

„Egészségfejlesztési programok megvalósítása a mosonmagyaróvári kistérségben” című pályázat

Karolina Kórház – Rendelőintézet Egészségfejlesztési Iroda (EFI)

A mosonmagyaróvári **Egészségfejlesztési Iroda (EFI)** szervezésében Európai Unió támogatásból megvalósult **„Egészségfejlesztési programok megvalósítása a Mosonmagyaróvári kistérségben”** című projekt 2015. február 28-án lezárul. A Karolina Kórház – Rendelőintézetben helyet kapott EFI 2013. augusztus 1-jén kezdte meg működését Mosonmagyaróváron és a kistérségi településeken.

A projekt keretében megvalósult rendezvények fő profilja a lakosság egészségnevelő, egészségmegőrző szemléletének kialakítása volt. A pozitív egészség-magatartás gyakorlati és elméleti alapjainak beépítése elsősorban mozgásos programokkal, szakmai előadásokkal, valamint egészségügyi szakemberektől kapott egyéni tanácsadással realizálódott.

Az Egészségfejlesztési Iroda három legnépszerűbb programeleme a „Kistérségi Sport és Egészségnap Roadshow”, a „Tíz hónap, tíz sport”, valamint a „20 próba az egészségért” voltak.

Az egészségnapokon az érdeklődők igénybe vehettek különféle vizsgálatokat és személyes tanácsadást egészségügyi szakemberektől: bőrgyógyászati, urológiai, szív- és érrendszeri, látás- és hallás vizsgálat és tanácsadás. Gyógytornász és dietetikus közreműködésével mozgással és táplálkozással kapcsolatos kérdéseikre kaptak választ a kistérségi lakosok. A rendezvényt továbbá kézműves foglalkozás, játszótér és masszázs is színesítette. Emellett hat településen szűrőbusz által biztosított szűrővizsgálatokkal bővült az egészségnap: hasi- és kismedencei ultrahang, csontsűrűség vizsgálat sarokcsontból, vicardio stressz EKG analízis, prosztata ráksűrítés PSA tesztel, fogászati- és szájüregi szűrés, valamint érállapot vizsgálat.

A „10 hónap 10 sport” programban 10 hónap alatt összesen 30 sport közül választhattak a jelentkezők. A „20 próba az egészségért” alkalmat adott a jelentkezőknek egy választott sportfoglalkozáson négy alkalommal részt venni.

A projekt egyéb rendezvényei közül sokan látogatták az egészséges táplálkozást népszerűsítő előadásokat, a gyógytorna programokat, valamint a testsúlycsökkentő klubokat.

A mozgás népszerűsítésére több településen csoportos gyalogló, kerékpáros és nordic walking (botos) túrák szerveződtek, valamint egész évben elérhetőek voltak csoportos sportfoglalkozások szív- és érrendszeri, daganatos és cukorbeteg számára. A mozgásformák összeállítása az említett betegcsoportokba tartozó résztvevők egyéni igényeihez igazodtak.

Az Egészségfejlesztési Iroda **nyitvatartási ideje 2015-től** az alábbiak szerint változott:

Hétfő- Kedd: 07:00-15:00

Szerda- Csütörtök: 08:00-17:00

Péntek: 08:00-14:00

Az ügyfélfogadáshoz **előzetes bejelentkezés** szükséges.

Telefonszám: 96/574-720

Az irodán keresztül elérhető szolgáltatások:

Étrendi tanácsadás: Csehné Böhm Ilona, dietetikus

Telefon: (96) 574-609, hívható hétfőtől péntekig: 9-11 óráig

Mozgásszervi tanácsadás: Kovács Alexandra, gyógytornász

Telefon: (96) 574-726, hívható hétfőtől péntekig: 8-10 óráig

Lelki krízisben lévőknek egyéni segítség nyújtása: Csog Blanka, pszichológus

Telefon: (96) 574-767, hívható hétfőtől péntekig: 8-14 óráig



SZÉCHENYI 2020



Karolina Kórház - Rendelőintézet
9200 Mosonmagyaróvár, Régi Várház tér 2-4



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE