

**LAGOM – A SVÉD JÓLLÉT  
„NEHOGY AZT HIDD, HOGY TE NEKÜNK BÁRMIT IS MEGTANÍTHATSZ.”**

**LAGOM – THE SWEDISH WELFARE  
„DO NOT TO THINK YOU CAN TEACH US ANYTHING.”**

Pál Lili\* – Solymosi-Szekeres Bernadett\*\*

**Absztrakt**

A kutatás során a svéd szociális ellátó rendszert vizsgáljuk meg a kultúrájuk szemléletéből. Az ő életfelfogásuk lényegesen kihat a szociális rendszerük felépítésére. Számukra rendkívül fontos a különböző szociális helyzetben lévő emberek védelme és tisztelete. A svédek életét a lagom határozza meg. Tisztázni fogjuk mit is jelent ez a szó és ezen a szemléleten keresztül pedig magukat a szociális ellátásokat vizsgáljuk meg. Szót ejtünk a Jante törvényről, az adóztatásról, és hogy miért érdemes a rendszer a vizsgálatra. Arra keressük a választ, hogy miért működik olyan jól a társadalmuk, emellett, hogy hogyan is építik be a lagomot a mindennapi életükbe, valamint hogyan változtatja meg ez a szemlélet a testi- lelki egészségüket.

*Kulcsszavak: Lagom, szociális ellátások, fizikai és mentális egészség, közösség, biztonság*

**Abstract**

In the research, we examine the Swedish social care system from the perspective of their culture. Their view of life has a significant impact on the way their social system is structured. For Swedes, it is important to protect and respect people in different social situations. Swedish life is defined by the lagom. I will clarify what this word means and through this perspective we will look at social services themselves. I'll talk about the Law of Jante, taxation and why we should adopt lagom. I also look at why their society works so well, how they incorporate lagom into their daily lives and how this approach changes their physical and mental health.

*Keywords: Lagom, social services, physical and mental health, community, safety*

**1.Bevezetés – a lagom fogalma**

Ha Svédországra gondolunk, mindenkinek az IKEA, a dizájnos otthon, a boldog ember és a svéd húsgolyó jut elsőként eszébe. Amennyiben levesszük ezt a szűken látó szemüveget és megnézzük mi jellemzi igazán a svéd társadalmat, akkor csak is egy dolgot fogunk látni, és ez pedig nem más, mint a *lagom*. Beszélhetünk a jól működő gazdaságról, a szociális ellátásokról vagy akár a munka-magánélet egyensúlyának megteremtéséről, a kutatás során azt véltem

---

\* Pál Lili a Miskolci Egyetem Állam- és Jogtudományi Kar Személyügyi, munkaügyi és szociális igazgatási alapszak másod éves, nappali tagozatos hallgatója; E-mail cím: pallili1000@gmail.com

\*\*Solymosi-Szekeres Bernadett, egyetemi adjunktus, Miskolci Egyetem Állam- és Jogtudományi Kar, Civilisztikai Tudományok Intézete, Agrár- és Munkajogi Tanszék, E-mail cím: szekeres.bernadett@uni-miskolc.hu

felfedezni, hogy mindegyikre ugyanaz jellemző, ugyanazon módszer szerint működnek és ugyanaz a motívum jelenik meg ezeken a területeken.

A *lagom* egy svéd kifejezés, amelynek más nyelven nincs pontos megfelelője. Magyarul úgy fordíthatnánk, hogy „nem túl kevés, nem túl sok, éppen elég”<sup>1</sup>. Sokan úgy vélik, hogy egészen a vikingektől származik, pontosabban „*laget om*” kifejezésből, ami azt jelenti, hogy „körbe, a csapatban”<sup>2</sup>. A legenda szerint ezt a kifejezést akkor használták, amikor körbe adták a szarukürtbe töltött mézsört azon az elven, hogy mindenkinek ugyanannyi jusson. Viszont valóságban arra lehet következtetni, hogy a *lag* szóból ered, amelynek a törvény a jelentése.<sup>3</sup>

Ahhoz, hogy jobban megértsük a svéd kultúrát, meg kell ismernünk, hogyan is működik a társadalmuk. Svédország a legfejlettebb jóléti államok közé tartozik. Legyen szó akár a gazdaságról vagy az export-importról<sup>4</sup> az államok közötti rangsorban Svédország mindig az első tíz hely egyikén szokott helyet foglalni. Annak ellenére, hogy a *lagom* stílusú kultúra nem a folytonos törekvést célozza, ahogy a fenti elemzésből is kiderült, mégis a „pont elég”-re törekvés e nemzetet az élmezőnybe sodorja. Előfordulhat, hogy a siker kulcsa az elégedettség keresése. Nem törekszenek arra, hogy ők legyenek a legjobbak, nem akarnak versengeni senki mással, csak ösztönösen teszik a dolgukat. „*Ez a lagom stílusú boldogság: nem felfokozott, nem eufórikus, és egyértelműen nem hivalkodó fajta. Megfontolt boldogság. És pontosan ez a fajta kiegyensúlyozottság az igazi, fenntartható boldogság titka.*”<sup>5</sup>

A skandináv államokban Jante törvénye<sup>6</sup> (Jantelagen) dominál, amely 10 pontba foglalva magyarázza a viselkedési normákat. A szó szoros értelmében nem törvény, hanem egyfajta fogalom. Aksel Sandemose (norvég-dán író) fogalmazta meg ezt a „normarendszert” az *En flykting korsar sitt spår* című könyvében 1933-ban, amely társadalom-formáló erővel bír,

<sup>1</sup> DUNNE, Linnea: *Lagom, a svéd életstílus, amely kiegyensúlyozottá tesz*, Kossuth kiadó, 2017, 8.

<sup>2</sup> i.m. 8.

<sup>3</sup> i.m. 8.

<sup>4</sup> OEC 2021-es államok közötti gazdasági felmérései alapján Svédország az ECI Trade listán a 8.(1.54-os számmal), az ECI Technology listán 1. (1.56-os számmal), és az ECI research listán pedig a 7. (1.92-es számmal) helyen foglalt helyet. „Ez a három komplexitási mérőszám jobban magyarázza a jövőbeli gazdasági növekedést, mint a kereskedelmi komplexitási mérőszámok önmagukban. A gazdasági összetettség hagyományos becslései a kereskedelmi adatokra támaszkodnak. Ezek a becslések azonban torzíthatnak a földrajzilag elszigetelt gazdaságokkal szemben. A gazdasági komplexitás többdimenziós megközelítése ezt a problémát a nemzetközi kereskedelemre, a szabadalmakra és a kutatási cikkekre vonatkozó adatok kombinálásával oldja meg [...]. 2023 februárjában Svédország 151 milliárd svéd koronát exportált és 146 milliárd koronát importált, ami 4,68 milliárd korona pozitív külkereskedelmi mérleget eredményezett. 2022 februárja és 2023 februárja között Svédország exportja 10,7%-kal, míg importja 8,56%-kal nőtt.” OEC: The best place to explore trade data (<https://oec.world/>) (letöltés ideje: 2023.05.21)

<sup>5</sup> DUNNE: i.m. 12.

<sup>6</sup> „*Jante törvényének 10 pontja a következő:*

1. *Nehogy azt hidd, hogy vagy valaki.*

2. *Nehogy azt hidd, hogy egyenrangú vagy velünk.*

3. *Nehogy azt hidd, hogy okosabb vagy nálunk.*

4. *Nehogy azt képzeld, hogy jobb vagy nálunk.*

5. *Nehogy azt hidd, hogy többet tudsz nálunk.*

6. *Nehogy azt hidd, hogy több vagy nálunk.*

7. *Nehogy azt hidd, hogy érsz valamit.*

8. *Ne merészelj nevetni rajtunk.*

9. *Nehogy azt hidd, hogy bárki is töri magát érted.*

10. *Nehogy azt hidd, hogy te nekünk bármit is megtaníthatsz.,,*

Emberhit: A Jante törvény (<https://emberhit.blogspot.com/2019/02/a-jante-torveny.html>) (letöltés ideje: 2023.05.21)

és amely önmérséklésre inti a társadalom egyes tagjait.<sup>7</sup> „A regényben Sandemose egy fiktív dán kisváros, Jante történetét meséli el, ahol minden egyénnek alá kell rendelnie identitását a csoportnak. Bár a koncepciót ő fogalmazta meg először, Sandemose azt állítja, hogy ez történelmileg Skandinávia minden falujában és városában megtalálható.”<sup>8</sup> A normarendszert felépítő egyes elvárások az egyént célozzák, az egyén számára állítanak követelményt, mégis azt hangsúlyozzák, hogy nem az egyén a fontos, indirekt módon célozva a közösség kiemelkedő, és az egyén fontosságát messze elnyomó szerepére. Egy ilyen szabályrendszert követő életmódban a legfontosabb mérce az egyenlőség az egyén tagjai között, hiszen, a közösség az első társadalmi egység, nem az egyén. Ugyanakkor ez nem azt jelenti, hogy nem lehet egyénileg érvényesülni. A jóléti állam szempontjából az is kiemelkedően fontos, hogy egyénileg milyen sikereket érnek el, hiszen ez kamatoztatható a közösségben való részvételben. A svéd modell vizsgálata során ezek alapján különösen érdekes a svéd társadalombiztosítási rendszer részletesebb bemutatása.

