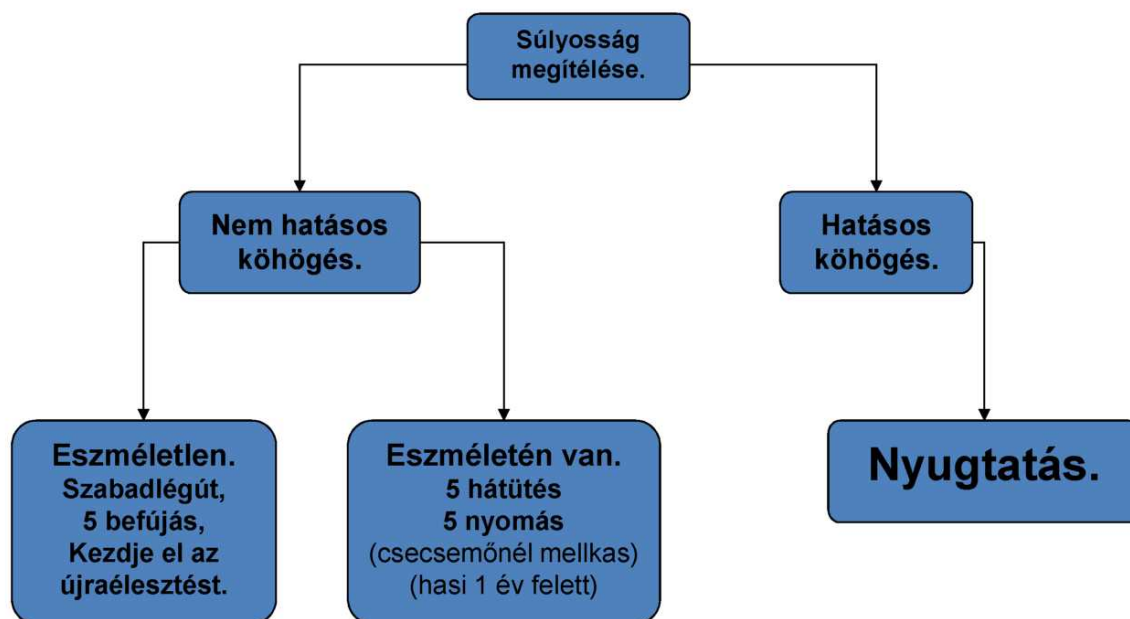
- Hangadás képtelensége
- Halk vagy néma köhögés
- Cianózis (elszürkülés)
- Az eszmélet szintjének csökkenése

### Hatásos köhögés

- Sírás vagy verbális válaszkérdésekre
- Hangos köhögés
- Köhögés előtt képes belélegezni
- Teljesen éber

### A légutak elzáródásának elsősegélye gyermekkorban





## AZ ESZMÉLETLENSÉG

### ESZMÉLETLENSÉG FOGALMA

- Az eszméletlenség a központi idegrendszer egészének, vagy körülírt részeinek anyagcsere folyamataiban, esetleg szerkezetében bekövetkezett visszafordítható, vagy visszafordíthatatlan változások következménye.
- A betegnek az alapvető életműködései megvannak, de a külvilág ingereire nem, vagy csak kevésbé képes reagálni.

### MELYEK AZ ESZMÉLETLENSÉG LEGGYAKORIBB OKAI?

- Oxigénhiány,
- Az agy sérülése,
- Gyógyszer-vegyszermérgezés,
- Elektromos áramhatás,
- Lehűlés,
- Magas láz,
- Az agy gyulladásos betegségei.

### AZ ESZMÉLETLENSÉG FELOSZTÁSA GYAKORLATI SZEMPONTOK SZERINT:

- Rövid tartamú eszméletvesztések (néhány pillanattól max. 10-15 percig),
- Tartós eszméletlenség,
- Görcsrohammal járó eszméletvesztések.

### HOGYAN ISMERHETŐ FEL?

- Általában könnyű.
- A szokatlan testhelyzetben talált, szemlátomást önmagával tehetetlen, vagy hirtelen elvágódó, önmagát a sérüléstől nem védő, és az esést követő helyzetben maradó, vagy célszerűtlen mozgást, esetleg görcsrohamot mutató ember már az első látásra is eszméletlenségre gyanús.

