

GYŐR MEGYEI JOGÚ VÁROS
9021 Győr, Városház tér 1.

.....⁹.....napirendi pont

Dr. Somogyi Tivadar alpolgármester előterjesztése

Tájékoztató a WHO Egészséges Városok Projekt 2015. évi tevékenységéről

Győr, 2016. február 5..

Előterjesztő: Dr. Somogyi Tivadar
alpolgármester

Az előterjesztést véleményezte: Szociális, Egészségügyi és Lakásügyi Bizottság

Meghívásra javasolt: -

Előterjesztést látta: Borkai Zsolt polgármester

Törvényességi véleményezésre bemutatva: Dr. Lipovits Szilárd
jegyző

Az előterjesztést készítette: Humánpolitikai Főosztály

Dr. Somogyi Tivadar alpolgármester előterjesztése

Tájékoztató a WHO Egészséges Városok Projekt 2015. évi tevékenységéről

Tisztelt Közgyűlés!

Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata több mint negyed százada vesz részt a WHO Egészséges Városok Hálózatában amelyhez Európában, 17 nemzeti hálózaton keresztül, több mint 1400 város csatlakozott. Győr azonban tagja a szűkebb, jelenleg 65 települést tömörítő, ún. európai projektvárosi körnek is, ahol a részvétel követelményei magasabbak, és 5 évente pályázat útján lehet bekerülni. Ez Magyarországról csupán Pécsnek és Győrnek sikerült.

Győr először 1994-ben érdemelte ki a részvétel lehetőségét, és azóta minden 5 évben, legutóbb 2015-ben, a VI. ötéves periódusra is sikerült bekerülni. Ez is jelzi a városvezetés és a Közgyűlés azon elkötelezettségét, hogy tudatosan kíván tenni a Győrben élők egészségéért és az azt támogató városi környezet kialakításáért.

A projektvárosok tematikus együttműködését segítő munkacsoportok közül Győr, egyedüli magyar városként, 16 európai várossal az Idősek Egészsége Munkacsoportban vesz részt.

Győr tagja a 19 magyar és egy határon túli magyar nyelvű városból álló Egészséges Városok Magyar Nyelvű Szövetségének is, sőt a szövetség igazgatótanácsának elnöki tisztét, a Győrben folyó munka elismeréseként a kislalföldi megyeszékhely adja.

Győrben a WHO Egészséges Városok program széles körű tevékenységet ölel fel, amelyben kiemelt szerepet kap az egészséget támogató döntések elősegítése, stratégiák, koncepciók, pályázati programok, projektek, tervezése, megvalósítása különböző színtereken.

A WHO Egészséges Városok Programiroda koordinálja a Győr városi droghelyzet felméréseket, ennek alapján a legújabb városi drogstratégia kidolgozása folyamatban van. A Győr Városi Kábítószerügyi Egyeztető Fórumnak az aktuális drogstratégia éves feladattervei megvalósítására irányuló munkáját is a WHO iroda fogja össze. Erről a tevékenységről külön előterjesztésben kap tájékoztatást a Közgyűlés.

Ugyancsak a WHO Egészséges Városok Programiroda segíti a Győr Városi Idősügyi Tanács munkáját, és az Idősek életminőségének javítását célzó koncepció éves feladatterveinek végrehajtását. A 2015. évi feladatterv megvalósításának tapasztalatairól és a 2016. évi feladattervről szintén külön előterjesztésben kap tájékoztatást Győr Megyei Jogú Város Közgyűlése.

A WHO Egészséges Városok program civil háttérét 2005 óta a Győriek Egészségéért Közhasznú Egyesület /a továbbiakban: GYEKHE/ biztosítja. Az egyesület humán és anyagi erőforrásokkal támogatja a WHO Egészséges Városok program célkitűzéseinek megvalósítását.

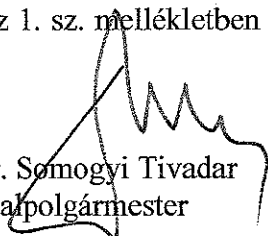
Kérem a T. Közgyűlést a következő határozati javaslat elfogadására!

HATÁROZATI JAVASLAT

Győr Megyei Jogú Város Önkormányzatának Közgyűlése elfogadja a WHO Egészséges Városok Projekt 2015. évi tevékenységéről szóló tájékoztatót az 1. sz. mellékletben foglaltak szerint.

2016. február 5.

Dr. Somogyi Tivadar
alpolgármester



Tájékoztató a WHO Egészséges Városok Projekt 2015. évi tevékenységéről

Az Egészség 2020 Európai Egészségstratégia prioritásaihoz kapcsolódóan 2014-től, 5 évre vonatkozóan, a következő célok megvalósítását helyezi előtérbe a Győri Egészséges Városok Program.

1. A Győrben élők életminőségének javítása érdekében történő városvezetés
2. Hosszú távon fenntartható, egészséges városi környezet biztosítása az egészség megőrzéséhez
3. Az egészségi méltánytalanságok csökkentése
4. Egészségfejlesztés egy életen át a népegészségügyi prioritások figyelembevételével
5. Ember központú egészségügyi ellátás és az egészség-műveltség fejlesztése

A Győri Egészséges Városok Program keretében, 5 éves periódusokban monitorozásra kerül a Győr városi lakosság egészségi állapota és az azt befolyásoló tényezők. A legújabb városi **Egészségképre** alapozva kerül kidolgozásra az **Egészségfejlesztési terv**. A helyzetfelméréshez kapcsolódóan 2015-ben problématerkép készült, amely a városrészenként is felvillantja a jellemző egészségi, környezet-egészségi problémákat. A Győri Egészséges Városok Projekt Irányító Bizottság prioritási csoportokba rendezte a problémalistát kompetencia és forrásigény szerint. A tervezés folyamatában a következő lépcső a problémák megoldásához a célok meghatározása, amely 2016-ban többek között a „World Café” módszerével történik.

A 2015. évi CXXIII. törvény az egészségügyi alapellátásról módosult és a 26. §-a a következőkel egészült ki: A **települési önkormányzat** az egészségfejlesztési irodák bevonásával **gondoskodik a települési egészségterv kidolgozásáról és megvalósításáról**, ennek során együttműködik a fővárosi és megyei kormányhivatalokkal, az alapellátást és szakellátást nyújtó egészségügyi szolgáltatókkal, valamint az egyéb érintett ágazatok szereplőivel.

A törvény hatályba lépése: 2016. 01. 01.

A Győri WHO Egészséges Városok Program egyik legfőbb célja, hogy elősegítse az **egészség szempontjainak érvényesülését** a Győrben élő emberek életminőségét befolyásoló **döntéshozatali folyamatokban**. Ez részben az előterjesztések WHO-s elvek alapján történő véleményezésével, (39/2005. II. 24. Kgy. sz. határozat), illetve a győri lakosság egészségét támogató előterjesztések előkészítésével valósult meg 2015-ben is.

A WHO Egészséges Városok Program nagy hangsúlyt fektet a különböző szektorok **együttműködésére**, mert az egészséget sok tényező határozza meg, így az egészségi állapotban javulást csak a különböző területekkel együttműködve lehet elérni. A multiszektoralitás elvének érvényesülését elősegítendő kerültek megrendezésre különböző színtereket érintő workshopok is. Ezek a Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet (a továbbiakban: NEFI) Szakmai Támogató Hálózatával együttműködésben valósultak meg. A hálózat országosan száz szakember részvételével jött létre, köztük Győrből a WHO koordinátor és az Iskola-egészségügyi Szakmai Műhely Közhasznú Alapítványt vezető védőnő voltak tagjai.

A **Szakmai Támogató Hálózat** (a továbbiakban: SZTH) szervezésében, 2015-ben négy szintéren zajlottak workshopok: iskola, munkahely, civil szféra és szabadidősport.

Iskolai workshop – 23 győri általános és középiskola pedagógusainak részvételével.

A workshop fő témája az Egészségtudatos, erőszakmentes iskola volt. Bevezetőben az Egészségtudatos iskola modelltől kaptak tájékoztatást a résztvevők. A következő előadást a NEFI pszichológusa tartotta „Iskolai kortársbántalmazás jelenségvilága: Megelőzés és beavatkozási lehetőségek” címmel. A kettő azonban összefügg.

Egészségtudatos iskola nem képzelhető el a teljes iskolai kollektíva elkötelezett együttműködése nélkül. Ez lehet az alapja egy olyan egységes követelményrendszernek, amely biztonságot, kiszámíthatóságot jelent a tanár és a diák számára, így kisebb az esélye a kortársbántalmazásnak és az iskolai erőszak más formáinak. Mivel azonban az agresszió egyre inkább beépül a gyermeki magatartásba és kapcsolati attitűdökbe, ezért a pedagógus számára egyre nagyobb kihívást jelent az indulatok és konfliktusok kezelése. Vannak azonban ehhez elméleti megközelítések és jó gyakorlatok. Az előadásban is szó volt ilyen jó gyakorlatokról, majd a Móricz Zsigmond Általános Iskola az Arizona programot, a Fekete István Általános Iskola pedig a TE IS programot mutatta be, amelyek alternatívát jelenthetnek a nehezen kezelhető tanulókkal való bánásmód hatékonyabbá tételéhez.

A pedagógusok véleménye szerint az egészségtudatos iskola modellt nem könnyű megvalósítani. Ennek ellenére úgy gondolják, hogy van lehetőség a tantervbe integrált egészségfejlesztésre, amely a kollégák egységes szemléletmódját, az iskola-egészségügyi szolgálattal való együttműködését feltételezi. Lehetséges programok között, a tantervi integráción túl az iskolai gyümölcsprogramot, egészségnapot, sportnapot, őszi túrát, családi napot említették, de a komplex program megvalósításának szükségességét hangsúlyozták, valamint a szülők bevonását tartották fontosnak.

Volt, aki a kész programok iránti igényét fejezte ki, mások a képzéseket hangsúlyozták. Támogatásra lenne szükség a pályázati lehetőségek tekintetében, hogy forrásokhoz jussanak. Arra a kérdésre, hogy kitől várják a támogatást, megfogalmazódott az állam, ezen belül a KLIK, továbbá az önkormányzat, a cégek, civil és szakmai szervezetek szerepe.