## 2. A svéd társadalombiztosítási rendszer felépítése

Egy állam attól válik jóléti állammá, hogy egy olyan ellátási rendszert biztosít, amelyen keresztül a polgárainak jólétet biztosít.<sup>9</sup>

Svédországnak rendkívül fejlett szociális rendszere van. Ha a lagomról beszélünk, azért kell megvizsgálni a szociális hálót, hogy megértsük mit jelent számukra a biztonság és a stabilitás. Hiszen, ha az állampolgárok a kellő mennyiségű és minőségű ellátást kapják meg, akkor nem csak az egészséghez való jogot tudják megfelelően gyakorolni, hanem az mindenképp hatással van a demográfia kihívásokra és az öregedő társadalom kihívására. A gyermekvállalási kedv mindenképp növekszik, ha az érintett személyek bíznak az ahhoz kapcsolódó támogató rendszerben.

### 2.1 Kitekintés a svéd adózási rendszerre

Ahhoz, hogy megértsük a svéd társadalombiztosítási rendszer felépítését, először meg kell ismernünk az adózási rendszerüket. Érdeemes tudni, hogy jelen országban van az egyik legmagasabb szinten európai és világviszonylatban is az adó, viszont ennek ellenére is jól

---

<sup>7</sup> „A skandináv kultúrákban továbbra is elterjedt az általános ellenérzés az egyéni kiválóság kiemelését, elismerését és diadalmaskodását illetően. Mind a nemzetközi, mind a hazai média hangsúlya általában arra utal, hogy milyen erős a régió, a társadalom, nem pedig az egyének. Egészségügy, jólét, nemek közötti egyenlőség, tervezés, akár boldogság; ezek a dolgok emelkednek ki, amikor Skandinávia országai hivatkoznak erősségeikre, nem pedig kiemelkedő személyekre vagy hírességekre. Ugyanakkor egy kapitalista társadalomban az egyéni siker is értékelődik. Annak ellenére, hogy mindegyik skandináv országnak szocialista, jóléti állami modellje van, a gazdasági modellje a kapitalizmus, és a megnövekedett globális kereskedelem csak hangsúlyozza ezt a tényt. A végeredmény az, hogy a skandináv országok olyan rendszert hoznak létre, amelyben az egyének pénzügyi és társadalmi sikerre törekednek, ugyanakkor elhanyagolják az ön- promóciót, amely gyakran kíséri az ilyen sikereket.”

Mániám, Dánia: A skandináv standard avagy mi is az a janteloven? ([https://maniamdania.blog.hu/2019/05/12/a\\_skandinav\\_standard\\_avagy\\_mi\\_is\\_az\\_a\\_jantelov](https://maniamdania.blog.hu/2019/05/12/a_skandinav_standard_avagy_mi_is_az_a_jantelov)) (2023.05.23.)

<sup>8</sup>Scandinavia Standard: What is Janteloven? (<https://www.scandinaviastandard.com/what-is-janteloven-the-law-of-jante/>) (letöltés ideje: 2023.05.26)

<sup>9</sup> „Esping-Andersen az államok jóléti szerepvállalásának mértéke szerint a szociáldemokrata, a konzervatív-korporativista, és a liberális jóléti államtípust különböztette meg. A szociáldemokrata, vagy skandináv jóléti állam alapeszménye a szociális állampolgárság. Univerzális programjai lefedik a társadalom egészét és komoly szerepe van a jövedelmi különbségek kiegyenlítésében.” Szabó Máté Csaba: Jóléti állam (<https://lexikon.uni-nke.hu/szocikk/joleti-allam-2/>) (letöltés ideje: 2023.05.20.)

működik náluk a gazdaság és a piac. 2022-es adatok szerint az ország GDP-jének körülbelül 41,4%-át adókra fordították.<sup>10</sup> „A svéd jóléti rendszer azon az általános elven alapul, hogy mindenki hozzájárul, és mindenki egyenlő mértékben jut hozzá ugyanahhoz a biztonsági háléhoz és közszolgáltatásokhoz.”<sup>11</sup>

A svéd rendszerben az állampolgárok az éves jövedelmük után helyi adót fizetnek, ennek mértéke település-függő, 28-35% között mozog ez átlagosan pedig körülbelül 32%, amit közvetlenül az adóhivatalnak fizetnek. Akik pedig 598 500 svéd korona fölött keresnek, amely közel 20 millió forintnak felel meg, 20 % állami adót is fizetnek.<sup>12</sup> A társadalombiztosítási járulék a munkabér 32%-a. A társasági adó jelenleg 20,6 %-os. Náluk az általános forgalmi adó (ÁFA) 25% az árukra és a szolgáltatásokra vonatkozóan, viszont 12%-os adókulcs terheli élelmiszereket, 6%-os pedig a könyveket, kulturális termékeket vagy személyszállítást az országon belül.<sup>13</sup>

Ezek mellett meg kell jegyeznünk, hogy Svédországban az átlag jövedelem egy hónapban 2022-es adatok szerint 37 100 svéd korona, azaz nagyjából 1 190 000 Ft,<sup>14</sup> ami jóval magasabb a magyar átlag keresetnél.<sup>15</sup> Ezért a svéd jövedelmek szempontjából elenyésző az adókra fordítandó összeg, amelynek egy jelentős részét a társadalombiztosítás finanszírozására fordítják, viszont emellett például tanuló csoportokat is finanszíroznak belőle. Felvetődik a kérdés, hogy milyen okokból kifolyólag láthatunk ilyen magas járulékokat, jövedelmeket? Fontos kérdés itt a fogyasztás mennyisége, minősége. A lagom életstílus meghatározza a svéd fogyasztó szokásait, amelyek során fontos lehet a tudatosság, előre tervezett fogyasztás folytatása.<sup>16</sup> Ennek szerves részét képezi a fenntartható életforma, a környezetvédelemre fókuszáló mindennapok folytatása.

## 2.2 Szociális ellátások

Svédországban a Försäkringskassan a társadalombiztosítási rendszert kezelő kormányzati ügynökség. Ez a szerv határozza meg a jogosultakat és a jogosultsági ellátás mértékét állami szabályok révén. Ahhoz, hogy jogosult legyen valaki szociális ellátásra biztosítottnak kell lennie a svéd szabályok szerint. A Socialförsäkringsbalk (2010:110) (Társadalombiztosítási Törvénykönyv) 4. fejezet 2. §-e szerint a társadalombiztosítás három biztosítási ágra oszlik:

1. A svédországi lakóhelyen alapuló ellátások (lakóhelyalapú ellátások),

<sup>10</sup>Sweden: Taxes in Sweden (<https://sweden.se/life/society/taxes-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>11</sup> Sweden: Taxes in Sweden (<https://sweden.se/life/society/taxes-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>12</sup> Skatteverket: Svar på vanliga frågor (<https://www.skatteverket.se/privat/etjansterochblanketter/svarpavanligafragor/inkomstavgiftnst/privattjansteinkomsterfaq/narskambetalastatliginkomstskattochhurhogarden.5.10010ec103545f243e8000166.html>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>13</sup>Sweden: Taxes in Sweden (<https://sweden.se/life/society/taxes-in-sweden>) (2023.05.23)

