

## Tájékoztató a WHO Egészséges Városok Projekt 2018. évi tevékenységéről

A Győri Egészséges Városok Program 2018. 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 2018. 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.

2018-ban az Egészséges Városok Magyar Nyelvű Szövetsége 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, a helyi önkormányzati választásokat követően 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 2018-ban is.

A *Lakás-átalakítási pályázatban* az önkormányzat pénzügyi alapot biztosított 65 év feletti, a mozgásukban már korlátozott **idősek** számára, hogy a támogatásból megvalósult átalakítások után minél tovább az otthonukban maradhassanak.

Szintén ezt a célt szolgálja az az intézkedés, amely a szociális szférában dolgozó szakemberek létszám fejlesztésével 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 2018 márciusában átadott **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.

A Kábítószerügyi Egyeztető Fórum (a továbbiakban: KEF) 2018-ban megjelent VI. Módszertani kiadványa pedig többek között a **fogyatékossgal élők** körében végzett prevencióhoz készült szakmai módszertani ajánlást tartalmaz. Ez annál is inkább indokolt, mert sajátosságaik miatt fokozottan veszélyeztetettek az egészségkárosító magatartások tekintetében.

A KEF tagintézménye a Szent Cirill és Method Alapítvány RÉV Szenvedélybeteg-segítő Szolgálata (a továbbiakban: RÉV) rendszeresen biztosít fogyatékos tanulókat nevelő intézményekben, és a fogyatékossgal élők nappali intézményében, valamint átmeneti otthonában prevenció foglalkozásokat.

Ugyancsak a RÉV nyújt a Büntetés-végrehajtási Intézetben **fogvatartottak** számára rehabilitációs, re-integrációt elősegítő szolgáltatásokat.

2018-ban első alkalommal került sor – az Önkormányzat és a **fogyatékossgal élők** civil szervezetei összefogásával – a Fogyatékossgal élők Világnapi városi rendezvény megszervezésére. Ez is jó alkalom a fogyatékossgal élők helyzetének bemutatására, a bennük rejlő értékek megismertetésére. Ezt szolgálták olyan fogyatékosok számára – a város polgármestere által – átadott elismerések, akik sorstársaik érdekében kiemelkedő tevékenységet végeznek.

2018-ban Információs és Koordinációs Pont nyílt a Család- és Gyermejjóléti Központ keretei között a Sziget-Kék Közösségi Térben. Célja, hogy naprakész információkkal segítse a fogyatékos embereket és családjaikat. A hálózati pontokon fogyatékossgügyi 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. A legújabb fejlesztés 2018-ban egy fogyatékosokkal élők számára kialakított játszótér a Barátság Sportparkban.

Új eleme az ellátórendszernek az a hiánypótló szolgáltatás is, amely ugyancsak 2018-ban nyitotta meg kapuit a **szenvedélybetegek** nappali ellátásának biztosítására. Állami finanszírozással és az Önkormányzattal kötött ellátási szerződés keretében működteti a Színes Fogadó Tér Szenvedélybetegek Integrált Intézményét a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Egyesület Győrben.

A **környezet védelme, a környezettudatosságra nevelés** érdekében szakmai nap szervezésére került sor az Egészséges Városok Program keretében a Győri Kertbarát Egyesülettel, a Széchenyi István Egyetemen és az Iskolakertekért Alapítvánnyal együttműködésben. A több mint 100 érdeklődő részvételével lezajlott, különböző generációkat mozgósító programon értékes előadások hangzottak el a környezet és egészségbarát növénytermesztési módokkal kapcsolatban. Ezen túl módszervásár és kiállítás is gazdagította az óvodapedagógusok, a fiatalokkal foglalkozó szakemberek és a kertműveléssel foglalkozók eszköztárát.

Az **integrált várostervezés aktív, egészséges életmódot** elősegítő lehetőségeinek bővülését segíti 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 vesz 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.