A workshop eredményeként sikerült a résztvevők motivációját erősíteni, hogy az iskolai nevelőmunkában jobban törekedjenek az egészségtudatosságra. Másrészt hasznos volt az ismeret és módszertan, amit a kortársbántalmazás témakörben kaptak. A NEFI szakmai dokumentumain és az előadások anyagán kívül kézhez kaptak egy kis gyakorlatias segédanyagot az erőszak megelőzéshez, illetve a hatékonyabb kezeléséhez. Ezen felül minden résztvevő megkapta a Győr városi KEF „Egyedül nem megy” című módszertani kiadványát, amely az együttműködést segíti elő a területen működő intézmények és szervezetek között a családi problémák, a szenvedélybetegségek és a bűnelkövetés, áldozattá válás témakörben. Ebben többek között eljárási utak vannak, illetve az intézmények kompetenciái a három említett témakörben és kapcsolattartók elérhetőségei is megtalálhatók. Végül a KEF által, önkormányzati költségvetésből támogatott, „Hatékony kommunikáció önérvényesítés és együttműködés hatalmi játszmák és erőszak nélkül” című képzésen való részvétel lehetőségéről is tájékoztatást kaptak.

Munkahelyi workshop – a Győr-Moson-Sopron Megyei Kereskedelmi és Iparkamara Ipari tagozatával együttműködésben valósult meg. A bevezető előadást az Egészséges Munkahelyekért egyesület elnöke tartotta, „Befektetés az egészségbe” címmel. Az előadás legfőbb üzenete az volt, hogy a munkahelyi egészségfejlesztés megtérülő beruházás, amelyet három szinten kell megtenni: az állam, a vállalkozások és az egyén vonatkozásában.

A munkahelyi színtér azért is meghatározó jelentőségű az egészség fenntartása szempontjából, mert az ébren töltött idő nagy részét ott töltik az emberek.

Kockázati tényezők a fizikai, biológiai, kémiai és pszicho-szociális rizikó faktorok. Utóbbi is veszteséget eredményezhet, ha a megterhelés és igénybevétel folyamatosan túlságosan magas.

A pszicho-szociális kockázatokkal egy külön előadás is foglalkozott. A kockázatok megelőzésére/csökkentésére vonatkozó terv végrehajtásáért a munkáltatók felelősek. A vezetőknek támogató munkahelyi környezet kialakulását kell elősegíteniük, és a munkavállalókat problémáik, javaslataik megosztására kell ösztönözniük. Ezek a készségek is tanulhatók és fejleszthetők. A munkával kapcsolatos stressz és a pszicho-szociális kockázatok csökkentésében ugyanakkor a munkavállalók részvétele kulcsfontosságú, hiszen a munkavállalók és képviselőik ismerik legjobban a munkahelyükön előforduló problémákat, ezért segíteni tudnak a megoldások megtervezésében és megvalósításában is. A munkavállalókkal való konzultáció javítja a közhangulatot, és biztosítja, hogy a bevezetett intézkedések megfelelőek és hatékonyak legyenek. A pszicho-szociális kockázatok még korlátozott források esetén is hatékonyan értékelhetők és kezelhetők, amelyhez a gyakorlati eszközök és iránymutatások rendelkezésre állnak. A hosszabb távon fennálló magas pszicho-szociális kockázatok hosszú távú következménye, a koncentrációs készség romlása, gyakoribb hibázás, az alkohol, a kábítószer használata, a kiégés, a depresszió és a rossz fizikai egészségi állapot. Ez is indokolja a kockázati tényezők csökkentésére irányuló tevékenységek fontosságát.

A workshopon a munkahelyeken meglévő jó gyakorlatokról is hallhattak a résztvevők. Az egyik jó példa az Audi Hungária Motor Kft. foglalkozás-egészségügyi tevékenysége volt. Az általános és szakorvosi ellátásban a vállalaton belül 8 orvos és 16 nővér dolgozik. Ingyenes szakrendeléseken évente 50 000 orvos-beteg találkozóra kerül sor. Komplex állapotfelmérések, szűrővizsgálatok állnak a dolgozó rendelkezésére. A cél az, hogy azok az elváltozások, amelyekre direkt befolyással bírnak, megelőzhetőek legyenek, illetve a korai felismerés révén időben megtörténjen a kezelésük. A vállalatnál az egészségügyi promóció része a humán kockázat becslés rendszere, és az egészséges életmódot támogató programelemek. Az Audi győri gyárának példája magyarországi viszonylatban, sőt a cégcsoport tekintetében is élenjárónak számít.

A másik jó gyakorlatot a Petz Aladár Megyei Oktató Kórház mutatta be. Az intézmény a 30 ország 700 kórházát, Magyarországról 7 kórházat tömörítő, a NEFI által koordinált, Egészségfejlesztő Kórházak Hálózatba kapcsolódott be 2015-ben a TÁMOP 6.1.1. projekt keretében. A betegekkel, a hozzátartozókkal és a dolgozókkal foglalkozó programot dolgoztak ki. Az egészségügyi dolgozók a veszélyeztetett kategóriába tartoznak, ezért a munkavállalók egészségét támogató program bevezetése mindenképpen indokolt volt. Prevenációs szolgáltatásaikat négy fő területekhez kapcsolódóan dolgozták ki: életmód tanácsadás, pszichés felkészítés, mozgásprogramok, oktatók körének bővítése. Egészségfejlesztési tervet is készítettek. Az egészségfejlesztési standardok megismerése céljából pedig keresik a nemzetközi szervezetekben való részvétel lehetőségét.

Civil workshop - EGÉSZ-SÉG a helyi közösségben címmel, 20 nonprofit szervezet részvételével zajlott le. A bevezető előadás témája volt: A mentális egészség kockázata az önkéntes munkában. Az önkéntesség fogalmának tisztázása, történetisége, az önkéntesség célja, motivációi, funkciói, formája, megítélése szerepeltek az előadás első felében. Ezután a lelki egészség fogalmát, kritériumait, a lelki egészség- képességeket valamint a burn out témakörét bontotta ki az előadó. Szóba kerültek a kiégés tünetei, jelei, fejlődési fázisai, a megelőzés lehetőségei, valamint a szupervízió fókuszai, alkalmazásának formái.

A segítő szakmában különösen fontos azt tisztázni, hogy milyen motiváció tartja a pályán az önkéntest, mit jelent számára a segítség, hogyan látják őt a segítettek, illetve a kollégái.

Azt is célszerű feltérképezni, hogy a kiégés szakaszaiban hol tart. Ettől függően tudja megválasztani a saját maga számára leginkább adekvát stratégiát a megelőzésre. Fontos üzenete volt még az előadásnak, hogy az önkéntes munkának is ki kell alakítani a kereteit. Ezen belül a tér és időbeli tényezőknek is jelentősége van. Ha a civil tevékenység és a magánélet összeesik, akkor megnő a kiégés veszélye. A mentális egészség megőrzése érdekében célszerű kialakítani a megfelelő időbeosztást, megosztani a felelősséget, reális célokat kitűzni és megfelelő munkakörülményeket biztosítani.

A jó gyakorlatok között két civil szervezet mutatta be tevékenységét. A Máltai Szeretetszolgálat „Családi Kör” projektje jelentős számú önkéntessel dolgozik. További értéke a különböző generációk bevonása. A várandósok, a kisgyermekes családok, a serdülők és serdülőt nevelő családok, valamint az idősek is találnak élményt, feltöltődést biztosító programokat. A másik jó gyakorlat a Gézengúz Alapítvány „Családi erőforrás központ” projektje, amely egyik nagy értéke, hogy a szülési károsodott gyermekekkel és családjaikkal való foglalkozást az egészséges gyermekekkel és családjaikkal közös, integrált programokon valósítják meg.

Szabadidősport workshop – 12, a Győrben szabadidősporttal foglalkozó intézmény és szervezet részvételével került lebonyolításra a munkaértekezlet. Bevezetőben „A lakosság egészségfejlesztését szolgáló fizikai aktivitás szakmai támogatása és a szabadidő-sportolói közösségek bővítése” célú konstrukció keretében „A fizikai aktivitás és a sport magyarországi dimenzióinak feltárása” című, TÁMOP-6.1.2/11/2-2012-0002 kódszámú projekt lényegének és főbb elemeinek a bemutatására került sor. A különböző elemek kiadványokban is megjelentek, amelyeket a résztvevők megkaptak. Ezt követően a Győr-Moson-Sopron Megyei Szabadidősport Szövetség elnöke tartott előadást „Az egészséget támogató fizikai aktivitás fontossága” címmel. Előadásában kiemelte a példamutatás fontosságát: „A világot a példamutatásunkkal tudjuk megváltoztatni, nem a véleményünkkel!” Beszélt arról, hogy a fizikai aktivitás milyen kedvező élettani hatásokkal jár együtt, és hogy a társas kapcsolatokat is pozitív irányban befolyásolja. Elmondta, hogy Magyarországon a mentális helyzet rosszabb, mint az EU-ban, amit számokkal is alátámasztott. Az elégedettségi skálán a magyarok 6,2, míg az EU országok 8-8,5 értékkel jelennek meg. Pesszimizmus, borúlátás és közöny tapasztalható, ami lelki problémákhoz vezet. Ezért is lenne fontos a mozgásból divatot csinálni, ami jó közérzetet eredményez.

A workshop lehetőséget adott arra, hogy a városban működő, szabadidősporttal foglalkozó egyesületek, szakemberek elmondják a véleményüket. Kiemelésre kerültek a jó minták, hasznos tanácsok, önálló és csoportos kezdeményezések, amelyek folyamatot indítanak el. Téma volt még a területen meglévő jó gyakorlatok bemutatása, illetve a szabadidősport fejlesztésére vonatkozó javaslatok is.

Hangsúlyozták a prevenció jelentőségét, az egészséget támogató mozgás fontosságát. A mindennapos testnevelés nagyon jó elképzelés, de nincsenek háttér létesítmények, így nehéz helyzetben vannak a testnevelő tanárok. A szabadidő és egészségfejlesztés terén előrelépésre lenne szükség. Az iskolák, óvodák közösen biztosítják a mozgás lehetőségét. Az azonban probléma, hogy a gyerekek, ha nem kiválasztottak valamely sportágra, kevés lehetőségük van a mozgásra.