### TEENDŐK ESZMÉLETZAVAROK ESETÉN

1. Teremtsünk biztonságot az áldozat és a segélynyújtó körül.



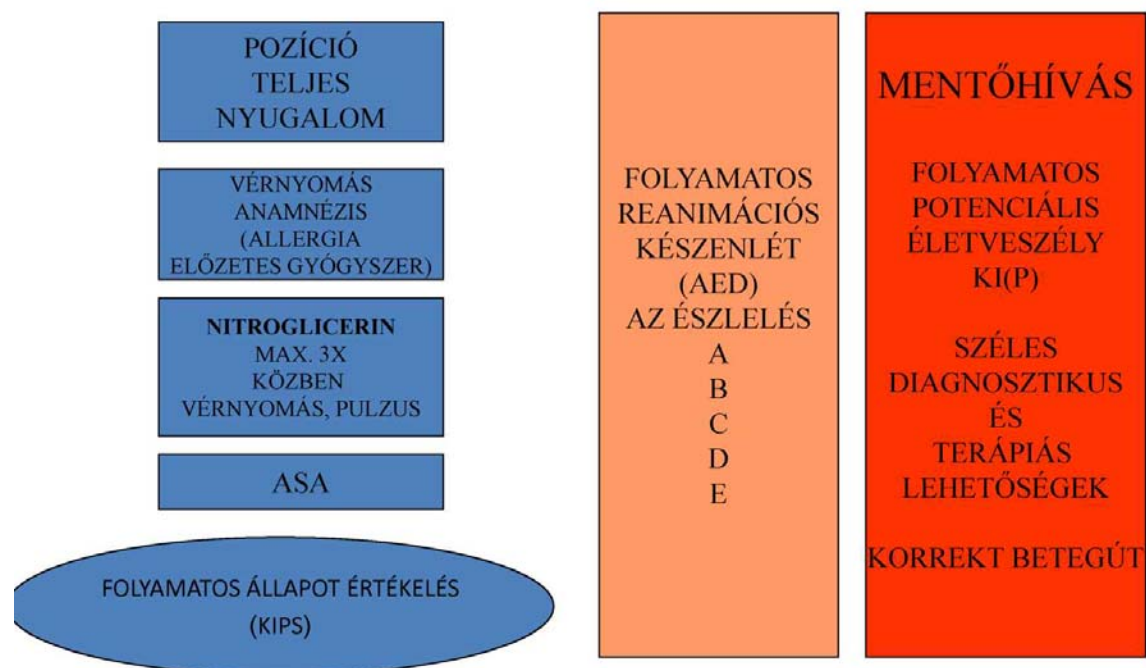


2. Ha görcsrohama zajlik védjük testét (elsősorban a fejét) a további sérülésektől.
3. Ha mozdulatlanul találjuk, rázzuk meg a beteg vállát kíméletesen, kérdezzük meg: „Mi történt? Segíthetek?” Így kiderülhet az eszméletlenség - ami természetesen önmagában nem azonos a klinikai halállal!
4. Ha semmiféle válasz nincs, hívjunk segítséget.
5. Tegyük szabaddá a légutakat
  - a fej hátraszegésével és az áll felhúzásával.
  - nyilvánvaló hányás jelei esetén nézzünk be a szájba, szükség esetén tisztítsuk ki a szájüreget.
6. Vizsgáljuk a légzést  
A fejet hátraszegve, az állat felhúzva tartva:
  - fülünkkel és arcunkkal a száj előtt hallgassuk, érezzük a légáramlást, közben nézzük a mellkas légző mozgásait.
 A vizsgálat tíz másodpercig tartson.
7. Ki kell zárni, hogy vannak-e sérülései:
  - Sebzések, vérzések, rándulások, ficamok, törések jellegének, helyének kiterjedését meg kell határozni.
8. Az eszméletlen stabil oldalfekvésbe fordítandó, ha nincs alapos gyanú gerincsérülésre.

## A SZÍVROHAM

### A szívroham (ACS) felismerése

- TÍPUSOS TÜNETEK
- ATÍPUSOS TÜNETEK:
  - FÁJDALOM MÁS / NINCS
  - NEHÉZLÉGZÉS
  - SZÍVRITMUS ZAVAR
  - CSÖKKENT FIZIKAI TERHELHETŐSÉG
  - GYÉR PULZUS-ALACSONY VÉRNYOMÁS



### Az elsősegély stratégiája



## **A HYPOTONIA (alacsony vérnyomás)**

Elsősorban az agy átáramlásának csökkenésével jár. Sovány fiatal egyéneken gyakran észlelhetünk alkati sajátosságként hypotoniát

Tünetei:

- Álmoság, gyengeség, szédülés, fülzúgás, szemkáprázás, esetleg ájulás.
- A felsorolt tünetek fekvéskor elmúlnak, vagy csökkennek, mert az agy átáramlása így nem szenved zavart.
- Elsősorban az életmód változtatásával (pl. sportolással) lehetőleg gyógyszerek nélkül igyekszünk kedvezőbb értékre emelni a vérnyomást.

Az orthostatikus hypotonia

- általában hosszabb fekvéssel járó betegségek lábadozási szakában észlelhetjük, amikor is a beteg ülve, de főleg fekvéskor jól érzi magát, felálláskor (különösen ha az hirtelen történik) jelentkeznek a hypotoniás tünetek.
- Előfordulhat vérnyomáscsökkentő szerek huzamosabb ideig történő szedése esetén is ha a beteg vérnyomása szokásos érték alá csökken.

**Életveszélyes állapotváltozásra hívja fel a figyelmet**, ha a hypotonia egyéb panaszok kíséretében, vagy sérülést követően hirtelen alakul ki, tartóssá válik és fektetésre sem rendeződik.

## **A HYPERTENSIO**

A vérnyomás gyakran mérhetetlenül magas, de mindig meghaladja a 250 Hgmm-es systolés és a 120 Hgmm-es diastolés értéket.

Az anamnézisben legtöbbször magasvérnyomás betegség szerepel.

### **Fogalmi meghatározások**

- Aktuális (accidentalis) vérnyomás a meghatározatlan körülmények között mért egyetlen, eseti vérnyomás.
- Bazális vérnyomás az ismételt és standardizált körülmények között (reggel, fekvéskor) mért vérnyomásérték.
- Hypertensio a 150/90 Hgmm-t meghaladó aktuális vérnyomásérték.
- Hypertonia a 150/90 Hgmm-t meghaladó bazális vérnyomással járó kórállapot.
- Hypertensiv excessus az ismert bazális vérnyomásértéket jelentősen meghaladó aktuális érték.
- Hypertensiv krízis az életveszélyes mértékű hypertensiv excessus, amely rendszerint hypertonia betegségben keletkezik.

### **Néma hypertenziók**

#### **ELŐFORDUL, HOGY:**

- A betegnek nincs panasz, csak a vérnyomásmérő jelez kórosan magas értéket, vagy
- Vannak panaszok, de nem hozhatók összefüggésbe a mért magas vérnyomással.

#### **NÉMA HYPERTENSIO ÉSZLELÉSEKOR IS INTÉZKEDNÜNK KELL, HA:**

- Gyermekekben észleljük;
- Terhes asszonyon észleljük;
- Mértéke meghaladja a 240 Hgmm systolés és/vagy 110 Hgmm diastolés értéket.

#### **Az akut hypertensio tünetei:**

- Kínzó, lüktető, feszítő fejfájás;



- Hányinger, hányás;
- Látászavar (szikralátás, látótérkiesés);
- Eszméletvesztés;
- Jackson típusú vagy generalizált görcsroham;
- Szédülés, fülzúgás;
- Tudatzavar;
- Hirtelen kipirulás vagy sápadtság;
- Heves bélmozgások;
- A pupilla tág lehet, azonban idegrendszeri góctünet nincs.

### Stroke

- Ischaemiás
- Vérzéses
- Kiváltó tényezők:
  - Hypertensio
  - Fizikai terhelés
  - Hirtelen vérnyomásváltozás

### Stroke tünetei

- Paresis, bénulás (féloldali!)
- Facialis paresis
- Eszmélet, tudatzavar
- Görcsroham
- Beszédzavar (aphasia)

### Stroke ellátása

- Pozicionálás
- Vérnyomáskontroll!
- Eszméletlen beteg ellátása!

### A LEHŰLÉS

- A lehűlés akkor következik be amikor a testhőmérséklet 35 Celsius fok alá csökken

### Kialakulására számítani kell:

- nedves és szeles környezetben való hosszabb tartózkodás,
- hideg vízbe merülés,
- több napon át gyengén fűtött helyiségben tartózkodás esetén.

### Jellemző tünetei:

- reszketés,
- hideg, sápadt, száraz bőr,
- gyengeség zavartság, agresszivitás,
- közömbösség, aluszékonyság,
- eszméletvesztés,
- lassú, felületes légzés,
- lassú, gyengülő pulzus,
- szívmegeállás.

### Az elsősegélynyújtó feladata:

- további hővesztés megelőzése



- lassú melegítés
- segítségkérés

## A HIPOGLIKÉMIA

„A HIPOGLIKÉMIA MINDENT TUD UTÁNOZNI és MINDEN UTÁNOZHATJA A HIPOGLIKÉMIÁT!”

### Hipoglikémia tünetei, elsősegélye

- Súlyos: beszédzavar, zavartság, görcsroham, eszméletvesztés: itatni tilos!
- Közepes: koncentráció csökkenés, gyengeség, fáradtság, látászavar, szédülés:cukor itatás (tej)
- Enyhe: izzadás, remegés, éhség, hányinger, érzészavar, szívdobogás, szorongás:(alma, tej) cukor itatás

### Hipoglikémia elsősegélye

Éber, beszél, mozog, nem mozog?