Egyre bővülő irodalom és kutatás igazolja a városi zöld terek pozitív hatását az ott élők egészségére és jóllétére. Ugyanakkor, még mindig limitált a helyi érdekcsoportok, várostervezők és döntéshozók szerepe a tervezésben és fejlesztésben. A projekt éppen ezért hangsúlyt helyez a városi közterületekre (elsősorban a zöld és kék infrastruktúrára) és célja, 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 alátámasztja, hogy a magyar lakosság kétharmada (67%) nem végez napi 10 percnél tovább tartó sporttevékenységet (Egészségjelentés 2015). A szabadidős tevékenységek kapcsán elmondható, hogy 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. Sokszor a lehetőség megteremtése is jó ösztönzést jelenthet. 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 keretében kutatás készült, amely során lakossági vélemények összegyűjtésére került sor Győr Megyei Jogú Város közterületeiről, az ott található szolgáltatásokról és lehetőségekről, illetve a közterületeket használó lakosság szokásairól, a különböző közterületekhez kötődő viszonyáról.

A megkérdezettek több mint fele hetente legalább egyszer meglátogatja a kérdőívekben említett közterületek valamelyikét és ott több mint egy órát eltölt (ebben az esetben vannak különbségek a helyszínen és az online megkérdezettek között). A helyszínek megközelítésében pedig dominálnak az egészséges és fenntartható közlekedési eszközök. Egyrészt azért, mert a kiválasztott és meglátogatni kívánt közterületek többnyire gyaloglási távolságban vannak, másrészt mert az ott végzett tevékenységek, szabadidő eltöltésének formái is ehhez kapcsolódnak. A személygépkocsi használat, amely a város modal splitjében jelentős arányt képvisel, ebben az esetben csak fele akkora arányban van jelen. A közterületek használata tehát több szállal kapcsolódik a hasznos szabadidő eltöltéshez, az egészséges közlekedési és más tevékenységformákhoz.

A győri lakosság szempontjából kiemelt helyen szerepel a város ún. „kék infrastruktúrája”, a legtöbben a város tavait, folyópartjait említették a legkedvesebb köztéri helyszínekként. Ezért is jelentős vízpartok az előző két évben megvalósult rehabilitációja.

A PreHealth projekt fontos célja „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 került sor. A hely alapú játék kidolgozására 2019 első felében kerül sor.

A győri polgárok **egészségének fejlesztése** céljából 1994 óta minden tavasszal, az április 7-i Egészség Világnaphoz kapcsolódva megrendezésre kerül az **Egészség-Piac lakossági egészségmegőrző programsorozat**. Így 2018-ban már 24. születésnapját ünnepelte a rendezvényfolyam, amely Győr 12 városrészében kínált változatos szűrővizsgálatokat, előadásokat, tanácsadást, életmód programokat. A rendezvénysorozat kiemelt célja az egészségügyi és preventív szolgáltatásokhoz való hozzáférés javítása.

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. Ennek eléréséhez kulcsfontosságú, hogy mindenki megkapja a szükséges ellátást, amikor szükség van rá, a közösség szívében.

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 rehabilitációig 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.