<sup>14</sup> Jonathan Björkman: Medellönen i Sverige 2023: Det bäst betalda yrket (<https://jobbland.se/arbetsliv/medellonen-i-sverige>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>15</sup> „[Magyarországon] 2023 márciusában a teljes munkaidőben alkalmazásban állók bruttó átlagkeresete 577 900 forint volt” Központi Statisztikai Hivatal: Gyors Tájékoztató (<https://www.ksh.hu/gyorstajekoztatok/ker/ker2303.html>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>16</sup> Ennek részeként megállapítható, hogy például jobban preferálják a loppmarknad-on (bolhapiac) történő vásárlást, mint a márkás üzletekben valót. „A város lakók többsége hipszterektől hemzsegő hétvégi turistacélpontnak tekinti a bolhapiacokat. A svéddek számára azonban egész mást jelent: számos loppis (loppmarknad rövidítése) a városon kívül, vidéken működik, így bolhapiacozás közben friss levegőt szívunk, s lehetőséget kapunk arra, hogy valami egyszerűvel és újjal foglalkozzunk a barátaink társaságában, és hogy kiiktassuk a kényeseres pénzköltést a vásárlás élményéből.” Linnea Dunne: Lagom, a svéd életstílus, amely kiegyensúlyozottá tesz, Kossuth kiadó, 2017, 94. o.

2. a svédországi munkavégzésen alapuló ellátások (munkaalapú ellátások), és
3. a svédországi lakóhelytől vagy munkavállalástól eltérő körülményeken alapuló ellátások (egyéb ellátások).

Az 5. § értelmében pedig az a személy, aki a szociális biztonsági rendszerek koordinálásáról szóló, 2004. április 29-i 883/2004/EK európai parlamenti és tanácsi rendeletből következően egy másik állam jogszabályainak hatálya alá tartozik, nem biztosított az e kódex szerinti olyan ellátásokra, amelyek megfelelnek a rendeletben említett ellátásoknak. Ha valaki EGT (Európai Gazdasági Térség) tagállamon kívüli országból, Svájcból, vagy az Egyesült Királyságból költözik oda annak a Migrationsverket (Svéd Migrációs Ügynökség) tartózkodási engedélyét kell megszereznie.<sup>17</sup> A továbbiakban a társadalombiztosítási ellátások részletes ismertetésére törekszünk bemutatva a szülői ellátások, betegségi ellátások, álláskeresői ellátások, rokkantsági ellátások kategóriáit.

### 2.2.1. Szülői ellátások

Socialförsäkringsbalk (2010:110) (Társadalombiztosítási törvénykönyv) 11. fejezet 4. §-e szerint a szülői támogatásra vonatkozó rendelkezések alkalmazása során a következő személyek felelnek meg a szülőnek:

- a szülő házastársa, aki állandóan a szülővel él,
- a szülő élettársa
- a gyermek felügyeletét ellátó, külön kijelölt gyám; és
- a leendő örökbefogadó szülők.

A szülői támogatást már a szülést megelőzően lehet igényelni. Ezt az ellátást 60 nappal a szülés várható időpontja előtt lehet folyósítani. Érdekesség, hogy a szülői támogatással járó szabadságot mindkét fél, tehát a gyermek mindkét szülője igénybe veheti egyszerre, amely a terhes gondozáson történő részvétel lehetőségéhez biztosít anyagi támaszt.

Érdekesség munkajogi szempontból a szülés utáni szülői szabadság. Együttesen 480 nap szülői szabadságot kaphatnak a svédok a gyermek 8 éves koráig és ezt bárhogyan eloszthatják egymást között.<sup>18</sup> Ebből is kitűnik a nemek közötti egyenlőség elvének mindent átható érvényesítése. Svédországba történt meg először (1974) az egész világon, hogy bevezették a szülési szabadság helyett a szülői szabadságot, amelyet nem kötöttek nemhez.<sup>19</sup> 2023. januárjától a Munka Törvénykönyve értelmében Magyarországon is igénybe lehet venni szülői szabadságot a gyermek 3 éves koráig. Ezt az új jogintézményt mindkét félnek igénybe lehet venni, azonban itt gyermekenként 44 nap szabadság jár, ami jóval kevesebb a svéd szülői szabadságnál. Ezen felül a 2023. januári változtatások értelmében nem csak Svédországban, hanem Magyarországon is lehetősége van az apának a gyermek születésével összefüggésben 10 nap fizetett szabadságra, amely során jelen lehet a szülésnél, megismerheti a gyermeket és ha esetleg több gyermek is van otthon, akkor gondjukat tudja viselni.

A Socialförsäkringsbalk (2010:110) 13. fejezet 2. §-e szerint a biztosított szülő átmeneti szülői támogatásra jogosult, ha a gyermek születése vagy gondozási szükséglete, illetve a gyermek halála miatt nem végez keresőtevékenységet. Az átmeneti szülői támogatás mindkét szülőnek adható ugyanazon gyermekre és ugyanarra az időre abban az esetben, ha a szülők elkísérik gyermeküket orvoshoz, amikor a gyermek súlyos betegségben szenved, illetve, ha a

<sup>17</sup> Försäkringskassan: Social insurance system (<https://www.forsakringskassan.se/english/moving-to-working-studying-or-newly-arrived-in-sweden/social-insurance-system>) (letöltés ideje: 2023.05.20)

<sup>18</sup> DUNNE: i.m. 29.

<sup>19</sup> DUNNE: i.m. 29.

szülőknél gyermekük gyógykezelése keretében orvosi rendelésen vagy orvos által előírt kezelésen kell részt venniük.

A törvény értelmében az átmeneti szülői támogatás az alábbi ellátási szintek szerint jár:

1. A teljes átmeneti szülői ellátás azokra a napokra jár, amikor a szülő teljes mértékben tartózkodik a keresőtevékenységtől.
2. Háromnegyed ideiglenes szülői támogatás olyan napokra jár, amikor a szülő legfeljebb az egyébként munkában töltött idő egynegyedéig volt keresőtevékenységben.
3. Fél ideiglenes szülői támogatás olyan napra jár, amikor a szülő legfeljebb feleannyi ideig dolgozott, mint amennyit egyébként dolgozott volna.
4. az egynegyed ideiglenes szülői támogatás olyan napra jár, amikor a szülő legfeljebb az egyébként általa ledolgozott idő háromnegyedét dolgozta.
5. az ideiglenes szülői támogatás egy nyolcadát olyan napra fizetik, amikor a szülő legfeljebb hét nyolcadát dolgozott annak az időnek, amelyet egyébként dolgozott volna.

A biztosított gyermek után járó gyermeknevelési támogatás az általános gyermeknevelési támogatás, kiterjesztett gyermeknevelési támogatás, és több gyermek után járó kiegészítés formájában jár. Az általános gyermeknevelési támogatást a gyermek születését követő hónaptól kezdve gyermekeként havi 1 250 svéd korona (kb. 40 000 Ft) összegben, a gyermek 16. életévének betöltését követő negyedéig bezárólag folyósítják. A Socialförsäkringsbalk (2010:110) 15. fejezet 5. § értelmében kiterjesztett gyermeknevelési támogatás a 4. §-ban meghatározott időszakot követő negyedévtől kezdődően havonta 1250 svéd korona összegben folyósítják olyan gyermek után, aki az alábbi iskolák valamelyikébe jár:

1. általános iskola, számi iskola vagy nemzetközi iskola általános iskolai szinten; vagy
2. adaptált általános iskola, adaptált középiskola vagy speciális iskola.

A kiterjesztett gyermekkedvezményt addig a hónapig folyósítják, amikor a gyermek befejezi az oktatást vagy megszakítja tanulmányait. Ha egy személy két vagy több gyermek után kap gyermekkedvezményt, több gyermek után járó pótlékot kell fizetni a következő összegben: havi 150 svéd korona a második gyermek után, havi 580 svéd korona a harmadik gyermek után, havi 1 010 svéd korona a negyedik gyermek után, és havi 1 250 svéd korona az ötödik gyermek és minden további gyermek után.

Azok a gyermekek jogosultak többgyermekes pótléokra, akik után általános gyermekkedvezményt folyósítanak vagy, akik után kiterjesztett gyermekkedvezményre van jogosultság, és olyan tanulmányokat folytató gyermekek, akik a Studiestödslag (1999:1395) (Hallgatói Támogatásról szóló törvény) 2. fejezete szerinti tanulmányi támogatásra jogosultak, ha a gyermek - életkorától eltekintve - megfelel az általános gyermekkedvezményre vonatkozó feltételeknek.