Az aktív korosztály esetében is az egészséget támogató szabadidősportot rendszeresen biztosító, szélesebb kör számára elérhető mozgás lehetőségét kellene még inkább támogatni. A „Senior games” program jó példa volt arra, hogy az idős emberek is lehetnek aktívak, ezért indokolt a folytatás.

IKSZT Workshop – A Nemzeti Művelődési Intézet Győr-Moson-Sopron Megyei Iroda felkérésére a közművelődésben dolgozók számára zajlott le a program. A nyitó előadást a győri WHO koordinátor tartotta, „Közösségi egészségfejlesztés, egészségfejlesztés a közösségekben” címmel. Ezt követően műhelymunka következett, amelynek témái: az egészségtervezés és az egészségkultúra fejlesztését célzó programokhoz forrásteremtés, az előkészítés, szervezés, lebonyolítás feladatai, jó gyakorlatok megismerése voltak.

Regionális Szakmai konzultáció az iskolai egészségfejlesztés bemutatására c. konferencia

Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet megvalósításában zajló – a TÁMOP-6.1.1-12/1 „Egészségfejlesztési szakmai hálózat létrehozása” című kiemelt projekt köznevelési alprojektje keretében került megrendezésre a győri konferencia a Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata WHO Egészséges Városok Program együttműködésével.

A konferencia fő témája a Teljes körű Iskolai Egészségfejlesztési program, az Egészségtudatos iskola modell bemutatása, véleményezése volt.

Három győri iskolaigazgató a modell kérdéskörét járta körbe három aspektus mentén. Egyikük az iskolát, mint szervezetet elemezte, hogy a szervezeti intézkedésekkel hogyan lehet előmozdítani az iskolai egészségfejlesztést. A második megközelítés az iskolai egészségfejlesztés belső és külső partnereinek bevonását támogató módszereket vázolta fel, és mutatott be e téren megvalósított jó gyakorlatot. A harmadik szempont volt az intézmények közötti együttműködés az iskolai egészségfejlesztés megvalósításában – a tapasztalatok, szakértelem, kapacitások megosztásának lehetőségeiről.

Téma volt még a NEFI szakemberének előadásában a lelki egészséget támogató programok az iskolai egészségfejlesztésben, valamint az iskola, mint egészségfejlesztő munkahely, a győri WHO koordinátor előadásában. Ezt követően húsz szakértő pedagógus mondta el véleményét a Teljes körű Iskolai Egészségfejlesztést bemutató szakmai koncepcióra vonatkozóan.

Többségében támogatták a kezdeményezést, szükségesnek tartják a bevezetését, de szkeptikusak voltak abban a tekintetben, hogy a pedagógusok további terhelése és plusz források biztosítása nélkül megvalósítható lenne a modell.

Fontos törekvése a WHO Egészséges Városok Programnak az is, hogy a **lakosságot hozzásegítse** ahhoz, hogy képes legyen a **saját egészségét támogató döntéseket hozni**, illetve ennek megfelelő életmódot folytatni. Ezt segíti elő többek között a 2015-ben 21. alkalommal megrendezett Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző programsorozat.

Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző programsorozat

2015-ben az Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző programsorozat **10 helyszínen**, illetve városrészben biztosított lehetőséget arra, hogy az együttműködő közművelődési és oktatási intézmények segítségével, számos cég és szervezet, valamint az önkormányzati képviselők támogatása révén hozzáférhetővé tegye a város lakossága számára a szűrőprogramokat, tanácsadást, egészséggel kapcsolatos információk átadását.

Az Egészség Világnap 2015. évi témája: **élelmiszerbiztonság** volt. A WHO kampánya a termőföldtől a tányérig támogatja az élelmiszerbiztonság javítására irányuló törekvéseket. A főbb élelmiszerekre és azok termelésével, szállításával, raktározásával kapcsolatos folyamatokra vonatkozó nemzetközi élelmiszer-standardok, útmutatások és előírások összegyűjtése révén elősegíti az élelmiszer eredetű megbetegedésekkel szembeni hatékony reagálást, a felderítést és a megelőzést. A téma megfelelő alkatot biztosított az egészségügyi szakemberek, a mezőgazdasági termelők, a gyártók, a kereskedők és fogyasztók figyelmének

felkeltésére az élelmiszerbiztonság fontosságáról, és arról, hogy mit tehetnek az elfogyasztott élelmiszer biztonságosságába vetett bizalom kialakítása érdekében.

A WHO „**Öt ajánlás a biztonságosabb élelmiszerért**” címen egy gyakorlati útmutatót fogalmazott meg az élelmiszergyártók és fogyasztók részére, amelynek főbb címszavai:

1. Tartson tisztaságot
2. Különítse el a nyers és a fogyasztásra kész élelmiszereket
3. Alaposan főzze/süsse meg az élelmiszereket
4. Tartsa az élelmiszert biztonságos hőmérsékleten
5. Használjon biztonságos vizet és nyersanyagokat.

