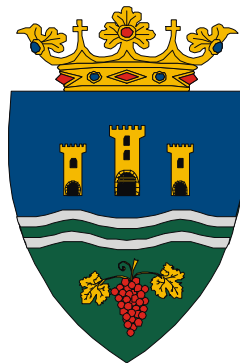


SIÓAGÁRD KÖZSÉG ÖNKORMÁNYZATA



EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI TERV

Egészségfejlesztési terv

I. *Helyzetelemzés*

1.1. *A program háttere, szükségessége*

Az 1949. évi XX. törvény, a Magyar Köztársaság Alkotmánya az egészséghez való jogot az alábbiak szerint rögzíti:

„70/D. § (1) A Magyar Köztársaság területén élőknek joguk van a lehető legmagasabb szintű testi és lelki egészséghez.

(2) Ezt a jogot a Magyar Köztársaság a munkavédelem, az egészségügyi intézmények és az orvosi ellátás megszervezésével, a rendszeres testedzés biztosításával, valamint az épített és a természetes környezet védelmével valósítja meg.”

Az egészség tehát alapvető emberi jog, ami teljes fizikai, lelki és társadalmi jólétet jelent, és nem egyszerűen a betegség, vagy fogyatékosság hiányát. Az egészséghez való jog tágabb értelmű, mint az egészségügyi ellátáshoz való jog.

Az egészségügyről szóló 1997. évi CLIV. törvény az alapelvek körében az alábbiak szerint fogalmaz:

„Az egészség fejlesztését, megőrzését és helyreállítását az egészségügy eszközrendszere csak a szociális ellátórendszerrel, valamint a természeti és épített környezet védelmével, illetve a társadalmi és gazdasági környezettel együttesen, továbbá az egészséget támogató társadalmi gyakorlattal és politikával kiegészülve képes szolgálni.”

A lakóhelyi életfeltételek, a helyi közszolgáltatások biztosítása az önkormányzat feladata. Ennek köréről és mikéntjéről a helyi önkormányzatokról szóló 1990. évi LXV. törvény 8. §-a rendelkezik az alábbiak szerint:

„A települési önkormányzat feladata a helyi közszolgáltatások körében különösen: a településfejlesztés, a településrendezés, az épített és természetes környezet védelme, a lakásgazdálkodás, a vízrendezés és a csapadékvíz elvezetés, a csatornázás, a köztemető fenntartása, a helyi közutak és közterületek fenntartása, helyi tömegközlekedés, a köztisztaság és településtisztaság biztosítása; gondoskodás a helyi tűzvédelemről, a

közbiztonság helyi feladatairól; közreműködés a helyi energiaszolgáltatásban, a foglalkoztatás megoldásában; az óvodáról, az alapfokú nevelésről, oktatásról, az egészségügyi, a szociális ellátásról, valamint a gyermek és ifjúsági feladatokról való gondoskodás; a közösségi tér biztosítása, közművelődési, tudományos, művészeti tevékenység, sport támogatása; a nemzeti és etnikai kisebbségek jogai érvényesítésének a biztosítása; az egészséges életmód közösségi feltételeinek elősegítése.”

Az Önkormányzat feladata elsősorban tehát az egészséges életfeltételek biztosítása és az egészséget befolyásoló tényezők kedvező alakítása.

Az egészségterv összetett, a település lakossága életminőségének, életfeltételeinek javítását szolgáló terv. Elkészítésében, illetve megvalósításában minden érintett (a lakosság, a nem állami és civil szervezetek, a helyi önkormányzat, illetve más hatóságok, az egészségügy, az oktatási intézmények, stb.) egyenrangú félként vesz részt.

Az egészségterv célja Sióagárd település lakosai életfeltételeinek, életminőségének, s ezen keresztül az itt élő emberek egészségi állapotának javítása az élet minőségét befolyásoló tényezők változtatásán keresztül.

