

A projekt kezdetén az iroda Szombathely város és a 39 járási települési önkormányzata közül 36-tal kötött együttműködési megállapodást a sikeres programmegvalósítás érdekében. A Szombathelyi Kistérség Többcélú Társulás üléseinek alkalmával a települési vezetőkkel megismertettük a pályázat szakmai tervét, konzultáltunk a megvalósítás lehetőségeiről. Az együttműködéseknek köszönhetően, irodánk rendszeresen szervezője/társzervezője a települési egészségnapoknak, továbbá mozgáskurzusokat és előadássorozatokat biztosítunk a járási településeken, utóbbiakat az egészséges életmód, táplálkozás, folyadékfogyasztás, szűrővizsgálatok, lelki egészség témakörökben. A sikeres együttműködések hatására a 2019. évben újabb községgel bővült a csatlakozott települések tábora. Irodánk Szombathely Megyei Jogú Város Közgyűlése által a 2017. évben elfogadott Városi Egészségfejlesztési Tervbe illetve végzi szakmai tevékenységét.

A projekt szakmai feladatain túl Szombathelyen a több éve sikeresen működő egészségfejlesztési programsorozatok szervezése és koordinálása is irodánk feladatkörébe került („Szombathely a Segítés Városa”, „Óvodától-érettségig egészségműveltség fejlesztése”).

A sikeres programmegvalósítás alappillére a multiszektorális együttműködés az egészségfejlesztés területén. A cél kiemelt kapcsolat, rendszeres konzultáció, partnerségi munkakapcsolat kialakítása, működtetése az egészségfejlesztés, egészségügy térségi szereplőivel. E szereplők között ki kell emelni a következőket: Szombathely Megyei Jogú Város Önkormányzat vezetése; Vas Megyei Kormányhivatal Népegészségügyi Főosztálya; Vas Megyei Markusovszky Egyetemi Oktatókórház vezetése, szakmai vezetői; járási települések vezetői; Országos Mentőszolgálat Nyugat-dunántúli Regionális Mentőszervezet; Szombathelyi Kábítószerügyi Egyeztető Fórum; Pálos Károly Szociális Szolgáltató Központ és Gyermekjóléti Szolgálat; helyi multinacionális cégek; háziorvosok; foglalkozás-egészségügyi orvosok; védőnői szolgálat; Vas Megye Népegészségügyéért Alapítvány; PontMÁS Vas Megyei Autista Gyerekekért Alapítvány; Szombathelyiek Egészségéért Egyesület; Diáksport Szövetség; Szív a Szívért Egyesület.

SZOMBATHELY ÉS JÁRÁSA EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI IRODA SZAKMAI TEVÉKENYSÉGE



2. ábra
EFI csoportkép

A Szombathely és Járása Egészségfejlesztési Iroda térítésmentesen kínálja a lakosság számára csoportos és egyéni egészségmegőrzésre és életmódváltásra ösztönző programokat. Irodánk a közösségi egészségfejlesztés területén túl a lelki egészségvédelem területén is kínál foglalkozásokat, programokat. Mindezek megvalósításán egy jól működő egészségfejlesztő, védőnő, pszichológus, mentálhigiénés végzettségű szakemberekből álló team dolgozik főállásban (2. ábra).

KÖZÖSSÉGI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS, LELKI EGÉSZSÉGVÉDELME

A pályázat előírásainak megfelelően irodánk hat alkalomból álló, életmódváltást ösztönző programsorozatot kínál. A programok célja a résztvevők egészségtudatosságának növelése, egészségműveltségük fejlesztése, valamint annak hangsúlyozása, gyakorlati bemutatása, hogy az egyén mit tehet saját egészségének hosszú távú megőrzéséért. Mindennek függvényében kínálunk gyógytornászok, edzők, egészségfejlesztő szakemberek, védőnők bevonásával rendszeres testmozgást ösztönző csoportos (gyógytorna, jóga, Nordic Walking, Kriston Intim Torna, gyermek gyógytorna, preventív torna, babamasszázs...) foglalkozásokat.

Dietetikus, táplálkozástudományi szakember, életmód-tanácsadó segítségével valósulnak meg az egészséges táplálkozást ösztönző programok. Nagy népszerűségnek örvend a dietetikai workshop, mely az elméleti alapok mellett gyakorlati útmutatót is ad látványkonyha igénybevitelével a korszerű táplálkozási irányelvek tekintetében (3. ábra).

