

Tájékoztató a WHO Egészséges Városok Projekt 2019. évi tevékenységéről

A Győri Egészséges Városok Program 2019. évi tevékenységét a **Győr Városi Egészségfejlesztési Terv** célkitűzései határozták meg. A terv az Egészség 2020 Európai Egészségstratégia prioritásai, az Egészségügyi Világszervezet (a továbbiakban: WHO) ajánlásai és a helyi sajátosságok figyelembevételével, a Győr Városi Egészségkép alapján, széles körű előkészítő munkával készült. A terv fő céljai:

1. A Győrben élők életminőségének javítását elősegítő városvezetés.
2. Hosszútávon fenntartható, egészséges városi környezet biztosítása.
3. Az egészségi méltánytalanságok (nem szükségszerű egyenlőtlenségek) csökkentése.
4. Egészségfejlesztés egy életen át.
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 került kidolgozásra a **Győr Városi Egészségfejlesztési Terv**, amelyet a Közgyűlés 2016 decemberében fogadott el.

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 **Győr Városi Egészségfejlesztési Terv 2019. évi Cselekvési Tervében** szerepel a konkrét célok között az **egységes tervezési keretrendszer** felállítása, a fejlesztési dokumentumok összehangolása, egymásnak való megfelelése érdekében. Cél az is, hogy az Önkormányzat stratégiai dokumentumaiban a WHO-s alapelvek jussanak érvényre, így biztosítva az egészségre gyakorolt közvetlen és közvetett hatások figyelembevételét.

Az Egészséges Városok Kárpát-medencei Egyesületének szakértője a győri WHO Iroda felkérésére összeállította a **Módszertani segédlet az egészséget támogató helyi közpolitikai gyakorlat támogatásához c. segédanyagot**. A segédlet tartalmazza az egészséget támogató közpolitika értelmezését. Az „egészség minden szakpolitikában” megközelítés elsődleges céljaként megfogalmazza, hogy egy adott közösségi döntéshozatali szint – pl. egy város – esetén az egészségeredmények javítása érdekében az egészséget befolyásoló területek között multiszektorális együttműködést alapozzon meg. A módszertani anyag taglalja az egészséget támogató helyi szakpolitika kialakításának alapelveit, továbbá bemutatja, és konkrét példákkal illusztrálja a dokumentumelemzés módszerét. Az egészségfejlesztési tervezésre és a szintér modellekre vonatkozóan is iránymutatást ad, ezen felül segítséget jelent az egészségeredményeket befolyásoló tényezők vizsgálatához.

Ehhez kapcsolódóan kerül majd sor az önkormányzati vezetők, képviselők tájékoztatására, az önkormányzati tisztviselők felkészítésére, hogy a tervezési gyakorlatban alkalmazni tudják a segédlet ajánlásait.

A városban meglévő, a városi Egészségképben is feltárt **egészségi egyenlőtlenségek csökkentése** érdekében, a Helyi Esélyegyenlőségi programban megfogalmazottakkal összhangban történik az egészségi és szociális szükségletek feltárása, az infrastruktúra és a szolgáltatások ilyen irányban történő fejlesztése.

A **speciális helyzetű csoportok sajátos szükségleteinek kielégítésére** számos intézkedés történt 2019-ben is.

Az időseknek minél tovább otthonukban maradását szolgálja az az intézkedés, amely a szociális szférában dolgozó szakemberek létszámfejlesztésével már az esti órákban és a hét végén is elérhetővé teszi az idősek számára az **otthonukban igénybe vehető szociális szolgáltatásokat** (házi gondozás, étkeztetés, tisztálkodás, egyéb, a gondozási szükségletnek megfelelő ellátás).

Az igényekre reagálva, a szociális szolgáltatási paletta legújabb eleme a már két éve működő **Demensellátó Központ**. A fejlesztés egy 28 fő nappali ellátására alkalmas demensellátó központ (INDA-pont, azaz Interprofesszionális Demencia Alaprogram-pont) kialakítását tette lehetővé a Győr, Otthon utca 2. szám alatt, amely egyaránt kiszolgálja a demenciával élők és hozzátartozóik igényeit. A centrum többféle alapszolgáltatási forma szolgáltatási elemeinek kombinációját biztosítja annak érdekében, hogy a demenciával élők és hozzátartozóik életminősége javuljon, állapotuknak és helyzetüknek megfelelő támogatásban részesüljenek, megnövelve azt az időszakot, amit saját otthonukban, hozzátartozóik körében tölthetnek. Országosan egyedülálló eleme a szolgáltatásnak, hogy az Önkormányzat az Egyesített Egészségügyi és Szociális Intézmény révén a szállítást is biztosítja az ellátottaknak. 2019-ben az EESZI újabb projektben vett részt az INTERREG V-A pályázat keretében, Idősbarát Régió címmel, illetve az INDA projekt is folytatódott. Ezek részleteit az Idősek életminőségének javítását célzó koncepció 2019. évi feladattervének végrehajtásáról szóló tájékoztató tartalmazza.

Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata a WHO Egészséges Városok program keretében támogatta a 2019. április 12-én a Hotel Konferenciában megrendezett, két napos **Alzheimer Konferenciát**. A WHO Iroda és az EFI szakmai előadással is közreműködött a programban. Az előadások köre felölelte a megelőzés (sport, szeniortánc, művészetek), a diagnosztika, kezelés, intézményi ellátás, gondozás, otthoni szakellátás területeit, módszereit, alap- és szakellátás lehetőségeit, az Alzheimer Cafék franciaországi és hazai tapasztalatait. Az első magyarországi Alzheimer Café Győrben jött létre, dr. Menyhárt Miklós háziorvos kezdeményezésére, és mára már több mint 50 működik az ország különböző részein. A két napos konferencia program közös nyilatkozat, ajánlás elfogadásával zárult, amely országos hálózat kiépítését szorgalmazza.

2019-ben ismét megrendezésre került a 2018-ban hagyományteremtő szándékkal elindított **Fogyatékosággal élők Világnapi városi rendezvény**. Az Önkormányzat Polgármesteri Hivatalának Humánszolgáltatási Főosztálya és a fogyatékosággal élők civil szervezetei összefogásával megvalósuló esemény jó alkalom a fogyatékosággal élők helyzetének bemutatására, a bennük rejlő értékek megismertetésére. Ezt szolgálták az olyan fogyatékosok számára átadott elismerések is, akik sorstársaik érdekében kiemelkedő tevékenységet végeznek.

Információs és Koordinációs Pont működik már második éve a Sziget-Kék Közösségi Térben. Célja, hogy naprakész információkkal segítse a fogyatékos embereket és családjaikat. A hálózati pontokon fogyatékosügyi tanácsadók dolgoznak, akik várják az érintetteket és családjaikat, hogy közösen találjanak megoldásokat és együtt könnyítsenek a mindennapok nehézségein.

Az önkormányzat lakások biztosításával, nappali ellátás finanszírozásával, közlekedési fejlesztésekkel, a fogyatékosok sportjának dotálásával, illetve a fogyatékosokkal élők civil szervezetei számára nyújtott **támogatással** is segíti a városban fogyatékosokkal élők helyzetének javítását. Újabb fejlesztés volt egy **fogyatékosokkal élők számára kialakított játszótér** is a Barátság Sportparkban.

A **Lakás-átalakítási pályázatban** az Önkormányzat egyre bővülő pénzügyi alapot biztosít 65 év feletti, a mozgásukban már korlátozott **idősek** számára, hogy a támogatásból megvalósult átalakítások után minél tovább az otthonukban maradhassanak. Ez egyéni és közösségi érdek is egyben.

A **környezet védelme, a környezettudatosságra nevelés** érdekében szakmai nap szervezésére került sor 2019 novemberében a Győri Kertbarát Egyesület és az Egészséges Városok Program együttműködésében. A több mint 100 érdeklődő részvételével lezajlott programon értékes előadások hangzottak el a környezet és egészségbarát növénytermesztési módokkal kapcsolatban.

Az **integrált várostervezés aktív, egészséges életmódot** támogató lehetőségeinek bővülését segítette elő a **PreHealth projekt**. A „PreHealth – Promoting Education and Jobs to Enhance the Use of Urban Blue and Green Infrastructure for Health and Fitness (A városi kék és zöld infrastruktúra használatának fokozása az egészség megőrzése érdekében)” egy európai uniós finanszírozású nemzetközi projekt. Magyarországról Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata és a Széchenyi István Egyetem vett részt a megvalósításban, további partnerek a Darmstadti Egyetem mint vezető partner, Darmstadt városa, az Utrechti Egyetem és Brabant tartomány, valamint a PRISMA Fejlesztési Központ és Athén városa voltak.

Egyre bővülő irodalom és kutatás igazolja a városi zöld terek pozitív hatását az ott élők egészségére és jóllétére. A projekt éppen ezért hangsúlyt helyezett a városi közterületekre (elsősorban a zöld és kék infrastruktúrára) és fő célja az volt, hogy megvizsgálja és tudatosítsa az aktív köztérhasználat és a városlakók egészsége és jólléte közötti pozitív kapcsolatot. Ennek egyik eszköze a helyalapú játékok (location-based game, LBG).

A projekt szükségességét alátámasztotta, hogy a magyar lakosság kétharmada (67%) nem végez napi 10 percnél tovább tartó sporttevékenységet (Egészségjelentés 2015). A szabadidős tevékenységek tekintetében, a rendszerváltás óta eltelt időszakban jelentősen megnőtt a passzív, mozgást nem igénylő szabadidős tevékenységek (pl. TV-nézés, számítógépezés) súlya a magyarok időfelhasználásában. Ezek következménye, hogy a felnőtt lakosság több mint fele súlytöbblettel él, csak minden hatodik felnőtt végez a WHO ajánlásainak megfelelő testmozgást (Egészségjelentés 2015). A sportolási szokásokat vizsgálva az is kiderült, hogy a hazai lakosság nem hasznosítja a városi környezet nyújtotta lehetőségeket (például a köztereket vagy a zöldterületeket).