### 2018. évi Egészség-Piac helyszínek, időpontok:

HELYSZÍN	VÁROS RÉSZ	IDŐPONT
Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér <b>Gyárvárosi Közösségi Ház</b> 9027 Győr, Külső-Árpád u. 6-8.	Gyárváros	2018. március 23. 14.30-17.30
<b>Gyirmóti Művelődési Ház</b> 9019 Győr, Szent László út 35-37.	Gyirmót	2018. március 23. 16.00-19.00
Bácsai Szent István Király Egyházközség <b>Művelődési Háza</b> 9030 Győr, Heltai J. u. 8.	Bácsa	2018. március 24. 9.00-13.00
<b>GYSZSZC Móra Ferenc Általános Iskolája és Szakgimnáziuma</b> (9023 Győr, Kodály Z. út 20-24.)	Adyváros	2018. március 24. 9.00-13.00
Győr-Ménfőcsanak <b>Bezerédj-kastély</b> 9012 Győr-Ménfőcsanak, Győri út 90.	Ménfőcsanak	2018. április 6. 15.00-19.00
<b>Molnár Vid Bertalan Művelődési Ház</b> (9011 Győr, Váci Mihály u. 3.)	Györszentiván	2018. április 7. 9.00-12.00
Molnár Vid Bertalan Művelődési Központ <b>Likócsi Közösségi Ház</b> 9027 Győr, Esztergető u. 12.	Likócs	2018. április 13. 9.00-12.00
<b>Újvárosi Művelődési Ház</b> (9025 Győr, Liget u. 55.)	Újváros	2018. április 14. 9.00-13.00
Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér Marcalvárosi Közművelődés <b>Kovács Margit Iskola</b> 9024 Győr, Répce u. 2.	Marcalváros	2018. április 14. 10.00-13.30
Dr. Kovács Pál Megyei Könyvtár és Közösségi Tér <b>József Attila Művelődési Ház</b> (9028 Győr, Móra tér 1.)	Szabadhegy	2018. április 20. 15.00-18.30
Rómer Flóris Művészeti és Történeti Múzeum <b>Rómer-ház</b> (9022 Győr, Teleki L. u. 21.)	Belváros	2018. május 3. 13.00-18.00
<b>Pinnyédi Művelődési Ház</b> (9025 Győr-Pinnyéd, Napfény u. 1.)	Pinnyéd	2018. május 12. 10.00-13.00

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](http://www.gyor.hu) honlapján is.

Az Egészség-Piac rendezvénysorozat valamennyi generáció számára ajánlott szolgáltatásokat. A 12 helyszínen zajló szűréseken ezres nagyságrendben fordultak meg résztvevők. Voltak közöttük olyanok, akik először szembesültek emelkedett vérnyomás, vércukor, koleszterin, PSA (prosztata elváltozás) vagy csontritkulásra utaló értékekkel. Ezek a vizsgálatok tájékoztató jellegűek, elváltozás esetén egészségügyi intézményben történő kivizsgálásuk indokolt. Ezért is volt hasznos az egészségügyi alapellátás szakembereinek közreműködése a rendezvényeken, akik az érintettek további gondozásában szerepet vállalnak.

Az egészséges ételek színvonalas, ízléses kóstolóját 2018-ben ismét az I. sz. Gazdasági Működtető Központ biztosította. A mozgásprogramok bemutatóihoz a résztvevők több helyszínen is kapcsolódtak. A lelki egészséggel, stressz kezeléssel kapcsolatos tanácsadás mellett gyermeknevelési ismereteket, szakkönyveket is kaphattak az érdeklődő szülők, nagyszülők. A baleset megelőzéshez a Városi Rendőrkapitányság Közlekedési Osztályának munkatársai akadálypályákat, tesztlapokat és előadásokat biztosítottak.

Az önkormányzat, az Esély a Gyógyulásra Rákbetegek Győri Egyesülete és az Ed.Haas Hungaria Kft. közösen szervezte meg az összefogásra buzdító „hídsétát”, illetve az egészségről és a mellrák elleni küzdelemről szóló konferenciát. 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. Egy szintén rémisztő statisztika szerint évente csaknem 8500 embert (döntő részben nőt) diagnosztizálnak Magyarországon a betegséggel, élete során pedig minden nyolcadik-kilencedik asszony érintett lesz. A jelképes sétán részt vevők egy része pontosan tudja, mi ez a betegség, mert már megívta vagy most vívja harcát az emlőrakkal. Közös bennük, hogy győzni akarnak. A betegség korai felismerése nagyban javítja a gyógyulási esélyt, bizonyos esetekben pedig életmentő lehet. Ugyanennyire fontos az egészséges életmód, a visszafogott alkoholfogyasztás, a testsúlykontroll, valamint a rendszeres testmozgás hozzájárulnak a megelőzéshez és ezzel védelmet jelenthetnek a nők számára e betegséggel szemben is. A rendezvény további célja – mivel a megyében az 50 %-ot sem éri el a 45–65 évesek számára biztosított szűrővizsgálatokon való megjelenés –, hogy a szűrővizsgálatokon való részvételre motiválja a korosztályt.