Az Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző programsorozat 2015-ben az alábbi helyszíneken jelent meg:

1. Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér Gyárvárosi Közösségi Ház, 9027 Győr, Külső Árpád út 6-8.
2. Ménfőcsanak-Gyirmóti Művelődési Központ Gyirmóti Művelődési Háza, 9019 Győr, Szent László út 35-37.
3. Újvárosi Művelődési Ház 9025 Győr, Liget u. 55.
4. Molnár Vid Bertalan Művelődési Központ Likócsi Művelődési Ház, 9027 Győr, Esztergető u. 12.
5. Ménfőcsanak-Gyirmóti Művelődési Központ Ménfőcsanaki Művelődési Háza Bezerédj-kastély, 9012 Győr, Győri út 90.
6. Molnár Vid Bertalan Művelődési Központ Molnár Vid Bertalan Közösségi Ház, 9011 Győr, Váci Mihály u. 3.
7. Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér József Attila Művelődési Háza, 9028 Győr, Móra tér 1.
8. Móra Ferenc Általános és Szakközépiskola, 9023 Győr, Kodály Z. út 20-24.
9. Pinnyédi Művelődési Ház, 9025 Győr, Napfény u. 1.
10. Rómer Flóris Művészeti és Történelmi Múzeum, Rómer-terem, 9022 Győr, Teleki L. u. 21.

A helyszíneken különböző szűrővizsgálatokat, méréseket vehettek igénybe a résztvevő: vérnyomásmérés, koleszterin-, vércukorszint mérés, csontsűrűség vizsgálat, PSA mérés, szem- és hallásvizsgálat, bőrgyógyászat, szájhigiénés tanácsadás, légzésfunkció vizsgálat. Mindezek mellett lehetőség adódott diétás tanácsadásra, hiszen a speciális táplálkozás, a megfelelő étrend betartása számos betegség kapcsán jelentőséggel bír. Az egészséggel kapcsolatos információk átadására előadásokkal hallgathattak az érdeklődők, és kiadványokat vihettek haza. A világnaphoz kapcsolódva élelmiszerbiztonsággal foglalkozó előadások és bemutatók is szerepeltek a programok között. A rendezvényeket sportprogramok, bemutatók, játszóházak és ételkóstolók színesítették.

Idősek egészsége

A WHO Egészséges Városok 2015-ben az alábbi tevékenységek révén segítette az idősek egészségét, életminőségük javítását:

- Idősügyi Tanács működésének segítése
- Idősek életminőségének javítását célzó koncepció 2015. évi feladattervének végrehajtása, szervezése
- Egészségmegőrző programok idősek számára

- Részvétel az Európai Projektvárosok Idősek Egészsége Munkacsoport munkájában Külön tájékoztatóban kerül bemutatásra az Idősügyi Tanács 2015. évi tevékenysége, az idősek életminőségének javítását célzó koncepció feladattervének végrehatása.

A „**Családbarát Ország az Idősekért, a Nemzedékek Együttműködéséért**” címmel került kiírásra az Emberi Erőforrások Minisztériuma részéről az a pályázat, amelyet a Győriek Egészségéért Közhasznú Egyesület megpályázott, és támogatást nyert a megvalósításra. A CSP-CSBO-15-C-23120 számú GÉM - Kapocs elnevezésű pályázat fő célja, hogy a generációk együtt, egymásért hozzanak létre olyan közösségeket, alkotásokat, amelyek közös élményen alapulnak. Az élmények megosztásával, megélésével elősegíthető, ahogy a különböző korcsoportba tartozó emberek egymást megismerjék, empatikusabban ítélik meg a másikat és együtt tudjanak működni. Minden programelem lehetőséget teremt a fiatalabb és az idősebb generáció közötti együttműködésre. A pályázat megvalósítási ideje: 2015. szeptember 01- 2016. május 31.

A projekt keretében a következő programok valósultak meg:

GÉM-Kapocs (Generációk ÉletMinőségéért) KÉK (Közösség – Élmény - Kreativitás) tréning Kreatív mentálhigiénés foglalkozások több generáció részvételével.

A tréning a családon belüli és a generációk közötti kapcsolatokat erősíti, ezzel együtt újabb helyi közösség létrejöttét is elősegíti. A nemzedékek közötti különbségek ellenére, a családhoz tartozás pozitív érzéseinek megélését a közösen megélt emlékek felelevenítésével, újabb közös élmények szerzésével támogatja. Az alkotást, kreativitást elősegítő tevékenységek jó alkalmat teremtenek a kommunikációra, egymás értékeinek megismerésére, ezzel hozzájárulnak ahhoz, hogy a résztvevők jobban elfogadják, sőt tiszteljék egymást.

Alkotó fiatalok és nyugdíjasok kiállítása

Szabadidejükben alkotó tevékenységet végző nyugdíjasok és a Győri Kovács Margit Német Nyelvoktató Nemzetiségi Általános Iskola, Alapfokú Művészeti Iskola, Iparművészeti Szakközépiskola és Szakiskola diákjai munkáinak bemutatására került sor kiállítás keretében, műfaji megkötöttség nélkül. A résztvevők mindkét korosztály munkáiból szavazással kiválaszthatták a számunkra leginkább tetszőt, amelyeket díjjal is elismertek.