1.2. A település helyzete napjainkban

1.2.1. Sióagárd bemutatása, demográfiai jellemzők (földrajzi fekvés, születések, halálozások, ki- és beköltözések vonatkozó adatok)

Sióagárd Tolna megyében, a Mezőföld déli csücskén, a Sió és Sárvíz közötti hátságon, a megyeszékhelytől, Szekszárdtól nyolc kilométerre fekszik. A síkra épült falu mellett magasodik a Leányvár, a hegyhát legdélibb nyúlványa, mögötte a szekszárdi dombok látszanak. Az önkormányzat 2000 óta körjegyzőségben működik Fácánkert községgel, ezen kívül más intézményt nem is tart fenn önállóan. A sióagárdi tagiskola 1-4. alsó tagozatos iskolaként, a szekszárdi Garay János Általános Iskola, Alapfokú Művészetoktatási Intézmény, Közoktatási Típusú Sportiskola, Óvoda és Pedagógiai-Szakmai Szolgáltató Intézmény tagiskolájaként, az óvodánk pedig tagóvodaként működik.

A Művelődési Ház, a könyvtár, Tájház, konyha mind az önkormányzat közvetlen üzemeltetésében működnek. A településen élénk a civilélet, számos civilszervezet működik, melyek elsősorban a kultúra és a sport területén tevékenykednek. Sióagárd gazdag

hagyományokkal rendelkezik, melyek őrzésére, ápolására nagy gondot fordítanak az itt élők. Büszkék egyedülálló hímzésükre, népviseletükre, táncaikra.

A település összterülete 24,40 km², lakosainak száma 2010. január 1-jén 1304 fő.

Születések és elhalálozások száma az elmúlt öt évben

	2005	2006	2007	2008	2009
Születés	8	18	15	10	8
Haláloset	21	18	18	21	17

A gyermekpopuláció aránya a teljes lakossághoz képest

	2005	2006	2007	2008	2009
Összlakosság:	1365	1363	1337	1319	1304
Gyermekpopuláció aránya %-ban:	17,87	18,12	17,42	17,43	17,41

Az összehasonlító adatokból megállapítható, az összlakosságszám évről évre csökken és a lakosság lassú elöregedésének folyamata tapasztalható. A gyermekpopuláció aránya a teljes lakossághoz viszonyítva az elmúlt öt évre visszatekintve egyenletes tendenciát mutat, évről évre csak minimális eltérés mutatkozik.

1.3. Szociális, gazdasági feltételek, infrastruktúra jellemzése (foglalkoztatottság, oktatás, közbiztonság, közművelődés, kereskedelmi és szolgáltatási ellátás, kommunális helyzet)

Településünk lakóinak megélhetését évekig a mezőgazdaság biztosította. A helyben működő vállalkozások ma is megélhetést biztosítanak a helyiek egy részének, sokan ingáznak azonban a megyeszékhelyre is a megélhetés reményében. A munkanélküliség aránya a munkavállalói korú népességhez viszonyítva 9 %.

A település a megyeszékhely közelsége miatt tömegközlekedési szempontból is könnyen megközelíthető, földrajzi fekvéséből adódóan zárt település (zsákfalú), amelyen minden közmű kiépült. A megyeszékhelyhez való közelsége és fejlett infrastruktúrája miatt egyre többen választják lakóhelyükként.

A település közbiztonságáért a megyeszékhely városi rendőrkapitánysága, illetve helyi körzeti megbízotti csoport felel, akiknek munkáját a Sióagárdi Polgárőr Egyesület segíti.

A településen óvoda és alsó tagozatos általános iskola működik, mely a szekszárdi Garay János Általános Iskola társulásában működik. 2007. évben nyitotta meg kapuit a Sióagárdi Családi Napközi. Az intézmény az óvodában működik, az óvoda nyitvatartási ideje alatt. (6.30-17.00 óra) A családi napközibe elsősorban a húsz hónapos és három éves kor közötti gyermekeket várják, ahol biztosítják a gyermekek életkori sajátosságaihoz igazodó játék és szabadidős tevékenységet, napi háromszori étkezést.

Községünkben a könyvtár és a művelődési ház biztosít feltételeket a kulturált szabadidő eltöltésére. A mozgókönyvtári ellátás keretén belül működő könyvtár épületében található a Sióagárd Televízió stúdiója, mely a faluban történt eseményekről ad minden héten tájékoztatást.

A kultúra másik fontos színtere a Művelődési Ház, a közművelődési intézmény változatos és állandó programokat kínál az érdeklődők számára. A kulturális közösségi intézmény ad teret a helyi kezdeményezéseknek, és a civil szervezeteknek, gondoskodik a hétközbenei és az éves programok, nagyszabású helyi rendezvények szervezéséről, az épületben működő eMagyarország Pont irodai szolgáltatások biztosításával, számítógépes tanfolyamok szervezésével szolgálja a lakosság igényeit.