Az elmúlt években kiemelt szerepet kapott a városi zöldterületek minőségi fejlesztése, ennek következtében sok zöldterület megújult, illetve funkcióbővítésen esett át (parkok, játszótérek, fásítás). Jelenleg Győr városában összesen 13 olyan közterület található, ami alkalmas sportolásra és rekreációra, ehhez hozzászámítható még a folyópartok 44 km-es hossza.

A WHO tapasztalatai alapján, a lehetőség megteremtése jó ösztönzést jelent a lakosságnak a fizikai aktivitásra. Különösen városi környezetben van szükség arra, hogy olyan szabadidő eltöltésére alkalmas helyek jöjjenek létre, amelyek növelik a sportolásra, aktív kikapcsolódásra szánt időt.

A PreHealth projekt fontos célja volt egy „Egészség Útvonal” kialakítása, amely a város területén kiválasztott közterületeket, parkokat összekötő útvonalat jelenti. Helyet ad az egészséges életmód elterjesztésének és ösztönzésének, valamint a projekt során megteremtett hely alapú játék kipróbálásának. 2018-ban az Egészség útvonal megtervezésére, kialakítására és bejárására, 2019 első felében pedig a hely alapú játék kidolgozására került sor. Az alkalmazás kialakítása során neves győri közéleti személyiségek, sportolók, művészek közreműködtek a közterületek vonzóbbá tételében a lakosság számára, hogy a szellemi és fizikai aktivitást végezzenek.

A játék a TaleBlazer alkalmazás mobiltelefonra történő letöltésével indítható, amely Android és iOS rendszerre elérhető. Az alkalmazás indítása után a képernyő jobb felső sarkában lévő menü gombra és a Game Code-ra kell kattintani, itt kell megadni a játék kódját: gyfipvo.

A játék letöltéséhez szükséges wi-fi kapcsolat (a letöltés eltarthat egy ideig, mert méretes a játék). A működtetéséhez azonban már nem kell internet, mert a „My games” menüpontban a telefonról elérhetővé válik.

Az MTA KRTK RKI Nyugat-magyarországi Tudományos Osztály mint projektgazda szervezésében a **H2020 Smart Cities and Communities – Naturvation** (NATure-based Urban innoVATION) projekt keretében workshopot szervezett a Városházán.

A projekt egy tudományterületeken átívelő partnerséget alkotva kívánja elősegíteni az innovatív ökológiai megoldások rendszerszerű alkalmazását városi környezetben.

A projektben 6 európai város vesz részt: Barcelona, Győr, Lipcse, Malmö, Newcastle, Utrecht, amelyek mind más oldalról közelítenek a projekthez a saját igényeik, adottságaik alapján.

Győrben 30 természet alapú megoldás került összegyűjtésre, ezek közül 10 megoldás került bele a projekt során kialakított adatbázisba. Ilyen például a Püspökerdő, Győr „tüdeje”, amely összetett ökoszisztémával rendelkező, csodálatos területet, sétautakkal, játszóterekkel, esőbeállókkal, tűzrakóhelyekkel, népszerű tanösvénnyel és kalandparkkal várja a győrieket a Mosoni-Duna ölelésében, így az európai **Urban Nature Atlasban** az ökológiai alapú városi innovációk között szerepel. A tíz megoldás közül 3 esetén készült részletes esettanulmány.

A városházi partnerségi találkozón az 5. **Helyi Városi Kutatási és Innovációs dialógus** témához kapcsolódó kidolgozó munkára került sor az **Urban Nature Index** segítségével. A 2019. február 19-i eseményen – hasonlóan a NATURVATION projekt másik öt partnervárosához – a teljes helyi partnerségi körrel, csoport munkában több, előzetesen javasolt városfejlesztési projekt minta értékelésére került sor az Urban Nature Index alkalmazásával.

Az Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző programsorozat 2019-ben **negyed százados** születésnapját ünnepelte. A győri polgárok egészségének fejlesztése céljából 1994-ben elindult kezdeményezés az elmúlt 25 év alatt ismertté vált és minden tavasszal, az **április 7-i Egészség Világnaphoz** kapcsolódva kerül megrendezésre.

A rendezvénysorozat tavaly Győr 12 városrészében kínált változatos szűrővizsgálatokat, előadásokat, tanácsadást, életmód programokat. A rendezvénysorozat kiemelt célja az

egészségügyi és preventív szolgáltatásokhoz való hozzáférés javítása, minél szélesebb kör számára történő biztosítása az esélyegyenlőség biztosítása érdekében.

A világnaphoz kapcsolódóan a WHO által ajánlott, kiemelt téma a következő volt: „Általános egészségügyi lefedettség”. A világ népességének legalább fele még mindig nem rendelkezik teljes körű egészségügyi ellátással. Ezért nem véletlen, hogy az általános egészségügyi lefedettség a WHO első számú célja.

Jelenleg több millió ember kénytelen választani az egészségügyi ellátás és az egyéb napi szükségletek között, mint például az élelmiszer, a ruházat vagy a lakhatás költségei.