Életmód/egészség tanácsadás zajlik egyéni paraméte-



3. ábra
Főzőklub

rekhez igazítva, szükség esetén a továbbírányítási utak megadásával. A közösségi egészségfejlesztő programok népszerűsítése is feladatunk, kiemelten az egészségkárosító magatartásformák megelőzésére irányulóan. Szülői készségek javítását célzó közösségi tevékenységek megvalósítása (klubok, tanfolyamok), támogatása a védőnőkkel szoros együttműködésben zajlik. A népegészségügyi szűrések népszerűsítése és az elérési utak megadása egyéni tanácsadás, valamint közösségi programok alkalmával történik. Ilyen program volt az „Összefogás az emlélrák megelőzéséért” nagy sikerű figyelemfelhívó rendezvény, mely a helyi média jelen-

létének köszönhetően eljutott a lakosság jelentős részéhez. Az idősök közösségben tartását, szellemi, fizikai aktivitásuk megőrzését, fejlesztését célzó programok kínálata is feladataink közé tartozik. Erre irányulóan „Aktív Időskor” egészségnapokat szerveztünk.



4. ábra
Összefogás az emlérák megelőzéséért



5. ábra
Egészségnap

Szombathelyen az egészségnapok szervezése, megvalósítása, közreműködés ezeken a napokon mind a megyeszékhelyen, mind a járás településein nagy népszerűségnek örvendenek. Hasonlóan népszerűek a szintér programok, különös tekintettel a munkahelyi, iskolai programmegvalósításra. A térségben három nagy multinacionális céggel együttműködve különféle egészségmegőrző tréningeket, előadásokat, gyakorlati bemutatókat valósítottunk meg. Biztosítottunk ülő munkát végzők számára a munkahelyen nyak-váll gyógytornát, stresszkezelő tréninget, szerveztünk elsősegély, újraélesztés tanfolyamot, dietetikus vezette előadást. A fő célunk az aktív korú lakosság elérése programjainkkal.

A lelki egészségvédelemre irányuló egyéni és csoportos foglalkozásokon megjelentek száma folyamatos emelkedik. A mentális egészség megőrzésére irányuló szakember vezette tréningek a résztvevők önismeretét, stresszkezelő technikák ismeretének bővítését, a depresszió megelőzését

szolgálják. Csoportos szupervíziót, kapuőr tréningeket szerveztünk egészségügyi szakdolgozók, pedagógusok számára.

MEGJELENÉSEK

A Szombathely és Járása Egészségfejlesztési Iroda által kínált programokon összesen 18 658-an jelentek meg a 2018. április 2. – 2019. szeptember 30. közötti időszakban. A megjelentek közül 4669 fő volt férfi, 13 989 nő. Az életmódváltást elősegítő programsorozaton (legalább 6 megjelenés/fő) résztvevők száma: 2158. Az iroda által szervezett programok száma a fenti időszakban összesen 307 darab volt.

SWOT ANALÍZIS AZ IRODA MŰKÖDÉSÉRŐL

Segítő tényezők: Erősségek, Lehetőségek

- Az Iroda létrehozása multiszektorális együttműködés eredménye.
- Az Iroda működtetése intézményi háttértámogatással kiváló szakmai teammunkában zajlik.
- Helyi sajtóságokra adaptált szakmai programmegvalósítás.
- A szakmai együttműködések rendkívül széles köre.
- Képzett, tapasztalt szakemberekből áll az Iroda szakmai stábjá.
- Jó infrastrukturális adottságok (187 m², irodákkal, nagyteremmel, látványkonyhával, teljeskörűen akadálymentesített épület).

Hátráltató tényezők: Gyengeségek, Veszélyek

- A lakosság egészségtudatosságának, prevenciószemléletének alacsony szintje.
- A lakosság egészségfejlesztési programokba való bevonhatóságának nehézségei.
- A helyi egészségfejlesztésben érintett szervezetek párhuzamos törekvései, programjai.
- Az irodák működésével párhuzamosan kialakuló központi koordináció.
- A szakemberek bérezésének alacsony szintje.
- Az Iroda hosszú távú működésével kapcsolatos kérdések, bizonytalanságok, jogállás hiánya, finanszírozási bizonytalanságok.

ÖSSZEZÉS

A Szombathely és Járása Egészségfejlesztési Iroda elhivatott abban, hogy hosszú távon a térség meghatározó egészségfejlesztési szereplőjeként szolgálja a járásban élő lakosság egészségi állapotának javítását, fenntartását.

A kliensek és az együttműködő szervezetek, intézmények visszajelzései, a résztvevőkre vonatkozó statisztikai adatok alátámasztják, hogy az Iroda egészségfejlesztési törekvései helytállóak, a kínált programok népszerűek, célszerűek, élvezetesek, reményeink szerint hatékonyak is.