Sióagárdi Krónika címmel havi lapot jelentet meg a helyi önkormányzat, melyben a települést érintő eseményekről, közérdekű információkról ad tájékoztatást, a tájékoztatás újabb csatornájaként.

1.4. Természeti és épített környezet bemutatása (levegő és víztisztaság, talajvíz, természeti adottságok)

Községünkben a levegő és a víz tisztasága megfelelő, hiszen jelentősebb ipari tevékenység nincs a környéken. A vezetékes víz káros anyagokat nem tartalmaz.

Két folyó, a Sió és a Sárvíz közé zárt település mellett magasodik Leányvár pincefalu, ahol szőlőtermelés folyik. A település környéke szántóföldekkel körülölelt, mellette húzódó erdős területek, rétek, kiváló kirándulóhelyekként szolgálnak.

Sióagárd tiszta és rendezett település, a közterületek, és lakóingatlanok egyaránt rendezettek, takarosak, virággal díszítettek.

A településen szelektív hulladékgyűjtő szigetek segítik a környezet megóvását.

Az utóbbi időszak rendkívül csapadékos időjárása nem kedvez a település lakóinak, hiszen a megnövekedett talajvíz, komoly gondokat okoz mind a lakosok, mind a mezőgazdasági termelés területén.

1.5. A lakosság életmódja (falukép, szenvedélybetegségek, táplálkozási szokások)

Sióagárd település lakói vígkedélyű emberek, tavasztól őszig főként a mezőgazdasági és háztáji munkálatok kötik le minden szabadidejüket. Szorgosan gondozzák a portáikat, és a leányvári tanyákat. A községben aktív civil élet folyik, a szervezetek tevékenyen veszik ki részüket a közéletből. Korábban a helyi lakosokat nehéz volt megszólítani és bármilyen jellegű programba bevonni, az utóbbi évek tapasztalatai azonban azt mutatják, hogy ez a hozzáállás változni látszik.

A kor divatos szenvedélybetegségei itt is megjelentek: a dohányzás és az alkoholfogyasztás, és az utóbbi időben a játékszenvedély már tizenéves korosztály tagjainál is megjelenik. A drogfogyasztással kapcsolatos problémák nem jellemzőek a településen.

A helytelen táplálkozás, az egyoldalúan megterhelő mozgás, a rohanó, feszültségekkel teli életmód sok betegség forrása lakóink között is. (Pl. cukorbetegség, magas vérnyomás, ízületi betegségek). Mindezek megelőzésére elmúlt rendezvényeink alkalmával igyekeztünk felhívni a lakosság figyelmét, szűrővizsgálatokkal, előadásokkal pl: balesetmegelőzési és elsősegélynyújtási előadások szervezésével. Az egészséges életmódra való nevelést szolgálják a már gyermekkorban elkezdett prevenciók tevékenységei, így az egészségnap szervezése a helyi óvoda és iskola gyermekeinek körében.

1.6. A mentálhigiénés helyzet (depresszió, magányosság, stb)

A mai gazdasági viszonyok senki számára nem könnyítik meg a helyzetet. Az emberek megélhetésükért dolgoznak hónapról hónapra, rosszabb esetben a reménytelenség uralkodik el rajtuk, hiszen a munkahely elvesztése, vagy annak hiánya, újabb feszültséget adó tényező. Az emberek megélhetésért folytatott állandó harca stresszhez vezet.

A magányosság legfőképp az egyedülálló időseket érinti, őket segíti a házigondozási rendszer, ennek keretében a szociális gondozónő segítséget nyújt ahhoz, hogy az ellátást igénylő hozzájusson a szükséglete szerinti fizikai, mentális, szociális ellátáshoz - saját környezetében-életkorának, élethelyzetének és egészségi állapotának megfelelően, a meglévő képességeinek fenntartásával, felhasználásával, fejlesztésével. Az ellátást segíti a jelzőrendszeres házi segítségnyújtás, a szolgáltatás keretében a saját otthonukban élő, egészségi állapotuk és szociális helyzetük miatt rászoruló, a segélyhívó készülék megfelelő használatára képes 65 év feletti időskorúak vagy betegek, fogyatékosok részére a felmerülő krízishelyzetek elhárítása céljából való ellátás nyújtása.

1.7. A lakosság egészségügyi állapotának jellemzői (házi orvos)

Sióagárdon a betegállomány 70 százalékát a 60 év feletti időskorúak adják, őket főként a cardiovascularis betegségek érintik; magas vérnyomás, cukorbetegség, koleszterin, a különböző érbetegségek (szívkoszorú -, és agyi érrendszer elmeszesedése). A betegállomány fennmaradó százalékát a gyermekek és a középkorúak adják. Gyermekeknél főként a légúti megbetegedések, és a balesetek a jellemzőek, míg a középkorú lakosságot főként az akut megbetegedések érintik, korosztályukra nem jellemző a krónikus megbetegedés, leggyakoribb egészségkárosító hatás az ő esetükben is az előforduló balesetek.

A fizikai erőnlét megtartása, és kikapcsolódás céljából a Sióagárdi Sport Egyesület és a Sióagárdi Torna Egyesület biztosít sportolási lehetőséget a helybéliek számára. Míg az előbbi a labdarúgás terén tevékenykedik, addig az utóbbi konditerem működtetésével járul hozzá a rendszeres testmozgás lehetőségeinek biztosításához.

Ezen kívül évek óta önszerveződő módon működik a településen asszonytorna az óvodában, férfiak rendszeresen veszik igénybe – főleg a téli időszakban – az iskola tornatermét focizni.

Az utóbbi időszak eredményei közé tartozik e téren, hogy helyben élő fiatalok kezdeményezésére 2009-ben elindították asztalitenisz szakkörüket a művelődési házban, ahol heti két alkalommal találkoznak. Ez év szeptemberétől szintén a Művelődési Házban tornaklub alakult, ahol heti két alkalommal várják a mozogni vágyó érdeklődőket.

Sióagárdon nagy múltja van a hagyományok őrzésének és ápolásának, ebben élenjár a Sióagárdi Hagyományőrző Egyesület. A táncsoport közel 20 éve tevékenykedik a településen, és öregbíti a hírnevünket, együttesükben ma mintegy 30 fő táncol.

1.8. Egészségügyi ellátórendszer bemutatása (védőnő, háziorvos, családgondozó, házigondozó)

Sióagárdon egy vegyes háziorvosi körzet működik, egy háziorvossal, aki a felnőtt- és a gyermekorvosi teendőket is ellátja. A háziorvosi rendelő az Egészségházban található, mely helyet ad a védőnői és családsegítő szolgálatnak is. A háziorvosi praxishoz 1354 beteg tartozik gyermek és felnőtt korú egyaránt, a praxis működtetését átmenetileg helyettes végzi. A háziorvossal együttműködve, ugyanakkor feladatait önállóan látja el a védőnő. Gondozási tevékenységet végez várandós és gyermekágyas szülőknél, azokban a családokban ahol kisgyermek él, illetve a település oktatási intézményeiben. Mindemellett baba-mama klubot működtet heti rendszerességgel, és babamasszázst oktat. 2010. évben a település csatlakozott a méhnyakszűrő mintaprogramhoz, ennek keretein belül a védőnő méhnyakszűrő vizsgálatot végzett a 25-65 év közötti nőknél, akik 3 évnél régebben jelentek meg szűrővizsgálaton.

Családsegítő és gyermekjóléti szolgálat segíti a krízishelyzetbe került segítségre szoruló sióagárdiakat, családokat, prevenciós munkát végez gyermekek körében. Napi kapcsolatot tart fenn a védőnői szolgálattal, családorvossal, gyermekvédelmi felelőssel, az oktatási-nevelési intézmények dolgozóival.

Az idősek ellátását házigondozó segíti, aki minden nap felkeresi a gondozásába tartozó személyeket, szükség szerint elvégzi a vásárlást, gyógyszerek kiváltását. A jelzőrendszeres házi segítségnyújtás biztosítja szükség esetén az azonnali ellátást.

II. Az egészségfejlesztés célkitűzései

A táplálkozással, életmóddal kapcsolatos szemlélet megváltoztatásával az egészségesen élni akarás képességének megszilárdítása, jártasság az egészségmegőrzés lehetőségeinek területén, az egyén és közösség érdekeinek szem előtt tartásával, helyi adottságok maximális kihasználásával. Az utánunk jövő generáció számára mindazon készségek és képességek elsajátításának lehetőségét felkínáljuk, mellyel az egészséges életmódra való törekvést szolgáljuk.