+ hipoglikémia tünetek + vércukor < 3 mmol/l

*Itatható?*

itatás: tej, cukros víz, üdítő: **A B C D E**

*Nem itatható! Mentőhívás*

20% glucose 20-80 ml Glucagon im. (tervezett)+ gl.

## A SEBZÉSEK, VÉRZÉSEK

### MIT NEVEZÜNK SEBZÉSNEK?

- A bőr a nyálkahártya és/vagy az alattuk helyet foglaló szövetek folytonosságának megszakadását.

### MILYEN ÁRTALOM OKOZHAT SEBZÉST?

- Mechanikai erőbehatás,
- Vegyi hatás,
- Hő hatás,
- Elektromos áram hatása,
- Sugárzás.

### MILYEN KÖVETKEZMÉNYEKEL JÁRNAK A SEBZÉSEK?

- Fájdalom,
- Vérzés,
- Fertőzés,
- Shock.

### MILYEN FORMÁIT ISMERJÜK A MECHANIKAI SEBZÉSEKNEK?

- A különböző hatások, eszközök (tompá vagy éles) metszett, vágott, zúzott, szúrt, szakított, harapott, lőtt sebet, illetve horzsolást, skalpolást, csonkolást okoznak.

### MILYEN VÉRZÉSSSEL JÁRhatnak EZEK A SEBZÉSEK?

- A hajszálerekből származó vérzéssel: ami gyöngyöző, a vérvesztés csekély.
- A vénás vérzéssel: ami egyenletesen folyó, vörös, a sérült véna nagyságától függően több-kevesebb vért veszít a sérült (nagy véna vérzése akár halálos is lehet).



- Az artériás vérzéssel: ami a szív működésével egyidejűen lüktető, élénkpiros. A vérvesztés a sérült artéria nagyságától függ: kivérzést, shockot, halált okozhat.

## **MELYEK A LEGGYAKRABBAN HASZNÁLATOS KÖTSZEREK?**

steril kötszerek: mull lapok, gyorskötöző pólya

nem steril kötszerek: különböző méretű pólyák, háromszögletű kendő

## **HOGYAN CSILLAPÍTHATJUK A VÉRZÉSEKET?**

### **HAJSZÁLERES (KAPILLÁRIS) VÉRZÉS CSILLAPÍTÁSA:**

- A helyszíni sebellátás a sebet megóvja a külső hatásoktól.
- Idegentestet a sebből csak akkor szabad eltávolítani, ha ez könnyen, a sebhez nyúlás nélkül végrehajtható. Különben a sebben kell hagyni, és a fedőkötést az idegentestre tekintettel kell elkészíteni (kiálló idegentestet a seb steril fedése mellett körül kell párnázni).

### **HAJSZÁLERES (KAPILLÁRIS) VÉRZÉS CSILLAPÍTÁSA:**

- A sebre csak steril, illetve Betadine-os gél kerülhet.
- A leggyakrabban használt kötésrögzítési mód a pólyázás.
- Nagy kiterjedésű lágyrész sérülések rögzítést is kívánnak.

### **VISSZERES (VÉNÁS) VÉRZÉS CSILLAPÍTÁSA:**

1. A sérültet lefektetjük,
2. A vénásan vérző testrészét felpolcoljuk, ha lehet,
3. Steril gézlapot teszünk a sebre,
4. Erre helyezzük a nyomópárnát, majd körkörös pólyamenetekkel rögzítjük,
5. Ha a kötés átvérzik újabb nyomópárnákat helyezünk fel és pólyamenetekkel rögzítjük mindaddig, amíg a kötés „tisztá nem marad”
6. Keressük a shock jeleit. Szükség szerint alkalmazzuk a shock fektetést,
7. Hívjunk segítséget.

### **ÜTŐERES (ARTÉRIÁS) VÉRZÉS CSILLAPÍTÁSA:**

1. az ujjnyomásos vérzéscsillapítás
2. az artériás nyomókötés.

### **A VÉRZÉSCSILLAPÍTÁS MENETE:**

1. A sérültet lefektetjük.
2. Artériásan vérző testrészét felpolcoljuk, ujjnyomásos vérzéscsillapítást végzünk, ha lehet.
3. Steril gézzel kitömjük, azaz tamponáljuk a sebet.
4. Erre ismét steril gézt helyezünk, majd a vénás vérzésnél leírtak megfelelően befejezzük a nyomókötést.
5. Keressük a shock jeleit. Szükség szerint alkalmazzuk a shock fektetést.
6. Hívjunk segítséget.