11. § értelmében a 9. § (2) és (3) bekezdésében említett gyermekek attól a negyedévtől kezdve, amelyben tanulmányaik megkezdődnek, annak az évnek a második negyedévéig, amelyben a gyermek a 20. életévét betölti, többgyermekes pótléokra jogosultak.

Az ilyen gyermek nem jogosult többgyermekes pótléokra, ha a gyermek

- csak nyolc hétnél rövidebb ideig tartó tanfolyamokon vagy részképzésben vesz részt, vagy
- házas, vagy
- nem él állandó jelleggel azzal a személlyel, aki a gyermek után járó pótlékot kapja.

Magyarországon a családok családi pótlékban részesülhetnek, amely nevelési ellátásból és iskoláztatási támogatásból áll össze. A családi pótlékon belül a nevelési ellátás a gyermek születését követően a 16. év betöltéséig jár, ezt követően iskoláztatási támogatásban részesülhetnek addig a tanévnek a végéig, amíg a gyermek betölti a 16. életévét vagy ha esetleg ezután köznevelési intézményben vagy szakképző intézményben folytat tanulmányokat, annak

a tanévnek a végéig, melyben a tanuló 20 éves lesz. A családi pótlék havi összege: egygyermekes család esetén 12 200 forint, egy gyermeket nevelő egyedülálló esetén 13 700 forint, kétgyermekes család esetén gyermekenként 13 300 forint, két gyermeket nevelő egyedülálló esetén gyermekenként 14 800 forint, három- vagy többgyermekes család esetén gyermekenként 16 000 forint, három vagy több gyermeket nevelő egyedülálló esetén gyermekenként 17 000 forint. Itt is lehet látni az összegbeli különbségeket Magyarország és Svédország között. Bár a svédek, ha több gyermek után kapnak kedvezményt, nekik kell fizetniük meghatározott összeget. Szerencsére ilyen rendelkezés még nincs Magyarországon.

Családi pótlékra jogosult:

- a saját háztartásban nevelt gyermek vér szerinti, vagy örökbe fogadó szülője,
- a saját háztartásban nevelt gyermek szülőjével együtt élő házastárs,
- az a személy, aki a saját háztartásában nevelt gyermeket örökbe kívánja fogadni, és az erre irányuló eljárás már folyamatban van
- a szülővel együtt élő élettárs, ha az ellátással érintett gyermekkel életvitelszerűen együtt él és -a szülővel élettársként legalább egy éve szerepel az Élettársi Nyilatkozatok Nyilvántartásában, vagy a szülővel fennálló élettársi kapcsolatát az ellátás megállapítására irányuló kérelmet legalább egy évvel megelőzően kiállított közokirattal igazolja,(a fentiek elnevezése együttesen: szülő)
- a gyám,
- akinél a gyermeket a Gyvt. alapján ideiglenes hatállyal elhelyezték (1997. évi XXXI. törvény (Gyvt.) 72. § (1) bekezdés),
- a gyermekotthon vezetője a gyermekotthonban nevelt,
- a szociális intézmény vezetője az intézményben elhelyezett, még nem tanköteles gyermekre tekintettel.

Saját jogán jogosult nevelési ellátásra a tizennyolcadik életévét betöltött tartósan beteg, illetve súlyosan fogyatékos személy az iskoláztatási támogatásra való jogosultság megszűnésének időpontjától.

Iskoláztatási támogatásra jogosultak a fentiekén túl:

- a javítóintézet igazgatója vagy a büntetés-végrehajtási intézet parancsnoka a javítóintézetben nevelt, vagy büntetés-végrehajtási intézetben lévő, és gyermekvédelmi gondoskodás alatt álló gyermekre tekintettel,
- a gyámhivatal által a szülői ház elhagyását engedélyező határozatban megjelölt személy.

### 2.2.2. Betegségi ellátások

Ha valaki betegség miatt nem tudja ellátni a munkáját általában a betegség teljes időszakára jogosult pénzbeli ellátásra. Ezen időszak alatt a rendes fizetése helyett táppénzben részesül.

A Lag (1991:1047) om sjuklön (Táppénzről szóló törvény) 3.§ szerint a munkavállaló táppénzre való jogosultsága a munkaviszony első napjától kezdődik. Ha azonban a megállapodás szerinti munkaviszony időtartama egy hónapnál rövidebb, a táppénzre való jogosultság csak akkor keletkezik, ha a munkavállaló munkába állt, és ezt követően tizennégy egymást követő naptári napon keresztül munkaviszonyban állt. Nem számítanak bele azok a napok, amikor a munkavállaló alapos ok nélkül hiányzott. A táppénz kifizetése általában nem kezdődik meg azonnal, hanem a betegség kezdetén jogosultsági levonás történik. Ez a levonás a táppénz 20%-nak felel meg, amelyet egy normál hét alatt kaphat. A munkáltatótól kapott

táppénz a fizetés körülbelül 80%-át teszi ki. Kollektív szerződéssel ez magasabb is lehet.<sup>20</sup> Az első 364 napban a normál szintű táppénzben részesül, amely a jövedelmének 80 %-a, megszorozva a 0,97-es átváltási tényezővel. Försäkringskassan az ellátását a betegbiztosítási ellátásra jogosult jövedelem (SGI) alapján állapítja meg, amelynek felső határa 483 000 svéd korona.<sup>21</sup> A táppénzidőszak a munkavállaló munkaképességének betegség miatti csökkenésének első napjára és a táppénzidőszak következő tizenhárom naptári napjára terjed ki. Ha ezen időszakon túl még mindig beteg, akkor a továbbiakban a Försäkringskassan folyósítja a táppénz. Érdekes, hogy itt nem létezik a betegszabadság, mint jogintézmény. Magyarországon a betegség első 15 munkanapján a munkáltató által fizetett betegszabadság jár és csak ezt követően jár a táppénz. Svédországban pedig a betegség első 14 napján a munkáltató folyósítja a táppénzt, ezt követően pedig a Försäkringskassan. A svéd munkavállalónak egy olyan írásbeli nyilatkozatot kell benyújtania a munkáltatójának, amelyben kijelenti azt, hogy beteg volt és hogy emiatt milyen mértékben csökkent a munkaképessége, nyilatkozatnak nem kell tartalmaznia a betegség részleteit. A munkáltató nem köteles a táppénzt kifizetni, amíg a munkavállaló a nyilatkozatot be nem nyújtotta.

A Försäkringskassan a táppénz folyósításának időtartama alatt betegségellenőrzést végezhet oly módon, hogy érdeklődik arról, akiről feltételezhető, hogy képes a szükséges információkat megadni, vagy esetleg meglátogathatja a munkavállalót.

A 12. § szerint a munkáltató köteles értesíteni a Försäkringskassan-ot azokról a megbetegedésekről, amelyek miatt munkavállalói táppénzre jogosultak, ha a betegség és a munkaviszony a táppénzfizetési időszak lejárta után is fennáll. Az értesítést hét naptári napon belül kell megtenni. A 13. § értelmében a Försäkringskassan írásbeli kérelemre dönthet különleges, magas kockázatú védelemről olyan munkavállaló számára, aki a Socialförsäkringsbalk (2010:110) 24-28. fejezete alapján betegbiztosítással rendelkezik. Ilyen határozat akkor adható ki, ha a kérelmező olyan betegségben szenved, amely tizenkét hónapos időszak alatt 1. várhatóan nagyszámú betegséggel járó időszakot eredményez, vagy 2. egy vagy több hosszabb betegséggel járó időszak kockázatával jár.

Ezeken kívül egyéb speciális esetekben is járhat táppénz például, ha donorként jár el valaki, vagy Socialförsäkringsbalk (2010:110) szerinti tevékenységért járó kompenzációban részesült, vagy azt úgy tekintik, hogy jogosult volt rá.