Az **általános egészségügyi lefedettség** azt jelenti, hogy minden egyén és közösség megkapja a szükséges egészségügyi szolgáltatásokat pénzügyi nehézségek nélkül. Tartalmazza az alapvető, minőségi egészségügyi szolgáltatások teljes spektrumát az egészségfejlesztéstől a megelőzésig, a kezelésig, a rehabilitációtól és a palliatív ellátásig.

Az Egészség-Piac program célja:

- A lakosság figyelmének felkeltése a saját egészségének fontosságára.
- A résztvevők egészségi állapotának felmérése.
- Tájékoztatás az egészség megőrzésének lehetőségeiről, módszereiről.
- A leggyakoribb megbetegedések megelőzése.
- Az Egészség Világnap aktuális témájának megismertetése, a célkitűzések megvalósításának elősegítése.
- Egészséges termékek bemutatása, ajánlása.

A programsorozat szervezésében a közművelődési intézmények, oktatási intézmények a fő partnerek, és az önkormányzati képviselők támogatása mellett számos intézmény, civil és gazdálkodó szervezet segíti az előkészítést és a sikeres lebonyolítást.

A további szolgáltató partnerek köre a szokásos egészségügyi alapellátás (házi orvosok, asszisztensek, védőnő, fogorvosok, szájhygiénikusok), Petz Aladár Megyei Oktató Kórház, a Győr-Moson-Sopron Megyei Kormányhivatal Népegészségügyi Főosztálya, Lions Klubok, Rextra Kft. mellett számos egészségügyi vállalkozást ölelt fel. A rendezvénysorozat széles körű megismertetéséhez a Marketing Empire Kft. közreműködésével a Győr+ Média városi hetilap, Tv és Rádió, a Kisalföld c. megyei napilap, rádió szpot, Facebook hirdetések, helyszínek plakátjai, szórólapjai, az Egészség-Piac rendezvény Facebook oldala, fotók járultak hozzá. Valamennyi helyszín részletes programja megjelent az Önkormányzat www.gyor.hu honlapján is.

Az Egészség-Piac rendezvénysorozat valamennyi generáció számára ajánlott szolgáltatásokat. A 12 helyszínen zajló szűréseken ezres nagyságrendben fordultak meg résztvevők.

2019. évi Egészség-Piac helyszínek, időpontok az alábbiak voltak:

Sor-szám	Városrész	Intézmény	Időpont
1.	Gyárváros	Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér Gyárvárosi Közösségi Ház, 9027 Győr, Külső-árpád u. 6-8.	2019. március.22. (péntek) 14.30-17.30 óra
2.	Gyirmót	Gyirmóti Művelődési Ház 9019 Győr, Szent László út 35-37.	2019. március 22. (péntek) 16.00-19.00 óra

3.	Adyváros	GYMSZC Szabóky Adolf Szakiskolája 9023 Győr, Szabolcska M. u. 26.	2019. március 23. (szombat) 9.00-13.00
4.	Kisbácsa	Győri Tulipános Általános Iskola Kisbácsai Általános Iskolája 9029 Győr, Sövény u. 15.	2019. március 30. (szombat) 9.00-13.00 óra
5.	Győr-Ménfőcsanak	Bezerédj –kastély 9012 Győr- Ménfőcsanak, Győri út 90.	2019. április 5. (péntek) 14.30-18.30 óra
6.	Győrszentiván	Molnár Vid Bertalan Művelődési Ház 9011 Győr, Váci Mihály u. 3.	2019. április 6. (szombat) 9.00-12.00 óra
7.	Szabadhegy	Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér József Attila Művelődési Ház, 9028 Győr, Móra tér 1.	2019. április 12. (péntek) 15.00-18.30
8.	Újváros	Újvárosi Művelődési Ház 9025 Győr, Liget u. 55.	2018. április 13. (szombat) 9.00-13.00 óra
9.	Belváros	Rómer Flóris Művészeti és Történeti Múzeum Rómer-ház, 9022 Győr, Teleki L. u. 21.	2019. április 17. (szerda) 13.00-18.00 óra
10.	Likócs	Molnár Vid Bertalan Művelődési Központ Likócsi Közösségi Ház, 9017 Győr, Esztergető u. 12.	2019. április 27. (szombat) 9.00-13.00 óra
11.	Marcalváros	Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér Marcalvárosi Közművelődés Kovács Margit Iskola, 9024 Győr, Répce u. 2.	2019. április.27. (szombat) 10.00-13.30 óra
12.	Pinnyéd	Pinnyédi Művelődési Ház 9025 Győr-Pinnyéd, Napfény u. 1.	2018. május 11. (szombat) 10.00-13.00 óra

Az Egészség-Piac rendezvénysorozat valamennyi generáció számára ajánlott szolgáltatásokat. A 12 helyszínen zajló programokon ezres nagyságrendben fordultak meg résztvevők.

A résztvevők számára biztosított szűrővizsgálatok tájékoztató jellegűek, elváltozás esetén egészségügyi intézményben történő kivizsgálásuk indokolt. Ezért is fontos és hasznos az egészségügyi alapellátás, illetve a Kórház szakembereinek közreműködése a rendezvényeken, akik az érintettek további gondozásában szerepet vállalnak.

Az elhangzott előadás, tanácsadás az ismeretbővítésben játszott szerepet, az életmód programok során pedig az egészség megőrzéséhez kaptak gyakorlati segítséget az érdeklődők. Az egészséges ételek igényes kóstolóját 2019-ben ismét az I. sz. Gazdasági Működtető Központ biztosította.

Az Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző programsorozattal kapcsolatban előadás hangzott el a Széchenyi István Egyetem Egészségtudományi Tanszék egészségügyi szervező, egészségturizmus szervező szakos hallgatói számára.

Egészségnapot 2014 óta a **Győr-Moson-Sopron Megyei Kereskedelmi és Iparkamara** is rendez. A 2019. október 15-i volt az eddigi legnagyobb volumenű program. Az Egészségtudatos vezető – egészséges munkatárs – sikeres vállalkozás mottóval megrendezett **Egészségtudatos Vezető Szakmai Napja** című rendezvény legfőbb üzenete az volt, hogy „Az egészség cégérték és megtérülő befektetés!”

A mintegy 200 érdeklődő és 26 kiállító visszajelzése alapján egy változatos, hiteles, szakmai információkban gazdag nap részesei lehettek, akik ellátogattak a programra. Három fő témakört jártak körbe az előadók, szolgáltatók: a táplálkozás, a fizikai aktivitás és a lelki egészség dimenzióit munkahelyi környezetben. Utóbbihoz kapcsolódóan szóba került az új típusú, a munkahelyeken is megjelenő függőségek problémaköre is. Hangsúlyt kapott még a fiatal munkaerő megtartásának lehetőségeit boncolgató téma és a robotizáció emberi egészségre gyakorolt hatása. Egy külön szekció foglalkozott a Széchenyi István Egyetem és az Audi Hungária Zrt. együttműködésével megvalósuló SREKK kutatási projekt eredményeivel.

Számtalan jó példát, inspiráló megoldást lehetett látni és hallani, egészségtudatos vállalkozásvezetők mutatták be tapasztalataikat és cselekvésre motiválták azokat a cégvezetőket, akik számára az emberi erőforrás továbbra is a vállalkozás legértékesebb tényezője. A kiállítóterben megjelenő megoldások ugyancsak hozzájárultak a rendezvény komplexitásához. Az előkészítésben, szervezésben való részvételre a WHO Iroda is felkérést kapott, a megvalósításban pedig az EFI is részt vett.

Az Esély a Gyógyulásra Rákbetegek Győri Egyesülete az önkormányzattal együttműködésben szervezte meg az összefogásra ösztönző „hídsetát” és konferenciát 2019. október 11-én. Az **Összefogás az egészségért a mellrák ellen című rendezvény** immár hagyományosan sétával kezdődött, több százan vonultak át rózsaszín lufikkal és szalagokkal a Kossuth hídon.

Magyarországon évente 33 ezer daganatos halálesetet regisztrálnak, rosszindulatú emlődaganat következtében kétezer nő veszíti életét, évente csaknem 8500 embert (döntő részben nőt) diagnosztizálnak Magyarországon a betegséggel, élete során minden nyolcadik-kilencedik asszony érintett lesz. A betegség korai felismerése nagyban javítja a gyógyulási esélyt, bizonyos esetekben életmentő lehet. Ugyanennyire fontos az egészséges életmód, a mérsékelt alkoholfogyasztás, a testsúlykontroll, valamint a rendszeres testmozgás, amely csökkenheti a megbetegedés kockázatát. A rendezvény további célja – mivel a megyében a 30%-ot (!) sem éri el a 45-65 évesek számára biztosított szűrővizsgálatokon való megjelenés – , hogy a szűrővizsgálatokon való részvételre motiválja a korosztályt.

A WHO Iroda segítette az **Endometriózis Világnapi győri rendezvény** lebonyolítását is. Az eseményre 2019. március 6-án került sor az „Együtt könnyebb” Női Egészségért Alapítvány kezdeményezésére.

Tíz éve még ritka kórképnek gondolták, mára krónikus népbetegségként tekintenek rá a nőgyógyászok. Az endometriózis csaknem 80 millió nő mindennapjait, szexuális életét keseríti meg világszerte. Magyarországon minden tizedik fogamzóképes korú nő érintett, a meddő nők negyven százaléka a betegség miatt képtelen teherbe esni.

Az Endometriózis Világnap és a kapcsolódó rendezvény célja az volt, hogy felhívja a figyelmet a betegség tüneteire, a megelőzésre, a kezelésre és az endometriózissal küzdők támogatására.

Az Idősügyi Tanács működését is a WHO Iroda segíti. 2019-ben az alábbi tevékenységek révén járult hozzá az idősek egészségének, életminőségének javításához:

- Idősügyi Tanács működésének segítése,
- kapcsolattartás a város idősügyi szervezeteivel,
- Idősek életminőségének javítását célzó koncepció 2018. évi feladattervének végrehajtása, programok szervezése,
- egészségmegőrző programok idősek számára,
- részvétel az Európai Projektvárosok Idősek Egészsége Munkacsoport munkájában.

Külön tájékoztatóban kerül bemutatásra az Idősek életminőségének javítását célzó koncepció 2019. évi feladattervének végrehajtása.

Új típusú prevenciós szolgáltatások biztosítását teszi lehetővé a 2018. június 1-jével elindult **Győri Járási Egészségfejlesztési Iroda és Lelki Egészség Központ** (a továbbiakban: **EFI**) a Petz Aladár Megyei Oktató Kórház Rendelőintézetében. Az európai uniós projektben főpályázó a Petz Aladár Megyei Oktató Kórház, konzorciumi partner Győr Megyei Jogú Város Önkormányzata. Az EFOP projektben való részvétele által a Kórház a gyógyítás mellett jelentős szerepet vállalt az egészségfejlesztésben is. A projektmenedzsert a kórház, a szakmai vezetőt az Önkormányzat WHO Egészséges Városok program adja. Az EFI Partnerségi Munkacsoportot működtet az egészségfejlesztéssel foglalkozó szervezetek összefogása, segítése céljából.

2019-ben számos program valósulhatott meg az EFI jóvoltából. A közösségi egészségfejlesztési szolgáltatások között az EFI szervezi a **Szülésre felkészítő tanfolyamokat** is. A 7 előadásból és egy szülőszoba látogatásból álló foglalkozássorozat a várandósság ideje alatt nyújt segítséget a kismamák számára. A 2019-ben megvalósult 5 tanfolyam hozzájárult a várandósság egészséges szemléletű viseléséhez, a szülésben aktív és tudatos részvételhez, valamint a születendő gyermekkel való szorosabb kapcsolat kialakításához. A foglalkozásokba a férjek, leendő apák is bekapcsolódtak, együtt hallgatták meg a szakemberek előadásait, megfogalmazhatták kérdéseiket, kételyeiket. A várandós nők részt vettek egy speciális tornán is, amelyet gyógytornász vezetett.

Az újszülöttet, csecsemőt, kisgyermeket nevelő szülők számára **Szoptatási tanácsadás és Baba-mama klub** nyújtott segítséget a kezdeti nehézségek megoldásában.

Az **idősek közösségei számára előadásokat** ajánlott az EFI, amelyek népszerűek a nyugdíjas klubokban, de az Alzheimer Café-ban is. Összesen 563 fő számára sikerült így az egészséggel kapcsolatos információkat közvetíteni.

A **Sérülékeny rétegek** között a fogyatékossgal élők, a Családok Átmeneti Otthona lakói számára valósultak meg programok.

A **Krónikus betegek** csoportjai közül a diabéteszesek részvételével előadás sorozat és torna valósult meg illetve Cukorbeteg gyermekeknek életmód foglalkozások. Óvodapedagógusok kaptak szakmai segítséget a cukorbeteg gyermekekkel való szakszerűbb foglalkozáshoz.

Az **Emlőszűrésre való mozgósítás** rendezvénnyel és sajtó kampánnyal valósult meg 2019-ben.

Az Egészségkockázatok csökkentése érdekében **Csoportos diétás tanácsadás** volt havi rendszerességgel. A **Tartásjavító tornára felkészítő képzés** célcsoportja az óvodapedagógusok, tanítók és testnevelő tanárok voltak.

A **Dohányzásról leszokás támogatás** egyéni és csoportos foglalkozássorozat formában nyújtott segítséget azoknak, akik szeretnének felhagyni a dohányzással, amely több mint ezer személyt ért el 2019-ban.

Egészségnapok, családi és sportnapok, iskolai foglalkozások járultak hozzá az egészséges életmód népszerűsítéséhez.

A munkahelyi egészségfejlesztést segítette a kórházi dolgozóknak a „**Fogy a Petz**” és az önkormányzati dolgozóknak a „**Hozd magad formába**” **komplex testsúlycsökkentő programsorozat**.

Az „**Ecc-Petz egészségfejlesztő nyári tábor**” 6 turnusban biztosított hasznos szabadidő eltöltési lehetőséget, élményt, közösséget a kórházi dolgozók gyermekeinek, könnyítve ezzel a szülők gondján a nyári felügyelet megoldásában.

A Mentális egészségfejlesztést segítették elő az **Autogén tréningek** munkahelyeken, illetve iskolai keretek között **Foglalkozások serdülő fiataloknak**. Lelki egészség témában számos **előadás** valósult meg más szintereken is. A **Lélekoldó klub** pszichiátriai betegek számára biztosít folyamatos támogatást.

Az **Önkormányzat** 2019. szeptember 3-án, az OSP-ben megtartott **rekreációs napján** is az EFI biztosította a **szűrővizsgálatokat**.

A **Nemzeti Népegészségügyi Központ** támogatja az EFI-k működését, képzéseket, konferenciákat, módszertani anyagokat biztosít számukra.