**A Győri WHO Egészséges Városok Programiroda koordinálja, segíti a Győr Városi Kábítószerügyi Egyeztető Fórum (KEF) tevékenységét is.** Erről külön előterjesztésben kapott tájékoztatást a Közgyűlés márciusban.

**Az Idősügyi Tanács működését is a WHO Iroda segíti.** 2018-ban 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 került bemutatásra az Idősek életminőségének javítását célzó koncepció 2018. évi feladattervének végrehajtása és az Idősügyi Tanács 2018. évi tevékenysége.

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 pedig 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.

A projekt szakmai konzultációval indult azzal a céllal, hogy partnerségi munkacsoport alakuljon az egészségfejlesztés területén a járásban működő intézményekkel, civil szervezetekkel való rendszeres együttműködés keretében.

2018. második félévében számos program valósulhatott meg az EFI jóvoltából. A kórház dolgozóinak egészségét támogatta az „I. Fut a Petz és Családi nap”. Gyógytornással való bemelegítést követően 2, 7, 14 és 21 km-es futóversenyen, 7 km-es gyalogtúrán vehettek részt a dolgozók és családtagjaik, közben a gyermekeket számos, az egészséget támogató program várta.

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.

2018 augusztusától az újonnan megalakult EFI vette át a *Szülésre felkészítő tanfolyam* szervezését. A 8 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 foglalkozásokba a férjek, leendő apák is bekapcsolódnak, együtt hallgatják meg a szakemberek előadásait, megfogalmazhatják kérdéseiket, kételyeiket. A várandós nők részt vehetnek egy speciális tornán is, amelyet gyógytornász vezet.

Két, Győr környéki település lakossága – Kajárpécen és Töltéstaván – Egészségnapon vehetett részt, ahol szűrőbusz szolgáltatásaival, nőgyógyászati, bőrgyógyászati, urológiai és dietetikai, valamint életmód tanácsadással, vérnyomás, vércukor és testösszetétel méréssel várták az érdeklődőket.

A PÁGISZ Szakközépiskolában diákoknak biztosítottak prevenciós programokat, a Lukács Szakközépiskolában pedagógusoknak tartottak előadást.

Az egészségügyi alapellátásban alakult egy Győri Praxisközösség, amely a házi orvosok prevenciós tevékenységét ösztönzi, támogatja. Az EFI együttműködik a Praxisközösséggel egészségfejlesztési tevékenységeinek megvalósításában.

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 kialakuló hálózatok segítik a közösség érzékenyítését, a szakemberek kapacitás építését, és tovább bővítik az Egészséges Városok programban kialakult ágazatközi együttműködés rendszerét is.

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 idősedő, illetve idős személyek. 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 a 2018. évben is folyamatosan zajlottak.** Az önkéntesség és a közösségi élmény szorosan összekapcsolódnak a programokban.

#### **Elsődlegesen önkéntességgel kapcsolatos programelemek:**

Az Idősek a Fiatalokért **Önkéntes Nagy Szolgálat** 2017 nyarán jött létre, és 2018-ban is folyamatosan működik. Az érdeklődő nyugdíjas önkéntesek egy képzés elvégzése után csütörtökönként vállalnak ügyeletet, ahol különböző kreatív tevékenységek végzésével biztosítanak gyermek felügyeletet. A lelkes önkéntesek a fogyatékossgal élőket nevelő intézménybe is kilátogatnak.

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 60 nyugdíjas önkéntes számára havi rendszerességgel találkozás, továbbképzés, igény esetén szupervízió biztosított.