### **AZ UJJNYOMÁSOS VÉRZÉSCSILLAPÍTÁS PONTJAI:**

1. Halántéki ütőér
2. Alsó álcsonti alatti ütőér
3. Nyaki ütőér
4. Hónalji ütőér
5. Felkari ütőér



6. Hasi aorta
7. Combartéria

### MIT KELL TUDNI A SHOCKRÓL?

- A keringés rosszindulatú, súlyos zavara, amely kezelés nélkül a beteg/sérült halálához vezet.
- Kiváltó okai:
- Allergiás reakció, gerincvelő sérülés, mely értágulattal járó shock-kot vált ki
- Vérzés, plazmavesztés, kiterjedt szövetroncsolódás, nagy fájdalom, mely érösszehúzóddással járó shock-kot vált ki.

### TÜNETEI:

- A bőr szürkessápadt, hűvös tapintatú, aprócseppesen verítékes,
- Gyengeség, szédülés, émelygés, esetleg hányás, szomjúságérzés,
- Gyors, nehezen tapintható pulzus,
- A vérnyomás csökken,
- A pulzus könnyen elnyomható,
- Nyugtalan, szorongó, esetleg agresszív sérült,
- Légszomj kialakulása,
- Eszméletvesztés, légzés keringés megszűnése.
- A kiváltó ok megszüntetése (pl. vérzéscsillapítás)
- A sérült/beteg nyugalomba helyezése (Trendelenburg helyzet)
- Folyadékpótlás.

### KÉMIAI ÁRTALMAK

- Kémiai ártalomnak tekintjük a savakat, a lúgokat és a nehézfém sókat, ha csak a testfelülettel érintkeznek.
- A maró anyag a bőrre vagy a nyálkahártyára jutva - minőségétől, töménységétől és hatásidejétől függően - okoz sérülést. A savak pörkösödést, a lúgok elfolyósodást okoznak.
- A sérült sorsa a mielőbbi közömbösítéstől függ.
- A régebben ajánlott „ellenszerek” ma nem indikáltak, mivel keresésük idővesztéséget eredményezhet, és ez a beteg kárára van.
- A víz csaknem mindig elérhető, a folyamatos hígítás pedig a szövetkárosodás kivédését segíti elő.

### HŐÁRTALMAK

- Ha a testhőmérsékletnél jelentősen melegebb gőz, gáz, láng, folyékony fém stb. éri a testfelületet, égés következik be. Lokálisan négy típus különíthető el: I., II., III. és IV fokú égés.

#### Elsőfokú égés

- A bőr legfelső rétege károsodik, kissé duzzadt, vörös, fájdalmas, olyan mintha "kivasalták" volna, a bőrredők elsimulnak.

#### Másodfokú égés

- A bőr minden rétege károsodik: az első fokban égett bőrterületek mellett és között szabálytalan alakú és nagyságú hólyagok képződnek. A hólyagbennék kezdetben víztiszta, később zavaros, majd szürkésfehérré, gennyessé válik.



- A kisebb-nagyobb hólyagok egybeolvadnak. A hólyagok spontán megrepedhetnek, az égett felület fertőződése szinte törvényszerű. A szervezet folyadékvesztése és a fájdalom néha olyan nagy, hogy a beteg könnyen shockos-sá válik.

### **Harmadfokú égés**

- A kültakaró a másodfokhoz hasonlít.
- A hólyagok általában nagyobbak, több reped meg, a beteg sok folyadékot veszít. Az égett felület piszkosszürke, helyenként sötétszürke, hámcafatos, a szövethalás uralja a képet.

### **Negyedfokú égés**

- A szövetek elszenesednek.
- A sérült további sorsát az érintett testfelület nagysága, az életkor és az égés foka, illetve mélysége dönti el.
- Égésbetegségben a könnyebb tájékozódás érdekében a testfelület számításnál a Wallace-féle, ún. 9-es szabályt alkalmazzuk nevezetesen: a fej, egy felső végtag, egy alsó végtag fele, a törzs elülső vagy hátulsó felszínének fele a testfelület 9%-a. A gáttájék 1 %.
- Tájékoztatót ad a testfelületi égés részesedéséről például az is, hogy a beteg tenyere (ujjak nélkül) 1 %.

### **Az égés helyszíni ellátása**

- Döntő a szövődmények megelőzése. Első tennivaló a hűtés, ha azonnal megtehető (lehetőleg folyó, hideg vízben legalább 20-25 percig.)
- Az égett felszín fedésére Betadine-os kötszert, hiányában hagyományos steril fedést kell alkalmazni. Az égett testtájékot nyugalomba kell helyezni.
- Ha a ruha ráégett a sérültre, de már kihűlt a felszín, nem vetkőztetünk, hanem a ráégett ruhára tesszük a steril kötszert Betadine-os átitatás után. 5% ot meghaladó II<sup>o</sup>-ú égési sérülés esetén mentőt kell hívni.

### **A FAGYÁS**

- Tartós hideghatás 0°C felett is okozhat fagyási sérülést. A levegő páratartalmának fokozódása, a szél elsősorban a kiálló, rossz keringésű testrészeket veszélyezteti, ezek hamarabb fagynak meg.
- A hideg hatására kezdetben helyi érzésküvet következik be, a bőr sápadt, hűvös. Később az érzésküvetet, értágulat váltja fel. Bénul az érszabályozás, az érfal kórosan áttereszt, folyadék áramlik ki a szövetközi térbe.

### **A FAGYÁS KÜLÖNBÖZŐ FOKOZATAIT ISMERJÜK:**

- Első fok. A fagyott testtájékon égő, szúró fájdalom jelentkezik, amely idővel csökken vagy érzéstelenségbe megy át. A bőr sápadt, hűvös, márványozott, később kipirul, szederjessé válik, majd enyhén megduzzad.
- Másodfok. Kisebb-nagyobb hólyagok keletkeznek a bőr rétegeiben, ezek megnyílhatnak, a folyadék kiürül, nehezen gyógyuló fekélyek maradhatnak vissza.
- Harmadfok. Szövetelhalás uralja a képet. A bőr minden rétege megfagy, esetleg az alatta lévő szövetek is. A hólyagok összefolyhatnak, megrepedhetnek, a fagyott terület piszkosszürkés színű.

### **A FAGYÁS HELYSZÍNI ELLÁTÁSA.**

- A fagyott testrészt nem szabad hirtelen felmelegíteni. A beteg óvatos levetkőztetése után a fagyott területeket sterilen fedni kell, az égéshez hasonlóan.



## AZ ÁRAMÜTÉS

### A következők elsősorban az alábbiaktól függenek:

- a szöveteken áthaladó áram erőssége;
- az áram jellege (egyen- vagy váltóáram);
- az áram (fő) útja;
- a hatás időtartama.

### Az áram károsító hatásai:

- közvetlen szöveti energiahatás;
- hőhatás;
- elektrolitikus hatás.

## ELLÁTÁS

- Az áramütött megközelítése előtt tisztáznunk kell, hogy a balesetes teste feszültség alatt van-e még, vagy sem.
- Ha igen:
  - Elsősorban feszültség-mentesítésre kell törekednünk (főkapcsoló kikapcsolása, automata biztosító lekapcsolása, biztosíték eltávolítása).
  - Ha a feszültség mentesítés kivihetetlen, de a feszültség 1000 V alatti, a balesetes alkalmi eszközökkel kiszabadítható az áramkörből. Ez azt jelenti, hova például gumiszőnyegen, száraz parkettán vagy deszkán gumitalpú cipőben állva megkísérelhetjük a balesetest a feszültség alatt álló tártól elhúzni száraz faeszközzel (seprűnyél, szék), vagy vastag textíliával (összehajtogatott pokróc) stb. Ügyeljünk arra, nehogy a balesetes az áramkörből való kiszabadítása során megsérüljön.
  - 1000 V feletti feszültség áramkörből alkalmi eszközzel tilos menteni!
  - Ilyen tartományban a feszültségforrás, illetve a balesetes megközelítése is életveszélyes! Ilyenkor műszaki mentésre van tehát szükség (áramszolgáltató, tűzoltóság).
- Ha a balesetest klinikai halál állapotában találjuk, azonnal újraélesztést kezdünk.
- Ha csak eszméletlen, elsősorban légútbiztosítás a teendő.

## TÖRÉSEK, FICAMOK, RÁNDULÁSOK

### MELYEK A TÖRÉS JELLEMZŐI?

- Durva erőbehatás következtében a csont folytonossága megszakad, a törtvégek egymással szöveget zárhatnak be, egymáson elcsúszhatnak. Nyílt és zárt formáját különböztetjük meg.