Ha a Försäkringskassan folyósítja a táppénzt akkor az orvosi igazolás és minden egyéb vizsgálat alapján a Svéd Szociális Biztosító megállapítja, hogy a munkaképessége a betegség miatt legalább negyedére csökkent-e, és megállapítja, hogy jogosult-e táppénzre. Az első 90 napban akkor jogosult valaki táppénzre, ha úgy ítélik meg, hogy képtelen a szokásos munkával megbirkózni. A 90 nap letelte után akkor jogosult táppénzre, ha úgy ítélik meg, hogy nem képes megbirkózni a szokásos munkájával vagy bármely más munkával, amelyet a munkáltatója fel tud ajánlani. 180 nap elteltével pedig csak akkor jogosult táppénzre, ha úgy ítélik meg, hogy nem képes a szokásos munkaerőpiacon bármilyen munkakörben elhelyezkedni.<sup>22</sup>

<sup>20</sup> European Comission: Sweden - Benefits during sickness  
(<https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1130&langId=en&intPageId=4810>) (letöltés ideje: 2023.05.25)

<sup>21</sup> European Comission: Sweden - Benefits during sickness  
(<https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1130&langId=en&intPageId=4810>) (letöltés ideje: 2023.05.25)

<sup>22</sup> European Comission: Sweden - Benefits during sickness  
(<https://ec.europa.eu/social/main.jsp?catId=1130&langId=en&intPageId=4810>) (letöltés ideje: 2023.05.25)



### 2.2.3. Álláskeresési ellátások

A svéd foglalkoztatáspolitikai egyik fontos eszköze az Arbetsförmedlingens elnevezésű program, amely egy állami foglalkoztatási szolgálat program, és amelyben, az érintett jogosult lehet fejlesztési és tevékenységi támogatásra.<sup>23</sup> Ennek a szolgálatnak több különböző programja van, amelyekre fókuszál, ilyen például a munkaerőpiaci képzések, felkészítő tevékenységek vagy vállalkozás indításának támogatása.<sup>24</sup> Emellett ennek keretében a bevándorlók egy bevezető programban is részt vehetnek, amely által bevezetési támogatásra lehetnek jogosultak.<sup>25</sup> Ha dolgozol és fizetést kapsz egy olyan napra, amikor egy programban is részt veszel, a programpénzt csökkenteni kell. Ha a programod teljes munkaidős, akkor a pénz pontosan annyival csökken, amennyit fizetésként kaptál. Ha a fizetésed magasabb, mint a programpénz, akkor az adott nap(ok)ra nem kapsz pénzt.<sup>26</sup>

Magyarországon, akik nem dolgoznak azok álláskeresési járadékot igényelhetnek. Azok jogosultak rá, akik az ellátás iránti kérelem benyújtását megelőző 3 évben legalább 360 munkavisztonnyal rendelkeznek, illetve akarnak dolgozni, de nem találnak megfelelő munkát. Fontos kiemelni, hogy a támogatás folyósításának ideje alatt társadalombiztosítási ellátási jogosultságot kapnak. Az ellátás összege maximum az álláskeresési járadékra való jogosultság kezdő napján hatályos legkisebb munkabér napi összege lehet.<sup>27</sup>

Az ilyen ellátásoknak általában az a céljuk, hogy segítsék az embereket, ha esetleg valamilyen okból kifolyólag nem találnak munkát, bármilyen nagyon is keresnek és ezzel az állam támogatja őket. Azonban vannak, akik ezzel visszaélnék és ez jelenti számukra a 'jövedelmet', nem akarnak elmenni dolgozni és folytonosan újra igényelik az ellátást, illetve a vele járó jogosultságokat, holott ez azt célozná, mint a svéd felfogás szerint is, hogy ösztönözzék őket arra, hogy dolgozzanak. Ott nem csak pénzbeli támogatást adnak, hanem egyfajta programban vesznek részt, ahol motiválják, illetve tanácsokkal látják el őket, hogyan menjenek vissza a munkaerőpiacra.

---

<sup>23</sup> Försäkringskassan: Activity grant or development allowance when you participate in a Swedish Public Employment Service programme (<https://www.forsakringskassan.se/english/job-seeker/activity-grant-or-development-allowance-when-you-participate-in-a-swedish-public-employment-service-programme>) (letöltés ideje: 2023.05.25)

<sup>24</sup> Försäkringskassan: Activity grant or development allowance when you participate in a Swedish Public Employment Service programme (<https://www.forsakringskassan.se/english/job-seeker/activity-grant-or-development-allowance-when-you-participate-in-a-swedish-public-employment-service-programme>) (letöltés ideje: 2023.05.25)

<sup>25</sup> Emberi Jogok Egyetemes Nyilatkozata 23. cikke szerint (1) Minden személynek joga van a munkához, a munka szabad megválasztásához, a méltányos és kielégítő munkafeltételekhez és a munkanélküliség elleni védelemhez. (2) Az egyenlő munkáért mindenkinek, bármilyen megkülönböztetés nélkül egyenlő bérhez van joga. (3) Mindenkinek, aki dolgozik, olyan méltányos és kielégítő fizetéshez van joga, amely számára és családja számára az emberi méltóságnak megfelelő létet biztosít, és amelyet megfelelő esetben a szociális védelem összes egyéb eszközei egészítenek ki.

<sup>26</sup> Försäkringskassan: Activity grant or development allowance when you participate in a Swedish Public Employment Service programme (<https://www.forsakringskassan.se/english/job-seeker/activity-grant-or-development-allowance-when-you-participate-in-a-swedish-public-employment-service-programme>) (letöltés ideje: 2023.05.25)

<sup>27</sup> 1991. évi IV. törvény a foglalkoztatás elősegítéséről és a munkanélküliek ellátásáról

#### 2.2.4. Rokkantsági ellátások

Svédországban a csökkent munkaképességű, fogyatékossgal élő személyekre vonatkozóan a munkaerő-piaci politikai program különleges intézkedések vannak, amik a következők:

1. A munkahelyi segédeszközökhöz nyújtott támogatások,
2. a látás- és hallássérült személyek számára irodalom és tolmácsok támogatása,
3. személyes asszisztensek támogatása
4. speciális támogató személy a bevezetéshez és nyomon követéshez (SIUS),
5. támogatások vállalkozás indításakor felmerülő induló költségekhez,
6. bértámogatás, és
7. védett munka.

Ezeket a Förordning (2017:462) om särskilda insatser för personer med funktionsnedsättning som medför nedsatt arbetsförmåga (Törvény a csökkent munkaképességű fogyatékossgal élő személyekre vonatkozó különleges intézkedésekről) szabályozza. A program olyan embereket céloz meg, akiknek fogyatékossga csökkenti munkaképességüket, és akiknek emiatt támogatásra van szükségük ahhoz, hogy javítsák esélyeiket a munkahely megszerzésére vagy megtartására. A program célja a munkaképesség csökkenésének kompenzálása és a munkahely megszerzésének vagy megtartásának lehetőségének erősítése. Az Arbetsförmedlingen (Foglalkoztatási Közszolgálat) pénzügyi támogatást nyújthat olyan munkahelyi segédeszközök vagy egyéb eszközök vásárlásához, bérléséhez vagy javításához, amelyekre a személynek szüksége van ahhoz, hogy növelje esélyeit munkahely szerzésére vagy megtartására. A támogatás azzal a feltétellel nyújtható, hogy a személynek szüksége van a segédeszközre vagy más eszközre munkavállalóként, vállalkozóként vagy önálló szakemberként, vagy munkaerő-piaci politikai programban, munkaorientált rehabilitációban vagy gyakorlati munkaorientációban való részvételhez. A támogatás évente legfeljebb 100 000 svéd korona (kb. 3 500 000 Ft) összegben nyújtható.

Az Arbetsförmedlingen pénzügyi támogatást nyújthat a beszéd és a Braille-írás költségeire, amelyekre a látássérült személyeknek szükségük van ahhoz, hogy munkaerő-piaci képzésben vagy egyéb képzésben vegyenek részt egy munkaerő-piaci politikai program keretében, illetve évente munkavállalóként legfeljebb 150 000 svéd korona (kb. 5 300 000 Ft) összegű támogatást nyújt a gyermekkori siketség, siketvakság, felnőttkori siketség és hallássérült személyek tolmácsolására, akik munkavállalóként képzési programban vesznek részt, vagy nem szépirodalmi művek hanghordozón történő felolvasására olyan látássérült személynek, aki munkavállalóként képzési programban vesz részt. Az Arbetsförmedlingen külön támogatót jelölhet ki és ez a segítségnyújtás legfeljebb 6 hónapig nyújtható.