A Fiatalok a Fiatalokért **Kortárssegítő képzésben** önként jelentkező középiskolás fiatalok kapnak felkészítést ahhoz, hogy kortársaiknak segítséget tudjanak nyújtani a korosztályt érintő kérdésekben.

A pályázat révén a **Női Egészségért Információs és Módszertani Központ szolgáltatásai** és az önkéntes tanácsadók köre tovább bővült.

#### **Elsődlegesen közösségi élményt nyújtó programok:**

A „**Randevú**” **párkereső program** tovább folytatódott 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 nyitó, nagy népszerűségnek örvendő rendezvény visszaigazolta azt, hogy a már dolgozó, fiatal párkeresőknek, illetve az elvált „újrakezdőknek” is igényük van egy olyan programra, helyre, ahol személyesen ismerkedhetnek. Így októberben került sor a második társkereső programra, a nyári rendezvény tapasztalatainak figyelembevételével. Az esemény folytatásaként a Rómer Házban elindult egy önismereti, mentálhigiénés programsorozat, valamint egy filmklub, különböző párkapcsolati témákban.

„Randevú” programelem 2018-ban előadásokkal bővült, amellyel elsősorban 25–35 éves korosztály számára teremt fórumot, ahol ismerkedhetnek, kapcsolatot kezdeményezhetnek, illetve információt kaphatnak a párkapcsolat megtartásához. Az előadások révén ismeretmegosztással, szélesebb közönséget megszólítva sikerült bemutatni a párkapcsolati problémákat és azok megoldásának lehetőségeit. Neves előadók járták körbe a párkapcsolati nehézségeket az önismeret, az önérvényesítés, a kommunikáció, a kapcsolatépítés és a konfliktuskezelés nézőpontjából. Az előadásokra óriási érdeklődés mutatkozott.

2017 őszén **Gyalogló Klubok** indultak három városrészben (Sziget-Újvárosban, Marcalvárosban és Révfaluban), amelyekhez 2018-ban újabb 3 helyszín (Ménfőcsanak) csatlakozott. A klubok hetente két alkalommal találkoznak és gyalognak együtt, amelyet időnként hosszabb túrákkal is kiegészítenek. A klubok vezetői önkéntes, aktív nyugdíjasok.

A **Szenior Táncklub** három helyszínen indult el 2017 nyarán, és 2018-ban is heti rendszerességgel összegyűjti a mozogni vágyó aktív táncosokat. A táncklubot önkéntes nyugdíjasok vezetik, akik Budapesten végeztek el egy több hónapos képzést. A Gyórszentivánon, a Belvárosban zajló táncklubok egyre népszerűbbek, kezdik kinőni a rendelkezésre álló helyszíneket. Így aztán Ménfőcsanakon is elindult egy csoport, amelyet egyre többen látogatnak.

### **Női Egészségért Információs és Módszertani Központ**

Az önkormányzat a WHO Egészséges Városok Program nyertes pályázataként, a Pittsburgh – Győr partnerprogram keretében hozta létre a központot. A működtetésében a Győriek Egészségéért Közhasznú Egyesület vállalt közreműködést. Az egyesület fő célja a WHO Egészséges Városok program célkitűzéseinek előmozdítása, Győr város lakói egészségének fejlesztése, kiemelten az ifjúság, a szülőképes korú nők egészségének védelme.

### **Szülésre felkészítő tanfolyam**

A Győriek Egészségéért Közhasznú Egyesület 2018-ban 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.

### **Képviselet, kapcsolattartás**

Az **Egészséges Városok Magyar Nyelvű Szövetségében** 2018-ban 21 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 2018. május 17–18-án került sor Székesfehérváron. A szövetség igazgatótanácsa és közgyűlése Szentendrén ülésezett november 9-én.

Jelenleg 4 határon túli város vesz részt az Egészséges Városok magyar Nyelvű Szövetségében: Romániából Erdőszentgyörgy, Székelyudvarhely és Szováta, Szlovéniából pedig Lendva.