Célok

2. 1. Növekedjen a várható élettartam, az egészségesen leélt életévek száma

A cél elérésének eszközei

- ❖ Az egyének és közösségek képességének fejlesztése oktatás, nevelés, ismeretközvetítés segítségével, hogy az egészségük megőrzéséhez szükséges döntéseket meghozhassák, akarjanak egészségesek lenni.
- ❖ A szűrővizsgálatok, a korai diagnózis lehetőségének biztosítása, szükségességének népszerűsítése.
- ❖ A hátrányos helyzetű rétegek, veszélyeztetett csoportok támogatása az egészségmegőrzésre figyelemmel, az ellátásokhoz való hozzájutásuk támogatásával.

2.2. Javuljanak a lakosság életkörülményei, életminősége

A cél elérésének eszközei

- ❖ A környezeti feltételek fejlesztése (gazdasági, szociális, természeti és épített környezet)
- ❖ Az egészséges életmód feltételeinek biztosítása (táplálkozás, sport, kulturált szórakozás)

2.3. Kapjon hangsúlyt az oktatásban az egészségtudatos magatartás megalapozása

A cél elérésének eszközei

- ❖ Fordítsanak figyelmet az egészséges életmód népszerűsítésére, szervezzenek azt elősegítő programokat.

2.4. Erősödjön az egészségügyi alapellátásban a prevenció szerepe

A cél elérésének eszközei

- ❖ A betegség megelőzése, korai felismerése érdekében a tájékoztatási lehetőségek bővítése a szűrővizsgálatok szükségességéről, elérhetőségéről.
- ❖ Az egészséges táplálkozás, aktív pihenés, mozgás népszerűsítése.

III. Az egészségfejlesztési cselekvési terv javaslatai

A célkitűzések és az elérésükhöz szükséges eszközök átgondolásán túl, szükséges meghatározni azokat a konkrét tevékenységeket, cselekvési program-javaslatokat, amelyek hozzájárulnak a célok megvalósításához.

Az egészségfejlesztési cselekvési programoknak szorosan kapcsolódnak az alábbi fő célkitűzések megvalósításához:

1. Az egészségkárosító magatartások visszaszorítása
2. A betegségek megelőzése
3. Az egészséges életmód népszerűsítése
4. Az egészségtudatos magatartás kialakítása
5. A kedvező környezeti feltételek alakítása

Az egészségtudatos magatartás kialakításának lehetséges színterei a család, a lakóhely, a munkahely, az oktatási-nevelési intézmények, a helyi közösségek.

3.1. Az egészségkárosító magatartások visszaszorítása érdekében javasolt programok

3.1.1. Dohányzás elleni programok indítása a különböző színtereken

A program célja

- ❖ Lehetőleg minél kevesebb fiatalnál alakuljon ki a dohányzás káros szokása, illetve a dohányzás kezdő időpontja minél idősebb korra tolódjon ki.
- ❖ Csökkenjen az aktív dohányosok száma.
- ❖ A már dohányzók körében csökkenjen annak mértéke.
- ❖ A passzív dohányzás ártalmainak csökkentése, a nem dohányzók érdekeinek hatékonyabb érvényesítése.

Célcsoportok: gyermek, fiatalkorúak, felnőttek

Programjavaslat

- ❖ Dohányzás elleni kampányok a mindennapi élet színterein, a dohányzás káros hatásainak hangsúlyozása (pl. felvilágosító előadások, rendezvények).
- ❖ Az aktív dohányzásról való leszokást támogató programok szervezése, népszerűsítése.
- ❖ A programok kezdő időpontja 2011. év márciusa, egy előadás kapcsán, ezt követően pedig a település nagyrendezvényein történő tájékoztató és prevenciók tevékenységek. (Tavaszköszöntő, Halfőzőverseny, Nyárbúcsúztató)

Várható eredmények

- ❖ Hosszú távon a születéskor várható élettartam növekedése, a korai halálozás csökkenése. dohányzással összefüggő betegségek gyakoriságának csökkenése.
- ❖ A fiatalok dohányzásra való rászakásának, az aktív dohányosok számának csökkenése.
- ❖ A passzív dohányzás ártalmainak kitett lakosság egészségének hatékonyabb védelme.