### MI LEHET A TÖRÉS KÖVETKEZMÉNYE?

- fájdalom
- duzzanat
- deformitás
- működéskiesés
- vérzés
- shock
- eszméletlenség

### MILYEN TÖRÉSEK FORDULNAK ELŐ A LEGGYAKRABBAN?

- Koponyaboltozat törés





- Koponyaalapi törés
- Arckoponyatörés
- Gerinctörés
- Kulcscsont, borda, szegycsonttörés
- Medencetörés
- Végtagtörések

### **MI AZ ELSŐSEGÉLYNYÚJTÓFELADATA?**

- a sérült nyugalomba helyezése
- a sérült vizsgálata
- segítségkérés
- lágyrész sérülések ellátása
- nyílt csonttörést zárttá kell tenni, azaz szabályos Betadine-os sebellátást végezni.

### **MI AZ ELSŐSEGÉLYNYÚJTÓ FELADATA?**

- ha zárt a törés (illetve már fedtük a lágyrész sérülést), rögzítésről kell gondoskodni, amely a tört csont két szomszédos ízületén túlérjen.
- a sérült testrész nyugalomba helyezése és szakszerű rögzítése csökkenti a fájdalmat és megelőzi a mozgásból eredő szövődeményeket, másodlagos sérüléseket.

### **HOGYAN VIZSGÁLJUK MEG AZT A SÉRÜLTET, AKI ESMÉLETÉNÉL VAN?**

Meg kell állapítani, hogy:

- térben és időben tájékozott-e, (tiszt-e a tudata)
- vannak-e érzés, mozgászavarai (bénulások)
- Törekedni kell a történet megismerésére

Meg kell kérdezni a sérülttől, vagy a környezetében tartózkodóktól:

1. Hogy hívják.
2. Jelenleg mi a fő panasz, mikor kezdődött, változott-e a kezdet óta.
3. Voltak-e hasonló panaszai korábban, vett-e be gyógyszert, ha igen, mit, mikor.
4. Van-e ismert betegsége.
5. Gyógyszerérzékenységéről tud-e.

#### **A ficam**

- durva erőbehatás következtében az íz-felzínek egymástól eltávolodnak és kóros helyzetben rögzülnek

#### **A rándulás**

- Durva erőbehatás következtében az íz-felzínek egymástól eltávolodnak, majd visszakerülnek az eredeti helyzetbe.
- Az ellátásuk megegyezik a zárt törés ellátásával.

A helyszínen a zárt törés, a ficam és a rándulás többnyire nem különíthető el, hiszen ugyanazokkal a tünetekkel járnak:

- Fájdalom,
- Duzzanat,
- Deformitás,
- Mozgászavar.

### **A SÉRÜLTEK NYUGALOMBA HELYEZÉSE**

#### **Ülő helyzet**



Szokásos nyugalomba helyezési mód, ha nem indokolt a fekvés, vagy ha azt a beteg szubjektíve rosszul tűri, és az ülő helyzet objektíve megengedhető.

### **Fekvő helyzet**

Abszolút indikált, ha a beteg elájult, eszméletlen, vagy nagyfokú gyengeség miatt nem képes (egyáltalán vagy biztonságosan) ülni.

Lehetőleg a fekvő beteget mindig hanyatt fekvésben helyezünk nyugalomba

### **Hanyatt fekvés:**

A szokványos hanyatt fekvő helyzet:

A beteg ágyának fejrészét - ha speciális szempont mást nem indokol - a beteg kényelmének, kívánságának megfelelően állítsuk be.

15-30 °-ra megemelt felsőtesttel fektetjük. A koponyasérültet elvileg elegendő volna csupán a fej megemelése, ez azonban technikai nehézség mellett a nyaki vénák megtöretésének, illetve kompressziójának veszélyével jár, ami a koponyaűri nyomást emelheti, csakúgy, mint a fej oldalra fordulása. Hasonló felsőtest-megemelést alkalmazunk cardiogen shock esetén.

45-60°-ra megemelt felsőtesttel fekve (ún. félülő helyzetbe) hozzuk a nehézlégzéstől, mellkasi fájdalomtól szenvedő, illetve mellkas sérült beteget.

Lapos hanyatt fekvés 30°-ra megemelt alsó végtagokkal,

Az ájult vagy shockos beteg esetén az alkalmazandó fektetési mód.

Lapos hanyatt fekvés indokolt gerincsérülés esetén.

Kemény alapon, újraélesztés során

Felpolcolt felsőtesttel és felhúzott helyzetben alátámasztott térdekkel fektessük: hasi fájdalom, hasi sérülés esetén a beteget.

Oldalt fekvő helyzet.