Az Arbetsförmedlingen pénzügyi támogatást nyújthat olyan munkanélküli személynek, akinek vállalkozás indításakor eszközbeszerzési vagy egyéb költségei merülnek fel. A támogatás nyújtásának előfeltétele, hogy a vállalkozási tevékenység feltételezhetően jelentősen hozzájáruljon a személy megélhetéséhez. A támogatás személyenként legfeljebb 60 000 SEK összeggel nyújtható. A vállalkozás indításakor felmerülő induló költségekhez nyújtott támogatás az Európai Unió működéséről szóló szerződés 107. és 108. cikkének a csekély összegű támogatásokra való alkalmazásáról szóló, 2013. december 18-i 1407/2013/EU bizottsági rendeletnek megfelelően csekély összegű támogatásként nyújtható.

A törvény 16. § értelmében a bértámogatásról vagy védett munkáról szóló döntés meghozatala előtt az Arbetsförmedlingen először megvizsgálja, hogy a személy szükségletei kielégíthetők-e az 1. szakasz második bekezdésének 1-4. pontja szerinti intézkedésekkel. Ezt követően a következő sorrendben kell értékelnie a személy intézkedés iránti igényét:

1. bértámogatás a foglalkoztatás fejlesztéséhez

2. bértámogatás a foglalkoztatáshoz
3. a foglalkoztatás biztonságát szolgáló bértámogatás
4. védett munka

Az Arbetsförmedlingen törekszik arra, hogy az intézkedéseket úgy tervezzék meg és hajtsák végre, hogy a munkavállaló fejlessze és javítsa munkaképességét, valamint hogy a személy bértámogatás nélkül is munkát kapjon és megtarthasson. A bérköltésekhez nyújtott járulékok összegét az adott foglalkoztatással kapcsolatos munkaképesség-csökkenés mértékének és a munkáltató bérköltéseinek járulékra jogosult részének figyelembevételével kell meghatározni. A járulékok nem haladhatják meg a munkaképesség-csökkenés kompenzálásához szükséges mértéket.

Svédországban fogyatékoság esetén jogosult az érintett rokkantsági támogatásra abban az esetben, ha fogyatékoság vagy tartós betegség miatt személyi ápolót kell alkalmazni a mindennapi tevékenységéhez. A Lag (1993:387) om stöd och service till vissa funktionshindrade (Az egyes fogyatékkal élők támogatásáról és szolgáltatásairól szóló törvény) 9. §-a rögzíti, hogy a különleges támogatásra és szolgáltatásokra vonatkozó intézkedések a következők:

1. Tanácsadás és egyéb személyes támogatás, amely a súlyos és tartós fogyatékosággal élő személyek problémáinak és életkörülményeinek speciális ismeretét igényli,
2. személyes asszisztens segítsége vagy az ilyen segítségnyújtás ésszerű költségeinek anyagi támogatása, amennyiben a támogatási igényt nem fedezik a Socialförsäkringsbalk (2010:110) 51. fejezete szerinti megítélt támogatási órák,
3. kísérőszolgálat,
4. kapcsolattartó személy által nyújtott segítség,
5. házi segítségnyújtás,
6. rövid távú, otthonon kívüli tartózkodás,
7. 12 éven felüli iskoláskorú gyermekek saját lakáson kívüli rövid távú felügyelete a tanítási naphoz kapcsolódóan és a szünidőben,
8. családi otthonban vagy speciális szolgáltatással ellátott szállás olyan gyermekek vagy fiatalok számára, akiknek a szülői házon kívül kell élniük,
9. speciális szolgáltatásokkal ellátott lakhatás felnőttek számára vagy egyéb, speciálisan felnőttek számára kialakított lakhatás,
10. napi tevékenységek olyan aktív korú személyek számára, akik nem keresőtevékenységet folytatnak és nem tanulnak.

A 9.a § szerinti személyes segítségnyújtás olyan személyre szabott támogatást jelent, amelyet korlátozott számú személy nyújt egy olyan személynek, akinek súlyos és tartós fogyatékosága miatt egy vagy több alapvető szükségletében segítségre van szüksége. Az alapvető szükségletek a következőkre vonatkoznak: légzés, személyes higiénia, étkezés, öltözködés és vetkőzés, kommunikáció másokkal, támogatás, amelyre az egyénnek mentális fogyatékosága miatt van szüksége, hogy megakadályozza, hogy fizikailag kárt tegyen magában, másban vagy a tulajdonában; és olyan támogatás, amelyre az egyénnek a nap nagy részében folyamatosan szüksége van olyan egészségügyi állapota miatt, amely azt jelenti, hogy az egyén életveszélyben van, vagy egyébként közvetlen és súlyos veszély fenyegeti a fizikai egészségét. A segítségnyújtás ellenőrzése céljából az önkormányzat meglátogathatja a támogatásra jogosult személyt, ha ez a támogatásra való jogosultság vagy a támogatásra való rászorultság elbírálásához szükséges és a Egészségügyi és Szociális Felügyelet számára lehetőséget kell adni a bejutáshoz.

## 2.3 Nyugdíjbiztosítás

Svédországban rendkívül fontos szerepet játszik az idősek szociális és egészségügyi támogatása.<sup>28</sup> A vizsgált országban nagyon magas a várható élettartam, mivel a kutatások szerint 84,73 év a nőknél a férfiaknál pedig 81,34 év.<sup>29</sup> A lakosságnak több mint 5 %-a 80 éves vagy annál idősebb. 1980-as évek óta egyre több embernek jobb az egészsége ezért csökken az ápolási igény.<sup>30</sup>

Minden svéd állampolgárnak nemzeti nyugdíjra van jogosultsága a nyugdíjba vonulása esetén. Nagyon érdekes, hogy Svédországban jelenleg nincsen konkrét szám megadva a nyugdíjkorhatárnak, ehelyett rugalmas kereteket határoztak meg. Alapvetően 63 éves kortól (akik 1960-ban születtek azoknak 62) lehet igénybe venni a nyugdíjat, azonban egészen 69 éves korig törvényesen lehet dolgozni, ha pedig valaki 69 év kor után is dolgozni szeretne akkor a munkáltatóval való megegyezés alapján van rá lehetősége. Meg kell itt jegyeznünk, hogy 2026-ban a várható élettartam alapján szabályozni fogják a nyugdíjkorhatárt, amely biztosan nagy hatással lesz a társadalomra nézve.<sup>31</sup>

A nyugdíj a svéd rendszerben különböző forrásokból tevődik össze (jövedelem nyugdíj, garantált nyugdíj, prémium nyugdíj).<sup>32</sup> Nemzeti állami nyugdíjat azok kapnak, akik itt dolgoztak és éltek, amelyet a Pensionsmyndigheten (Svéd Nyugdíjhivatal) kezel. A nyugdíj mértéke azon a jövedelmen alapul, amely után a nyugdíjba vonuló járulékot fizetett. 2023 januárjában az átlagos nemzeti állami nyugdíj havi 14 900 svéd korona (kb. 480 800 Ft) volt.<sup>33</sup> A legtöbb svéd munkavállaló emellett a munkáltató által fizetett járulékon alapuló foglalkoztatói nyugdíjat is kap.<sup>34</sup> Az érintettek a rendes nyugdíjukat magán nyugdíj megtakarítással is kiegészítik. A nyugdíjrendszer finanszírozása meghatározó jelentőségű a lagom mottó jegyében, hiszen ez megköveteli a generációk közötti együttműködést. Az éppen elég összeg befizetésével érhető el az éppen elég nyugdíj, legalábbis a lagom „éppen elég” mottója ezt diktálja.

Az idősek támogatása nagyrészt adókból van finanszírozva, és annak magas összege garantálja a rendszer fenntarthatóságát. A Socialtjänstlag (2001:453) (Szociális Szolgáltatásokról szóló törvény) alapján az ellátások szervezése az önkormányzatok hatáskörébe tartozik.<sup>35</sup> Egyre több önkormányzat kiszervezi az idősgondozásnak egy részét magánszolgáltatók részére. Az ellátottnak pedig lehetősége van választani, hogy magán úton vagy államilag biztosítsák számára az ellátásokat. Viszont van olyan terület, amit csak az önkormányzat végezhet, ilyen például a házi segítségnyújtás vagy a speciális lakhatási intézményben való elhelyezés.<sup>36</sup> A svéd rendszer meghatároz olyan *“hözáférhető lakásokat”*,

<sup>28</sup> Az Európai szociális Karta 1. része kimondja, hogy minden idős embernek joga van a szociális védelemre.