Kézműves foglalkozások

Az Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző programsorozat rendezvényei jó alkalmat teremtettek a generációk közötti találkozásra is. Az egyes városrészekben működő idős otthonok, illetve óvodák és oktatási intézmények által különböző célcsoportok elérhetők voltak, pl. fogyatékossgal élő fiatalok is. Az alkotó foglalkozásokon idősek és fiatalabbak, egymást támogatva tudtak alkotni, örültek a találkozásnak és a létrehozott alkotásnak is.

Női Egészségért Információs és Módszertani Központ

Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata WHO Egészséges Városok Program a Pittsburgh – Győr partnerprogram keretében hozta létre a központot. A működtetésében a Győriek Egészségéért Közhasznú Egyesület vállalt közreműködést. Az egyesület a WHO Egészséges Városok Program civil háttérét biztosítja. Fő célja Győr város lakói egészségének fejlesztése, kiemelten az ifjúság, a szülőképes korú nők egészségének védelme, mivel ez utóbbi csoport nagy hatást gyakorolhat a jövő nemzedék egészségi állapotára, élettartamára és életminőségére.

A Női Egészségért Információs és Módszertani Központ feladatai, tevékenysége

- Védőnői szolgálat által biztosított személyes és telefonos tanácsadás
- Közösségi programok, képzések szervezése
- A lakosság (könyvek, videofilmek), illetve a szakemberek (könyvek, videofilmek, makettek, eszközök, dia-és fóliasorozatok) részére közösségi oktatás céljaira történő kölcsönzése díjmentesen
- Tájékoztató, információs anyagok (pszicho-szociális fejlődés, szexuális felvilágosítás, egészséges párkapcsolatok, családtervezés, fogamzásgátlás, szülői szerepre felkészülés, várandósság, a nemi úton terjedő betegségek megelőzése, egészséges életmód, betegségek megelőzése)

Szülésre felkészítő tanfolyam

A GYEKHE 2015-ben is biztosította a pénzügyi háttérrel a Szülésre felkészítő tanfolyamnak. A 10 alkalomból álló, folyamatosan újrainduló foglalkozássorozat a várandósság ideje alatt nyújt segítséget a kismamák számára a várandósság egészséges szemléletű viseléséhez, a szülésben aktív és tudatos részvételhez, valamint a születendő gyermekkel való szorosabb kapcsolat kialakításához. A foglalkozásokon a férjek, leendő apák is részt vesznek, együtt hallgatják meg a szakemberek előadásait, megfogalmazhatják kérdéseiket, kételyeiket. A várandós nők részt vesznek egy speciális terhestornán is, amelyet gyógytornász vezet.

Képviselő, kapcsolattartás

A WHO Európai Egészséges Városok Nemzeti Hálózatainak és projektvárosainak éves WHO konferenciájára 2015. június 23-26. között került sor Finnországban, Kuopióban.

A tövidékéről híres, „legészkibb Egészséges Város”, amely egyben Győr egyik testvérvárosa is, példaértékű gyakorlatot folytat a konferencia átívelő témájában, amely a **„Politikai döntések az egészséges városokért”**.

Az Egészséges Városok program VI. ötéves fázisának első konferenciáján 33 ország 65 projektvárosa és 17 nemzeti hálózata 302 résztvevővel jelent meg, hogy megossza tapasztalatait. Győrt Miklósyné Bertalanfy Mária WHO koordinátor képviselte. Magyarországról Pécs, a másik projektváros, valamint megfigyelőként Székesfehérvár delegációja vett részt a konferencián.

A VI. ötéves periódus célja az Egészség 2020 Európai Egészség stratégia megvalósításának elősegítése, a városvezetés az egészség érdekében valamint a méltányosság és jóllét mindenki számára.

A konferencián elhangzott előadások három fő témakör köré csoportosíthatók: 1. Városi egészség diplomácia, más szektorok elérése, 2. Méltányosság, rugalmasság, életpálya megközelítés, középpontban a nők és az idősek egészsége; 3. Egészséges várostervezés, városi innováció és technológia, középpontban a fizikai aktivitás és általában az aktív élet.

Számos jó gyakorlatról számoltak be e témakörökhöz kapcsolódóan a részt vevő városok. A házigazda Kuopio több szempontból is méltó helyszíne volt a konferenciának. Finnország már az 1970-es évektől szisztematikusan, hosszú távon gondolkodik és munkálkodik a lakosság egészségi állapotának javításán. Európai szinten is élenjáró szerepet töltött be abban, hogy az egészséget minden szakpolitikában érvényre lehessen juttatni. Minta értékű, hogy **a finn**

települési önkormányzatoknak törvényben rögzített feladata az egészségfejlesztés, a polgárok egészsége és jól-léte érdekében. Nagy hangsúlyt fektetnek az egészség előmozdítása érdekében a technológiai fejlesztésre, az innovációra. További fontos alapelve a finn egészségpolitikának, hogy az egészség az emberek jól-létét, boldogságát szolgálja. Több kezdeményezés is erre épül, ezért a fizikai aktivitás, a tánc, a zene, a játékoság, az újszerű megoldások fontos elemei az egészséget támogató programoknak Kuopio-ban. Az innovációs technológiáról szóló előadásukban bemutatták például azt a kisfilmet, amelyben a finnek kedvenc téli tevékenységét, a lékhorgászatot nyáron is megoldották. A filmben a finn egészségügyi miniszter a Kuopio város központi piacterén felállított csónak közepén található „léken” keresztül horgászik, a csónak, illetve a tér alatt kialakított halastóban.