Az alábbi három eset kivételével általában kerülendő, stabilitási okokból:

*stabil oldalfekvés:*

jól légző, kielégítő keringésű, eszméletlen beteget a légúti elzáródás ellen viszonylagos biztonsággal védendő alkalmazzuk

*kissé felemelt felsőtesttel, a sérült oldalra célszerű fektetni:*

a mellkassérültet (ha más szempont nem érvényesül);

*bal oldalára fektetjük:*

a terhesség kapcsán a vena cava kompressziójától fenyegetett beteget

## **A MÉRGEZÉSEK**

### **Méregnek nevezzük**

Azokat az anyagokat, amelyek kis mennyiségben a szervezetbe jutva a szervezet életfolyamatait, átmenetileg vagy véglegesen megzavarják. Méreg csak olyan anyag lehet, ami vízben, zsírban vagy szövetnedvekben oldható, mert csak ez esetben szívódik fel a szervezetben.

### **Behatolási kapunak nevezzük:**

A méreg szervezetbe jutási helyét, mely lehet az emésztőtraktus, a légutak, a bőr, a szem kötőhártyája, az érpálya, esetleg a húgy- ivarszervek.

### **Mérgezetek ellátásának lehetőségei:**

- Aspecifikus terápia: a keringés és a légzés fenntartása, helyreállítása, a mérgezés jellegétől függetlenül.
- Specifikus terápia: a szervezet védekező mechanizmusának a segítése:
  - a méreg további behatását meg kell akadályozni,
  - a szervezetbe jutott, még fel nem szívódott mérget el kell távolítani.



## Lehetőségek:

### Hánytatás:

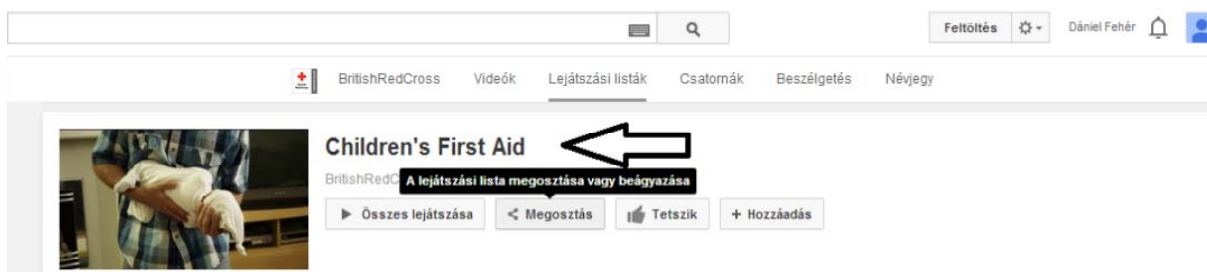
A gyomorba jutott mérge eltávolításának legegyszerűbb, eszközt nem igénylő módszere.

Ellenjavallatai:

- Eszméletlenség,
- Maró mérgezések,
- Mosószeres, szappanok okozta mérgezés,
- Szerves oldószerek okozta mérgezés (benzin, benzol, petróleum),
- Két éves kor alatt.

## Elsősegélynyújtás -videoanyag háttér-

<https://www.youtube.com/user/BritishRedCross/videos>



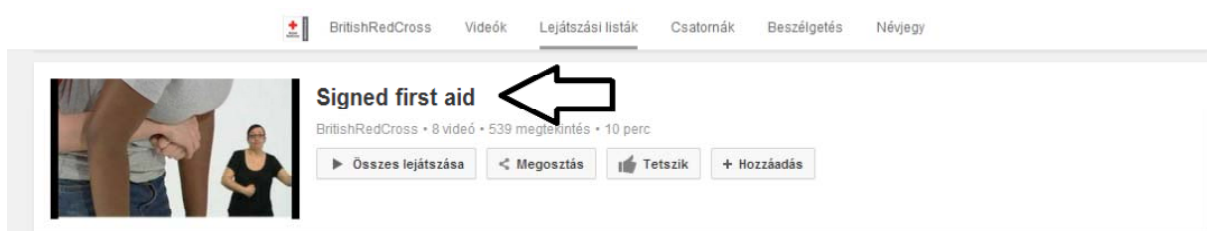
<https://www.youtube.com/playlist?list=PL8271405A1DB09A5D>



<https://www.youtube.com/playlist?list=PLB518406FF637D4AB>



<https://www.youtube.com/playlist?list=PLEA96F569BB3D7B87>





Az egész életen  
át tartó tanulás  
programja



Megjelentette: Tiszadob Nagyközség Roma Nemzetiségi Önkormányzat az  
„egészséges iskolák, egészséges diákok” elnevezésű COMENIUS projekt keretében

Készült: 2014. március

Jelen kiadvány az Egész életen át tartó tanulás program pénzügyi támogatásával készült. A kiadvány  
tartalmáért kizárólag a **Tiszadob Nagyközség Roma Nemzetiségi Önkormányzata** felel, és  
semmiképpen **nem tükrözi az Európai Bizottság álláspontját.**