A területen folyó szakmai kapcsolatok fejlesztését segíti még egy szintén EFOP-os fejlesztés, a „**Gyermek- és ifjúságpszichiátria, addiktológiai és mentálhigiénés ellátórendszer infrastrukturális feltételeinek fejlesztése**” című pályázat. A fejlesztés előkészítése, az igénybe vétel elősegítése céljából mentálhigiénés teamek jönnek létre a gyermekek és fiatalok lelki egészségének védelme és a korai kezelésbe vétel elősegítése érdekében. A 2019-ben, a projekt keretében lezajlott tevékenységekről bővebb információ a Győr Városi Drogstratégia 2019. évi munkatervnek végrehajtásáról szóló közgyűlési előterjesztésben szerepel.

A WHO Egészséges Városok program civil háttérét a **Győriek Egészségéért Közhasznú Egyesület** (a továbbiakban: **GYEKHE**) biztosítja. A GYEKHE 100%-os támogatottságú pályázatot nyert el a Széchenyi 2020 Emberi Erőforrás Fejlesztési Operatív program keretében, **EFOP-1.3.5-16-2016-00470** azonosító számon, „**Légy ott! – Önkéntesség és közösségi élmény a találkozások városában, Győrben**” címmel.

A projekt időtartama 36 hónap, 2017. április 01-től 2020. március 31-ig. A támogatás összege: 18.058.056,- Ft. Célja: **az önkéntesség és a társas kapcsolatok erősítése a városban**.

A projekt elsődleges célcsoportja – a pályázati kiírásnak megfelelően – a 14–35 éves fiatalok, valamint a 60 éven felüli korosztály. A programok elősegítik a generációkon belüli és közötti együttműködést, erősítik a családokat és a társadalmi összetartozást. A szabadidő tartalmas és aktív eltöltésén túl támogatást tudnak nyújtani a rászorulóknak, a segítség jó érzését adják és hozzájárulnak új társas kapcsolatok és közösségek alakításához, valamint a testi, lelki egészség megőrzéséhez.

A „**Légy ott!**” projekt fő tevékenységei 2019-ben is folyamatosan zajlottak. Az önkéntesség és a közösségi élmény szorosan összekapcsolódnak a programokban.

Az Idősek a Fiatalokért **Önkéntes Nagy Szolgálat** 2017 nyarán jött létre Győrben, és 2019-ben is folyamatosan működött. Az érdeklődő nyugdíjas önkéntesek egy képzés elvégzése után csütörtökönként vállalnak ügyeletet a Sziget-Kék Közösségi Térben, ahol különböző kreatív tevékenységek végzésével biztosítanak gyermek felügyeletet. A lelkes önkéntesek a fogyatékossgal élőket nevelő intézményekbe is kilátogatnak illetve fogadnak gyermekeket. A győri tapasztalatok iránt érdeklődtek Keszthelyről az ADD Meg a lehetőséget Alapítvány vezetői, aktivistái 2019 júniusában, majd győri mintára, önkormányzati támogatással elindították az Önkéntes Nagy Szolgálatot Keszthelyen is.

Az Idősek az Idősekért **Beszélgető Hálózat** programban részt vevő nyugdíjas önkéntesek egy képzés elvégzése után heti rendszerességgel látogatnak egy-egy magányos, idős embert. Ez a fajta mentálhigiénés gondozás is folyamatos. A 2009 óta önkormányzati támogatással működő programban tovább bővült a résztvevők köre. A több mint 10 éves működés során mintegy 200 önkéntes kiképzésére került sor, akik közül 60 nyugdíjas jelenleg is aktív önkéntes, akik számára havi rendszerességgel találkozás, továbbképzés, igény esetén szupervízió biztosított a Generációk Házában.

A Fiatalok a Fiatalokért **Kortárssegítő képzésben** önként jelentkező középiskolás fiatalok kaptak felkészítést ahhoz, hogy kortársaiknak segítséget tudjanak nyújtani a korosztályt érintő kérdésekben. Állami gondoskodásban élő gyermekek számára készítettek elő és valósítottak meg programokat a projekt keretében.

A „**Randevú**” **párkereső program** is tovább folytatódott 2019-ben a Rómer Házban, melyen elsősorban annak a korosztálynak volt lehetősége az ismerkedésre, akiknek már véget értek a diákévei, a munka mellett kevesebb lehetőségük van erre.

A **villámrandik** folytatásaként a Rómer Házban elindult egy **önismereti, mentálhigiénés programsorozat**, valamint egy **filmklub**, különböző párkapcsolati témákban.

2017 őszén **Gyalogló Klubok** indultak három városrészben, 2019-ben már négy városrészben, 6 helyszínen gyalogolhattak az idősek. (Sziget-Újváros, Marcalváros, Révfülé, Ménfőcsanak). A klubok hetente átlagosan két alkalommal találkoztak és gyalogoltak együtt, amelyet időnként hosszabb túrákkal is kiegészítettek. A klubok vezetői önkéntes, aktív nyugdíjasok, akiknek **Nordic Walking tanfolyamon** is volt alkalmuk részt venni.

2019-ben Győr Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatala WHO Egészséges Városok Programirodája a Győri Ipartörténeti Alapítvánnyal a Győr-Moson-Sopron Megyei Kereskedelmi és Iparkamarával, valamint a Győriek Egészségéért Közhasznú Egyesülettel együttműködésben **Városi Gyalogló Napot** szervezett.