<sup>29</sup> Sweden: Elderly care in Sweden (<https://sweden.se/life/society/elderly-care-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>30</sup> Sweden: Elderly care in Sweden (<https://sweden.se/life/society/elderly-care-in-sweden>) (2023.05.23)

<sup>31</sup> Pensions Myndigheten: Applying for a pension ( <https://www.pensionsmyndigheten.se/other-languages/english-engelska/english-engelska/applying-for-a-pension>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>32</sup> Sweden: Elderly care in Sweden (<https://sweden.se/life/society/elderly-care-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>33</sup> Pensions Myndigheten: Korta pensionsfakta (<https://www.pensionsmyndigheten.se/nyheter-och-press/pressrum/kortapensionsfakta>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>34</sup> Sweden: Elderly care in Sweden (<https://sweden.se/life/society/elderly-care-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>35</sup> Sweden: Elderly care in Sweden (<https://sweden.se/life/society/elderly-care-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>36</sup> Sweden: Elderly care in Sweden (<https://sweden.se/life/society/elderly-care-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

amelyeket a svéd önkormányzatok 55 éves vagy annál idősebb emberek vagy fogyatékos személyek számára alakítottak ki. A lakások úgy vannak kialakítva, hogy akadálymentes életmód legyen benne folytatható.<sup>37</sup>

A házi segítség nyújtásnak az a célja, hogy az idős és fogyatékkal élő emberek a lehető leghosszabb ideig a saját otthonukban tudjanak élni. Minden önkormányzat szállít kész ételeket emellett közös étkezést biztosít speciális nappali központokban. De olyan is akad, hogy kis csoportokat szerveznek, akik saját maguknak főznek. Akik már nem képesek ellátni magukat vagy csak részben azok igényelhetnek házi segítségnyújtást, amelynek mértékét a helyzet súlyossága határozza meg. A súlyos betegek és a fogyatékossgal élő idős emberek akár 24 órás segítség nyújtásban is részt vehetnek, így a saját otthonukban maradhatnak. Az önkormányzatok maguk határozzák meg a gondozás díját, amelyek a segítség mértékétől és a személy jövedelmétől függ. Maximális díja ezeknek havonta 2300 svéd korona (kb. 76 000 Ft). A demenciában vagy bármely más szellemi fogyatékossgban élők számára nappali rehabilitációs gondozást is nyújtanak az önkormányzatok.<sup>38</sup>

Az idősgondozás kapcsán a megelőző ellátásoknak rendkívül nagy jelentősége van, és az éve során egyre több formája jelent meg Svédországban. Ezek között van például az orvos által felírt fizikai aktivitás, amely kezelési formaként is funkcionál, de megelőző célt is szolgál.<sup>39</sup>

### 3. Lagom hatása az egészségre

A lagom arra tanít, hogy fontos irányítani a saját életünket és ne a külvilág határozza meg azt. Manapság szinte minden embert stressz veszi körül, hiszen a képernyők előtt éljük az életünket, az ott olvasott vagy látott dolgokon rágódunk akár napokig is miközben arról panaszkodunk miért nem jut több idő a pihenésre vagy a családdal töltött időre. Mindenre „éppen elég” idő jutna, ha e szerint szerveznék az életünket.

„Svédország, amelyet olykor családi utópiaként is emlegetnek, erős jóléti állam, széles középosztállyal. A svéd emberek többsége igen jó körülmények közt él, és élvezzi az egyensúly áldásait az ingyenes oktatástól az újrahasznosítás jól kidolgozott rendszeréig. Az „éppen elégre” törekvés mantrája egyformán hasznos a magunk lelki-érzelmi világának és a társadalom egészének. Azt jelenti, adjuk meg a szükséges teret és nyugalmat az öntudatunk számára, és biztosítsunk mozgásteret a változáshoz és fejlődéshez, ha arra van szükség.”<sup>40</sup> Lagom az, ha munkahelyen nem a mennyiségre törekszel, hanem a minőségre, ha kellő szünetek mellett tudod elvégezni az aznapra elegendő feladatot. Ha nem a tökéletesre törekszel mindennap, hanem a pont elégre. „A lagom a jog, hogy otthon maradhatunk a beteg gyerekünkkel-fizetett szabadságon-, de soha nem élünk vissza e jogunkkal.”<sup>41</sup>

A testi egészség szorosan összefügg a lelki egészségünkkel. A svéd felfogás azért működik mert nincs diszkrimináció, nem tűnik ki az egyén a közösségből, nincs hasonlítgatás. Az összehasonlítás és a fokozott megfelelési kényszer hatására rendkívül sok ember lesz depressziós. „A depresszióval, szorongással vagy más mentális egészségügyi problémákkal küzdő emberre nagyobb arányban szenvednek fizikai betegségektől, kábítószer-használattól,

<sup>37</sup> Sweden: Elderly care in Sweden (<https://sweden.se/life/society/elderly-care-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>38</sup> Sweden: Elderly care in Sweden (<https://sweden.se/life/society/elderly-care-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>39</sup> Sweden: Elderly care in Sweden (<https://sweden.se/life/society/elderly-care-in-sweden>) (letöltés ideje: 2023.05.23)

<sup>40</sup> Linnea Dunne: Lagom, a svéd életstílus, amely kiegyensúlyozottá tesz, Kossuth kiadó, 2017, 14. o.

<sup>41</sup> Linnea Dunne: Lagom, a svéd életstílus, amely kiegyensúlyozottá tesz, Kossuth kiadó, 2017, 8-9. o.

*munkanélküliségtől és pénzügyi instabilitástól, amelyek mindegyike olyan pusztító ciklust idézhet elő, amelyet nehéz megtörni.*<sup>42</sup> Éppen ezért, ha a lagom szerint élünk akkor sokkal jobb lesz a mentális és a fizikai egészségünk is. Megkell tanulnunk az egészséges életegyensúlyt fenntartani, hogy kiegyensúlyozott életünk lehessen.<sup>43</sup> A munkával kapcsolatos stressz és a pszichoszociális kockázatok a munkahelyi egészségvédelem alapvető problémái. Jelentős hatással vannak az egyének egészségére, valamint a vállalkozások és a társadalom egészére. Az Európai Munkahelyi Biztonsági és Egészségvédelmi Ügynökség uniós szintű felmérése azt mutatja, hogy a munkavállalók mintegy fele a munkahelyi stresszt gyakori problémának tartja a munkahelyén és számtalanszor előfordul, hogy a stressz az oka a kiesett munkanapokért. Ezek a távollétek általában nagyobb időt ölelnek fel, mint más okok miatt, és a munkával kapcsolatos stressz több korai nyugdíjazást is eredményez.<sup>44</sup> Azonban nem foglalkoznak ezzel a jelentős problémával a munkahelyen, pedig, ha vállalat problémájának tekintenénk, akkor ugyanúgy kezelhetővé válhatna, mint más munkahelyi kockázat.