3.1.2. Alkoholról leszoktató programok szervezése, rehabilitációt segítő közösségi gondozás fejlesztése

A program célja

- ❖ Lehetőleg minél kevesebb fiatalnál alakuljon ki az alkoholfogyasztás káros szokása, illetve az első alkohol fogyasztás időpontja minél idősebb korra tolódjon ki.
- ❖ Az alkoholt rendszeresen fogyasztók körében csökkenjen annak mértéke, különös tekintettel az égetett szeszesitalok fogyasztásának mértékére.
- ❖ Terjedjen az igényes, mértéktartó szeszesital fogyasztás kultúrája.
- ❖ Csökkenjen az alkoholbetegek száma.

Célcsoportok:

Az alkohollal még csak ismerkedő fiatalok, az alkalmanként és rendszeresen alkoholt fogyasztók, a szenvedélybetegségből kigyógyultak, szülők, hozzátartozók.

Program javaslat

- ❖ A rendszeres, nagymértékű alkoholfogyasztás egészségkárosító hatásának hangsúlyozása, az alkoholizálás elleni kampányok a mindennapi élet színterein. (felvilágosító előadások, vetélkedők, rendezvények)

Várható eredmények:

- ❖ Az alkoholfogyasztással összefüggő megbetegedések, károsodások, halálozások számának csökkenése.
- ❖ Az alkoholbetegek számára a segítő szolgáltatások hozzáférhetőségének javulása.
- ❖ A gyógyult alkoholbetegek számának növekedése.

3.1.3. Drogprevenációs programok indítása

A program célja

- ❖ Lehetőleg minél kevesebb fiatal próbálja ki és váljon alkalmi, vagy rendszeres drogfogyasztóvá.
- ❖ Nőjön azoknak a fiataloknak a száma, akik egyáltalán nem próbálják ki a drogfogyasztást.
- ❖ Az alkalmankénti, illetve rendszeresen drogot fogyasztók körében is csökkenjen a leginkább egészségkárosító szerek használata, a fogyasztás alkalmainak száma és mértéke.
- ❖ Csökkenjen az alkalmankénti, illetve rendszeresen drogot fogyasztók köre.

Célcsoportok:

A helyben élő fiatal korosztály

Programjavaslat:

A település nagy tömeget megmozgató rendezvényein prevenciós sátor felállítása, tanácsadás, kötetlen beszélgetések szakemberek bevonásával.

Várható eredmények:

- ❖ A drogfogyasztásban érintettek számának csökkenése.
- ❖ A prevenció hatékonyságának javulása.

3.2. A betegségek megelőzése érdekében javasolt programok

3.2.1. A koszorúér- és agyér betegségek megelőzése, visszaszorítása

A program célja

- ❖ A korai elhalálozást okozó érbetegségek megelőzése, a kialakult betegségek súlyosbodásának megakadályozása.
- ❖ A betegséget okozó magas vérnyomás időbeni kiszűrése, kezelése, a szövődmények elkerülése érdekében.
- ❖ A betegség tüneteinek megismertetése, a kezelés szükségességének tudatosítása.

Célcsoportok:

Az egész lakosság, különösen a potenciálisan veszélyeztetett korosztályok.

Programjavaslat

- ❖ A magas vérnyomás korai kiszűrése.
- ❖ A kiszűrt betegek rendszeres kezelése, ellenőrzése.
- ❖ A tünetek megismertetése érdekében tájékoztatás, szóró anyagok terjesztése, rendezvények tartása.
- ❖ Együttélés a betegséggel, életmódváltás idősebb korban.

Kapcsolódó programok: dohányzás elleni program, az egészséges táplálkozás, aktív testmozgás

A program szervezői és lebonyolítói:

Háziorvos, egészségfejlesztő szakemberek, szociális intézmények gondozói, munkatársai, egyesületek, civil szervezetek.