Az alapítvány fontosnak tartja, hogy láthatóvá tegye Győr ipari múltját, ezért kidolgozta és elindította „ipartörténeti emlékhelytábla” projektjét. A programon résztvevők a gyalogos túra során a Gyárvárosban felállított emlékhelyek történetét ismerhették meg szakmai idegenvezetés keretében.

A WHO győri iroda az októberi Világ Gyalogló Hónap bevezetéseként, a fizikai aktivitás, a győri gyalogló klubok népszerűsítése céljából kapcsolódott a kezdeményezéshez. A túrán elsősorban az idősek győri gyaloglóklubjainak tagjai és a klubokhoz csatlakozni kívánó idősek vettek részt.

Akkora érdeklődés mutatkozott a program iránt, hogy a több mint száz résztvevőt két csoportra kellett bontani, hogy követhető legyen a szakmai vezetés. A szeptember 30-án tartott rendezvény jó hangulatban, remek időjárási körülmények között valósult meg.

Az **EMMI** is számos módon ösztönzi, segíti a Gyalogló Klubok működését, pályázatokkal, konferenciákkal, rendezvényekkel, MentorNappal.

A **Szenior Táncklub** három helyszínen indult el 2017 nyarán, és 2019-ben már 7 csoportban biztosított az élményt adó mozgásforma a nyugdíjasok számára, heti rendszerességgel. A táncklubokat önkéntes nyugdíjasok vezetik, akik Budapesten végeztek el egy több hónapos képzést.

Új szint hozott a GYEKHE **Közösségi Kemence** programja az Egészség-Piac rendezvények életébe. A mobil kemencében sült finomságok készítését szívesen követték nyomon az érdeklődők, de még szívesebben kóstolták a végeredményt.

A Kisalföldi Vállalkozásfejlesztési Alapítvány által működtetett Civil Információs Centrum 2019. február 1-én tartotta a **Civilek Napja** című rendezvényét.

A programon a GYEKHE elnöke beszámolt az egyesület önkéntesség terén végzett tevékenységéről.

Szülésre felkészítő tanfolyam

A Győriek Egészségéért Közhasznú Egyesület 2019-ben is biztosította a pénzügyi háttérrel a Szülésre felkészítő tanfolyamnak.

A képzések, kiadványok biztosításán túl **emléklap** nyomtatásával járult hozzá a WHO Egészséges Városok program a **szoptatás népszerűsítéséhez**, elismeréséhez, amelyet a Szoptatás világnapján adnak át az erre érdemes kismamáknak.

Képviselő, kapcsolattartás

Az **Egészséges Városok Magyar Nyelvű Szövetségében** 2019-ben 24 tagváros vett részt, akik koordinátori értekezleteken és egy szimpóziumon osztják meg legjobb gyakorlataikat és dolgoznak fel egészségfejlesztéssel kapcsolatos témákat. A Szövetség Igazgatótanácsának 2001-ben történt megalakulása óta elnöke a győri WHO koordinátor, amely az itt folyó munka elismerését is jelenti.

Az éves koordinátori értekezletre 2019. április 4-én került sor Kaposváron. A szövetség igazgatótanácsa és közgyűlése június 7-én Pécsen ülésezett.

Az **Egészséges Városok Kárpát-medencei Egyesülete** 2019. október 3-4-5-én tartotta **31. szimpóziumát**, amelynek Szolnok városa adott helyet. A szimpózium témája: **Egészséges Család – Egészséges Város.**

A WHO Európai Egészséges Városok Hálózat VII. ötéves ciklusára szóló célkitűzései között szerepel az Egészséget minden életszakaszban cél. Ennek része az egészséges életkezdet biztosítása, a várandósság, szülés, egészséges idősödés (amely a születéssel kezdődő, életen át tartó folyamat).

A győri WHO koordinátor „30 éve a családok egészségéért Győrben” címmel mutatta be az Egészséges Városok program keretében zajló tevékenységeket, programokat.

A WHO Egészséges Városok program kezdeményezésére jött létre 2005-ben a **Győr Városi Közlekedésbiztonsági Bizottság**. Ebben és a **Megyei Baleset-megelőzési Bizottságban** is képviselteti magát az Önkormányzat a WHO Irodán keresztül. A VRK és az MRFK is együttműködik minden, a közlekedésbiztonságért tenni kívánó intézménnyel és civil

szervezetettel. Az együttműködés keretében, 2019-ben is sokféle baleset-megelőzési program valósult meg különböző célcsoportok számára, mint a gyermek- és ifjúsági korosztály, a családok, munkahelyek és a sérülékeny rétegek, idősek korosztálya részvételével. Versenyek, nyári táborok, előadások, tájékoztatók, gyakorlati bemutatók, akadálypályák, médiakampányok keretében adták át a szakemberek az információkat a lakosság számára.

A Győr városban kialakult, egyre szélesedő hálózatok segítik a közösség érzékenyítését, a szakemberek kapacitás építését, és tovább bővítik az Egészséges Városok Programban létrejött ágazatközi együttműködés rendszerét is.