A pszichoszociális kockázatokat a hiányos munkaszervezés és a munkairányítás, valamint a munkahelyi rossz szociális környezet eredményezi. Ezeknek a kockázatoknak az eredménye lehet a kiégés és a depresszió. Pszichoszociális kockázat lehet például a munkavállalót érintő döntésekben való részvétel hiánya, nem hatékony kommunikáció, a vezetőség és a kollégák támogatásának hiánya vagy pszichológiai és szexuális zaklatás, harmadik fél által elkövetett erőszak. Azonban fontos hogyha a munkahelyi követelményeket vizsgáljuk nem szabad összekeverni a pszichoszociális kockázatokat a munkakörülményekkel, hiszen egyes követelmények ösztönzően hatnak a munkavállalókra és általuk motiváltan tudnak dolgozni. Az „éppen elég” mennyiségű pszichoszociális környezet jó teljesítményt és személyes fejlődést eredményez, valamint a munkavállalók mentális és fizikai jólétét is erősíti.<sup>45</sup> *„Ha megtanuljuk, hogy kicsit hátradölünk, és kilépünk a körben forgó gondolatainkból, akkor egy őszintébb és koncentráltabb állapothoz jutunk el, ahol tudatosan dolgozzuk fel a jó és rossz élményeket, s teljes mértékben jelen vagyunk a munkában és odahaza”*<sup>46</sup> Az irracionális munkahelyi követelmények stresszelik a munkavállalókat. Határidők, megfelelési kényszer, teljesíthetetlen feladatok, a túl hajszolás nem csak a munkánkra hat ki, hanem az egészségünkre is. A mentális egészségügyi problémákon túl az

<sup>42</sup> Inspire Malibu: Lagom: The Swedish Philosophy of a Happy Life Balance (<https://www.inspiremalibu.com/blog/healthy-living/lagom-swedish-happy-life-balance/>) (2023.04.13)

<sup>43</sup> „2009-ben Svédországban bevezették a diszkriminációs törvényt, amelynek általános célja a fogyatékosági politika és az egyén jogi védelmének megerősítése, valamint a diszkrimináció áldozatainak jogorvoslatához és pénzügyi kártérítéshez való hozzájutásának elősegítése. A törvény a nem, a transznemű identitás vagy kifejezés, az etnikai hovatartozás, a vallás vagy más meggyőződés, a fogyatékoság, a szexuális irányultság vagy az életkor alapján történő megkülönböztetés ellen küzd, és két részből áll: A törvény proaktív része pozitív intézkedések meghozatalára kötelez, és a munka világára és az oktatási rendszerre vonatkozik. A törvény reaktív része a megkülönböztetés tilalmával foglalkozik a munka világában, az oktatási rendszerben és a társadalom más területein. Az ENSZ fogyatékosággal élő személyek esélyegyenlőségére vonatkozó szabványos szabályai a svéd fogyatékosági politika sarokkövei. A svéd kormány 2008-ban ratifikálta a fogyatékosággal élő személyek jogairól szóló ENSZ-egyezményt. A Standard Szabályokkal ellentétben az egyezmény jogilag kötelező erejű. Ennek eredményeképpen Svédország kötelezettséget vállalt annak biztosítására, hogy a nemzeti jogszabályok nem alkalmaznak hátrányos megkülönböztetést a fogyatékkal élőkkel szemben.” Sweden: Disability policy (<https://sweden.se/life/equality/disability-policy>) (2023.05.20)

<sup>44</sup> Europeiska arbetsmiljöbyrån: Psykosociala risker och stress på arbetsplatsen (<https://osha.europa.eu/sv/themes/psychosocial-risks-and-stress>) (2023.05.25)

<sup>45</sup> Europeiska arbetsmiljöbyrån: Psykosociala risker och stress på arbetsplatsen (<https://osha.europa.eu/sv/themes/psychosocial-risks-and-stress>) (letöltés ideje: 2023.05.25)

<sup>46</sup> DUNNE: i.m. 17.

olyan munkavállalóknál, akik tartós stressznek vannak kitéve, akár fizikai egészségügyi problémák is kialakulhatnak, mint a szív- és érrendszeri betegségek.<sup>47</sup>

A megfelelő módszerrel a munkahely okozta stressz kezelhető, ugyanúgy, mint a munkavégzéssel kapcsolatos balesetek. A stressz megelőzése és kezelése nemcsak kötelessége a munkáltatónak, hanem a 89/391/EGK keretirányelvben meghatározott jogi követelmény is, amelyet a szociális partnerek a munkahelyi stresszről, valamint a munkahelyi zaklatásról és erőszakról szóló keretmegállapodása támogat. A mentális egészségről és jólétről szóló európai szerződés arra biztatja a munkáltatókat, hogy intézkedéseket tegyenek a mentális jólét megteremtése érdekében. Fontos, hogy ezekbe a munkavállalókat is bevonják, hiszen ők és az ő képviselőik tudják, hogy milyen problémák merülnek fel a munkahelyen, és ezzel tudnák azt biztosítani, hogy az intézkedések valóban hatékonyak legyenek.<sup>48</sup>

#### 4. Összegzés

A kutatásom során arra szerettem volna rávilágítani, hogy a svéd társadalom miért működik olyan jól, mit jelent a lagom kifejezés, az hogyan befolyásolja a svéd társadalom működését. Észrevehettük, hogy a kiemelkedő szociális berendezkedésük, az adózás rendszerük, a testi lelki egészségük mind-mind összefügg a lagommal, ezen attitűddel. Mindenhol ugyanaz a kapcsolódási pont, hiába vannak szerteágazások, folyton visszakanyarodunk a mérsékelt élethez, ahhoz, hogy meglegyen az „éppen elég”.

*„Általánosságban: a lagom egyensúlya messze túlmutat az érzelmi jóléten és a belsőépítészetén, a valahova tartozás és a közös felelősségvállalás felé-nem csupán a beilleszkedés, hanem egy nagyobb egységhez való tartozás értelmében. A szomszédokkal való kapcsolatáról szól, a közterületek megóvásáról és az adófizetésről, amiből önszerveződő tanuló csoportokat finanszíroznak, és bőkezű támogatást nyújtanak a kiváló iskolarendszernek.”<sup>49</sup>*

A svédek társadalmáról elmondható, hogy nagyrészt boldogok<sup>50</sup>, náluk lagom féle boldogság jelenik meg, a fenntartható boldogság, amelynek mögöttes tartalmáról beszélhetünk. Persze egyik társadalom sem működik tökéletesen, mindenhol vannak hibák, viszont a lagom nem is a tökéletességet teremti meg számunkra, hanem a biztonságot. A lagom része ennél fogva a tudatosság is. Ehhez pedig kapcsolódik a Försäkringskassan, a társadalombiztosítási rendszert kezelő kormányzati ügynökség jelmondata, miszerint: *„jövőképünk egy olyan társadalom, ahol az emberek biztonságban érzik magukat akkor is, ha az élet váratlan fordulatot vesz.”<sup>51</sup>*

A lagom kultúra számos módon lecsapódik a munkajogban és a szociális jogban, ahogy az fentebb is említésre került. Hiszen mindenkinek „éppen elég” joga és kötelezettsége van. Az állam és az polgárok is kölcsönösen tisztelik egymást. Az állampolgároknak a kötelességük, hogy a törvényeket betartsák és, hogy hozzájáruljanak a társadalomhoz azzal, hogy iskoláztassák magukat, hogy dolgozzanak és adót fizessenek. Viszont a jogaik által pedig az államnak van kötelessége, hogy gyermekek iskoláztatásban részesüljenek, hogy betegség esetén állami egészségügyi ellátást lehessen kapni, ezenfelül állami nyugdíjba részesüljenek az állampolgárok. Erről szól a kölcsönösség, a lagom is erről szól, hogy mindenki hozzájáruljon a

<sup>47</sup> Europeiska arbetsmiljöbryån: Psykosociala risker och stress på arbetsplatsen (<https://osha.europa.eu/sv/themes/psychosocial-risks-and-stress>) (letöltés ideje: 2023.05.26)

<sup>48</sup> Europeiska arbetsmiljöbryån: Psykosociala risker och stress på arbetsplatsen (<https://osha.europa.eu/sv/themes/psychosocial-risks-and-stress>) (letöltés ideje: 2023.05.26)

<sup>49</sup> Linnea Dunne: Lagom, a svéd életstílus, amely kiegyensúlyozottá tesz, Kossuth kiadó, 2017, 9. o.

<sup>50</sup> Az Ipsos 2023-as boldogság kutatásának eredményeként Svédország a 11. helyen végzett, 74 %-kal amely magasabb az átlagnál. (73%)

<sup>51</sup> Försäkringskassan (<https://www.forsakringskassan.se/english>) (letöltés ideje: 2023.05.24)

maga kis mennyiségű feladatával a társadalomhoz. *„A lagom megközelítése -hogyan nemet mondunk akkor, amikor már elég, de nem elégszünk meg a slampos megoldásokkal a könnyebbség kedvéért -azt jelenti, hogy jól csinálni a dolgokat sokkal könnyebb, mint nem jól. S ha ebben mindannyian osztozunk, és csak a valóban fontos dolgokkal foglalkozunk, akkor mindenki jól jár.”*<sup>52</sup>

---

<sup>52</sup> DUNNE: i.m. 17.