Várható eredmények:

- ❖ A szív- és érrendszeri betegségek csökkenése
- ❖ Az ez okból bekövetkező halálozások csökkenése
- ❖ Az egyéni felelősségtudat erősödése a betegségek megelőzésében

3.2.2. A daganatos betegségek megelőzése, visszaszorítása

A program célja

- ❖ A daganatos betegségek növekvő számának megállítása, hosszabb távon a csökkentése
- ❖ Az onkológiai éberség fokozása az alapellátásban
- ❖ A betegség okainak, tüneteinek széleskörű megismertetése
- ❖ A szűrővizsgálatokon való részvétel növelése

Célcsoportok

A teljes lakosság, a potenciálisan veszélyeztetett egyes korosztályok.

Programjavaslat

- ❖ Előadás a betegség megelőzéséről, korai felismeréséről, szűrővizsgálati lehetőségekről.
- ❖ A betegség elsődleges megelőzése az egészséges életmódra ösztönzéssel.

Kapcsolódó programok: az egészséges táplálkozás népszerűsítése, az aktív testmozgás elterjesztése, a dohányzás, alkoholfogyasztás csökkentése, az egészséges környezet kialakítása.

Várható eredmények:

- ❖ Az onkológiai éberség, a felelősségtudat erősödése a lakosság és a szakmai ellátó szervezetekben.
- ❖ A szűrővizsgálatokon való nagyobb arányú részvétel.
- ❖ A korai gondozásba vétellel a túlélési esélyek növekedése.

3.2.3. A mentális betegségek megelőzése, visszaszorítása

A program célja

- ❖ A lelki betegségek elsődleges megelőzése.
- ❖ A pszichés zavarok korai felismerése és kezelése.
- ❖ A depressziós, szorongásos zavarban szenvedők kezelésbe vételi arányának növelése.
- ❖ Az alapellátás lelki egészségvédelmi szolgáltatásainak erősítése.
- ❖ Az öngyilkosságok számának további csökkentése.

Célcsoportok

A teljes népesség, kiemelten a halmozottan hátrányos rétegek, az ifjúság és egyedül élő időskorúak.

Programjavaslat

Előadás szervezése a depresszió és a stresszkezelés lehetőségeiről,

A programok kezdő időpontja és időtartama

Az egyeztetéseket követően később kerül meghatározásra.

Várható eredmények

- ❖ A mentális zavarok korai felismerése javul, kezelése hatékonyabb lesz, előfordulási gyakorisága csökken.
- ❖ A pedagógusok, segítő foglalkozásúak lelki egészségvédelmi szemlélete fejlődik, javulnak segítő készségeik.

3.2.4. A mozgásszervi betegségek megelőzése, visszaszorítása

A program célja

- ❖ A mozgásszervi betegségek megelőzésének és gyógyításának javítása.
- ❖ A mozgásszervi, gerinc, ízületi betegségben szenvedők számbeli növekedésének lassítása, megállítása.
- ❖ A mozgásszervi preventív szemlélet erősítése.
- ❖ A mozgásszervi betegségben szenvedők életminőségének javítása.

Célcsoportok:

A teljes lakónépesség, a 0-18 éves korosztály, időskorú népesség kiemelten.

Program javaslat

- ❖ A csonttritkulás, ízületi és porckopások szűrése, megelőzés népszerűsítése.
- ❖ A rendszeres mozgás szükségességének széleskörű terjesztése, tájékoztatással.
- ❖ A szabadidős sportolási lehetőségekről a lakosság tájékoztatása, elérhetőségének segítése, támogatása.

A program szervezői és lebonyolítói

Nevelési, oktatási intézmény pedagógusai, pedagógusok, házi orvos, védőnő, helyi civil szervezetek

Várható eredmények

- ❖ A gyermekek, fiatalok testtartásának, mozgáskoordinációjának, állóképességük javulása.
- ❖ A mozgásszervi betegek száma növekedésének megállítása, hosszú távon a csökkenése.
- ❖ A mozgásszervi megbetegedést megelőző szemlélet kialakulása.

3.3. Az egészséges életmód népszerűsítés érdekében javasolt programok

3.3.1. Az egészséges táplálkozás népszerűsítése

A program célja

- ❖ A táplálkozással összefüggő betegségek gyakoriságának csökkentése, a lakosság egészségi állapotának javítása az egészséges táplálkozással.
- ❖ Az egészséges táplálkozás ismereteinek terjesztése.
- ❖ A közétkeztetésben is érvényesüljenek az egészséges táplálkozás elvei.
- ❖ A túlsúly, elhízás gyakoriságának csökkentése.