IRODALOMJEGYZÉK

[1] <https://www.szombathely.hu/>

[2] Szombathely Város egészségfejlesztési terve (2017.)

[3] EFOP-1.8.19-17-2017-00036 számú pályázati anyag

[4] https://hu.wikipedia.org/wiki/Szombathelyi_j%C3%A1r%C3%A1s

A SZERZŐK BEMUTATÁSA



Vigné Horváth Ilona a Szombathelyi Egészségügyi és Kulturális Intézmények Gazdasági Ellátó Szervezetének igazgatója, projektmenedzser. Közgazdasági Szakközépiskola érettségi után felsőfokú ügyvitelszervezői, majd mérlegképes könyvelői végzettséget szerzett. A Pécsi Tudományegyetem Egészségügyi Főiskolai Karának Egészség-

biztosítási Szakán kitűnő eredménnyel szerezte meg oklevelét, majd a Budapesti Gazdasági Főiskola Pénzügyi és Számviteli Főiskolai Karán kitűnő eredménnyel közgazdász diplomát szerzett. 1994-től a Szombathelyi Egészségügyi és Kulturális Intézmények Gazdasági Ellátó Szervezete jog-

elődje – az Egészségügyi Alapellátó Intézet – igazgatója. Feladata az intézet szakmai irányítása, szervezése, vezetése és ellenőrzése, Szombathely jogszabályban megfogalmazott egészségügyi alapellátásának biztosítása (háziiorvosi, iskolaorvosi, fogászati, fogászati ügyeleti, védőnői stb.), az intézményi keretek között. A 2015. évben jogszabályi változások miatt a saját intézmény vezetése mellett ellátja hat, Szombathely városban működő kulturális intézmény gazdasági feladatait a megkötött munkamegosztási szerződés alapján. 2018 áprilisától a Szombathely és Járása Egészségfejlesztési Iroda EFOP-1.8.19-17-2017-00036 „Egészségfejlesztési Iroda létrehozása a szombathelyi járásban” pályázatának projektmenedzsere.



Szákovics-Varga Ildikó a Szombathelyi Egészségügyi és Kulturális GESZ Szombathely és Járása Egészségfejlesztési Iroda szakmai vezetője. A Pécsi Tudományegyetem Egészségügyi Főiskolai Karán védőnő diplomát szerzett 2003-ban, majd 2004-ben a Vas Megyei Sportigazgatóságon sportoktató végzettséget szerzett, ezt követően 2010-ben a Nyugat-magyarországi Egyetem Művészeti, Nevelés- és Sporttudományi Karának rekreációs szervezés és egészségfejlesztés szakán, egészségfejlesztő szakirányon kitűnő eredményű diplomát szerzett. A Szombathelyi

Egészségügyi és Kulturális GESZ Védőnői szolgálat rendszerében iskolai védőnői státuszban dolgozott 2003-tól 15 évig. Mindemellett 2010-től Szombathely város egészségfejlesztő programjainak kidolgozása, irányítása, szervezése, megvalósítása is a feladatkörébe tartozott. A TÁMOP 6.2.5.B projekt keretében 2015-ben egészségtanácsadóként egy helyi háziiorvosi praxis kliensei közül kiválasztott személyek esetén, egy számítógépes rendszer segítségével egészség-állapotfelmérést, valamint személyre szabott életmód tanácsadás összeállítását végezte. Az ELTE Savaria Egyetemi Központ óraadójaként 2019-től az egészségfejlesztő-gyógytestnevelés szakos hallgatóknak az iskolai egészségfejlesztés gyakorlatát tanítja.

Egészségügyi és Kulturális GESZ Védőnői szolgálat rendszerében iskolai védőnői státuszban dolgozott 2003-tól 15 évig. Mindemellett 2010-től Szombathely város egészségfejlesztő programjainak kidolgozása, irányítása, szervezése, megvalósítása is a feladatkörébe tartozott. A TÁMOP 6.2.5.B projekt keretében 2015-ben egészségtanácsadóként egy helyi háziiorvosi praxis kliensei közül kiválasztott személyek esetén, egy számítógépes rendszer segítségével egészség-állapotfelmérést, valamint személyre szabott életmód tanácsadás összeállítását végezte. Az ELTE Savaria Egyetemi Központ óraadójaként 2019-től az egészségfejlesztő-gyógytestnevelés szakos hallgatóknak az iskolai egészségfejlesztés gyakorlatát tanítja.



IX. IME Országos Infekciókontroll Konferencia

2020. október 15. csütörtök

online webkonferencia