A „Boldog Városok” koncepcióról beszélt a kanadai Vancouverből érkezett előadó is. A boldogság alapja a táplálék, a lakhatás, a biztonság és az emberi kapcsolatok. Az előadó olyan példákat mutatott be, ahol a lakókörnyezet átalakították, például kivetített egy olyan buszmegállót, ami úgy néz ki, mint egy repülőtér. Az átalakításokkal elérték, hogy csökkent az erőszak, nőtt a fizikai aktivitás, az emberek boldogabbnak érzik magukat.

A különböző szintereken folyó, egészséget támogató programok között Liverpool város a Munkahelyi Jól-lét Kartát mutatta be, amelyben tanúsítvánnyal ismerik el a munkahelyeknek a dolgozóik egészsége érdekében végzett tevékenységét. A sikeres városi kezdeményezést országosan is átvették, 600 cég kapott már akkreditációt.

Ír példát mutattak be arról, hogy az egészség mindenki ügye. A holisztikus megközelítés, az egészség tudatosság és az egészséges szokások kialakítása volt a cél. Négy területre helyezik a hangsúlyt: Légy aktív (fizikai aktivitás), Tanulj (nyitottság az új dolgokra), Kapcsolódj be (közösségekben részvétel), Táplálkozz jól (a kiegyensúlyozott táplálkozás megalapozza az egészséget).

Több előadás foglalkozott az idősödés témakörével. Feltették a kérdést: Milyen színű az idősödés a Te városodban? A szürke milliárd árnyalata a globális idősödés, a Világbank „arany növekedésről” beszél, míg az „Ezüst Városok” az idősödő népességben rejlő potenciált ismerték fel. Fontos a rendszerben történő, átfogó gondolkodás és az életen át tartó megközelítés, vagyis születéstől kezdve lehet és kell megalapozni az egészséges időskort.

Hangzottak el még előadások többek között a helyi önkormányzatok egészségfejlesztésben játszott szerepéről, az egészségi egyenlőtlenségek csökkentéséről, az egészséges várostervezésről, az egészséges városi környezetről, valamint a 2016-ra tervezett Habitat III ENSZ konferencia kapcsán a fenntartható városi fejlődésről, illetve a 9. Globális Egészségfejlesztési konferenciára való felkészülésről, amely az Egészséges Városoknak jelentős szerepet szán. Felvázolták a WHO Európai „Fizikai aktivitás az egészség érdekében” stratégia 2016-2025-re szóló tervezetét is.

A konferencián bemutatták a Health Promotion International nemzetközi folyóirat 2015. júniusi külön számát, amely a WHO Egészséges Városok program 2009-2013 közötti V. ötéves periódusának kiértékeléséről szól, Interszektorális Kormányzás az egészség és méltányosság érdekében az európai városokban, Egészséges Városok Európában címmel. A kiadványban Győr is megjelenik a szociális város-rehabilitációs projekt kapcsán.

A konferenciát megelőző napon tartotta ülését ugyancsak Kuopio-ban a WHO Egészséges Városok Idősek Egészsége Munkacsoport. Itt Győr város képviselője poszterrel és előadással mutatta be a városban folyó időügyi tevékenységet.

A konferencia zárszavában elhangzott, hogy a helyi és globális problémák csak elkötelezettséggel, az emberekről való gondolkodással és szélesebb körű együttműködéssel oldhatók meg.

Az **Egészséges Városok Magyarországi Szövetsége** húsz tagvárost tömörít, akik évente két koordinátori értekezleten és egy szimpóziumon osztják meg legjobb gyakorlataikat és dolgoznak fel egészségfejlesztéssel kapcsolatos témákat. A Szövetség Igazgatótanácsa pedig rendszerint három ülést tart, amelynek elnöke a győri WHO koordinátor.

2015-ben Nyírbátor és Zalakaros adott helyet a koordinátori értekezleteknek, míg a Szövetség legnagyobb rendezvénye, a XXIV. szimpózium Pécs városában került megrendezésre 2015. november 5-7-e között „Egészségdiplomácia” címmel. Ezeken a fórumokon Győr az Igazgatótanács ülések levezetését és több előadást is vállalt. A programon jelen volt dr. Agis Tsouros, az Európai Egészséges Városok program vezetője, a WHO Európai Regionális Irodájának Divízió igazgatója is, aki az Egészségdiplomácia témában tartott előadást.

A **Szövetség** közgyűlése **2016-ra** az alábbi **prioritásokat** fogalmazta meg a tagvárosok számára:

- Önkormányzati egészségfejlesztési tervezés az egészséghatás vizsgálat, egészségszűrő módszerével – részvételen alapuló kormányzati politika és egészségdiplomácia az egészség érdekében
- Egészséges életmód – programok a különböző szintereken
- Egészségműveltség – információátadás a különböző korcsoportok részére
- Egészséget támogató környezet kialakítása

A következő évi tevékenységek tervezése ezeknek az ajánlásoknak a figyelembevételével történik.