Célcsoportok:

Gyermek, iskoláskorúak, fiatal felnőttek, középosztály, idősek.

Programjavaslat

- ❖ Az egészséges táplálkozási ismeretek terjesztése a szakemberek és a lakosság körében rendezvényeken, szórólapokon, internetes fórumokon, stb.
- ❖ Az óvodás korosztály, a fiatal és felnőtt lakosság egészséges táplálkozásának elősegítése érdekében termékbemutatók, egészségnap

Várható eredmények

- ❖ Csökken az egészségi állapotot kedvezőtlenül befolyásoló zsír-, szénhidrát és cukorfogyasztás.
- ❖ Terjed az egészséges élelmiszerek, teljes kiőrlésű gabonák, zöldségek, gyümölcsök fogyasztása.
- ❖ Csökken a helytelen táplálkozásból fakadó megbetegedések száma (magas vérnyomás, cukorbetegség, túlsúly).
- ❖ Csökken a táplálkozással összefüggő betegségek okozta elhalálozás.

3.3.2. A rendszeres testmozgás népszerűsítése

A program célja

- ❖ A lakosság mind szélesebb körében alakuljon ki a rendszeres mozgásra való igény.
- ❖ A testedzés váljon rendszeres szükségletté.
- ❖ A közösségi programokba épüljön be a sporttevékenység, a játékos mozgás.

Célcsoportok:

A teljes lakónépesség.

Programjavaslat

- ❖ Minden korosztály számára az életkorának és képességeinek megfelelő sportprogramok szervezése (gyalogtúra, sétaprogram, speciális torna, stb.).
- ❖ A helyi sportolási lehetőségek népszerűsítése.

Várható eredmények

- ❖ A rendszeres testmozgást végzők számának növekedése
- ❖ A sportolási lehetőségek, programok választékának bővülése, a korosztályok és speciális igényekhez igazodása.
- ❖ A szabadidős sportolási lehetőségek ismertté válása, szélesebb körű igénybe vétele.
- ❖ A lakosság közérzetének, egészségének javulása.

3.4. Az egészségtudatos magatartás fejlesztési érdekében javasolt programok

3.4.1. Egészségfejlesztés a mindennapi élet színterein

A program célja

Az egészségfejlesztés szempontjai érvényesüljenek a mindennapi élet színterein (egészségügy, kulturális, oktatási intézményekben, a munkahelyeken és szórakozóhelyeken).

Célcsoportok:

Családok, pedagógusok, munkavállalók

Program javaslat

- ❖ Az egészségfejlesztés érdekében szerveződött mozgalmakhoz való csatlakozás lehetőségének felmérése (Egészséges Városok, Egészséges Óvodák pályázata, Egészséges Iskolák Nemzeti Hálózata, Egészségesebb Munkahelyekért Egyesület).
- ❖ Egészségösztönzéssel foglalkozó szakmai közösség, munkacsoport létrehozása.

Várható eredmények:

- ❖ Az egészség, az egészségfejlesztés szempontjai a mindennapi élet színterein tudatosabban jelennek meg.
- ❖ Javul a település lakóinak egészségtudata.
- ❖ Az egészségfejlesztési programok bővülnek, hatékonyabbá válnak.

3.4.2. Egészségre nevelő és szemléletformáló életmódprogramok

2010. december 1- 211. szeptember 30.

Dátum	Program
Január	Előadássorozat: Klimax hormonvizsgálat
Február	Előadássorozat: Daganatos betegségek
Március	Előadássorozat: Dohányzás leszoktatás
	Elsősegélynyújtás és balesetmegelőzési előadás felnőtteknek
Április	Előadássorozat: allergia
	Elsősegélynyújtás és balesetmegelőzési előadás iskolásoknak
Május 1.	Tavaszköszöntő családi sportnap (majális)
Május	Előadássorozat: stresszkezelés
Június 18.	Lakossági szűrővizsgálat (halfőzőverseny)
Augusztus	Anyatejes világnap
Augusztus 28.	Nyárbúcsúztató Családi Sportnap
Szeptember	Egészségnap az Óvodában
	Egészségnap az Iskolában
	Idősek napja -szűrővizsgálatok
Jan-szept folyamatos	Baba-mama klub (heti 1 alkalom)
	Úszás kisiskolásoknak (heti 1 alkalom - a tanévben)