Az **Egészséges Városok Magyar Nyelvű Szövetsége** 2018. szeptember 20–21-én tartotta **30 éves jubileumi szimpóziumát**, amelynek helyszínéül két határon túli város választottak. A Szövetség 21 tagvárosából 11 város képviseltette magát az összejövetelen.

A Szimpózium „Gondolkodj globálisan, cselekedj lokálisan!” című nyitó előadásában dr. Szili Katalin felhívta a figyelmet a környezetvédelem fontosságára és arra, hogy mit lehet tenni annak érdekében, hogy minél tovább meg tudjuk őrizni azt. A Nemzeti Fenntartható Fejlődés Tanács tiszteletbeli elnökeként hangsúlyozta, hogy a **fenntartható fejlődéshez** elengedhetetlen az emberi erőforrás: megvalósulásához szükség van megfelelő létszámban és jó egészségi állapotban élő emberekre, tudásukkal, képességeikkel együtt. A természeti erőforrások megfelelő mennyisége és minősége ugyancsak elengedhetetlen.

Az elmúlt 30 év tevékenységeiről és az elért eredményekről beszélt De Blasio Antonio a szövetség elnöke. A Kárpát-medence fenntartható fejlődés keretprogram kapcsán az egymástól átvett, helyi szükségletekre reagáló a jó gyakorlatok jelentőségét emelte ki.

A kerek évforduló kapcsán több tagváros is visszatekintett az elmúlt évekre és az Egészséges Városok Szövetségében végzett tevékenységére. Győr részéről Miklósné Bertalanfy Mária a szövetségben eltöltött 29 év tapasztalatairól számolt be.

A második napon a résztvevők a városi egészségfejlesztési tervezés módszeréről kaptak tájékoztatást dr. Girán Jánostól, a Pécsi Tudományegyetem adjunktusától, aki elmondta melyek azok egészséget befolyásoló tényezők – többek között a társadalmi egyenlőtlenségek –, amelyeket egy városi egészségfejlesztési tervezésénél figyelembe kell venni.

A **WHO Európai Egészséges Városok Konferenciára** 2018. október 1-4. között került sor Észak-Írország fővárosában, Belfastban. Győr várost Dr. Somogyi Tivadar alpolgármester, Panker Mihály főosztályvezető és Miklósné Bertalanfy Mária WHO koordinátor képviselték.

A konferencia alcíme – „Változtasd meg a városokat, hogy megváltozzon a világ”, Az Egészséges Városok Mozgalom 30. évfordulójának megünneplése – jelezte az esemény aktualitását. A konferencia célja az volt, hogy azonosítsa, hogyan tud a WHO európai egészséges városok hálózata lépést tartani a városi kihívásokkal, valamint annak rögzítése, hogy mire építhetünk az elmúlt időszakból és merre tartunk a jövőben. Belfast ennek jó színtere volt, ahogy Monika Kosinska, a WHO Európai Regionális Iroda Európai Egészséges Városok Programjának vezetője fogalmazott: „Ez egy olyan hely, ahol a cselekvés többet számít, mint a szavak”. Erről a konferencia résztvevői is megbizonyosodhattak, mert a konferencia fő helyszínén elhangzott előadások mellett 29 szakmai kísérő rendezvényen volt lehetőség megismerni azt a sokszínű tevékenységet, amely Belfastban folyik.

A konferencia méreteit jól mutatja az is, hogy közel 60 ország 200 városából több mint 500 fő vett részt. 6 plenáris ülésen, 49 párhuzamos szekcióban, 8 kísérő rendezvényen és 21 helyszíni látogatáson 340 előadás, illetve poszter prezentáció került bemutatásra.

A konferencián elhangzó előadások az Egészséges Városok Hálózat Politikai Vízión Csoportja által körvonalazott 6 témához, 6 P-hez: People, Place, Participation, Prosperity, Planet, Peace (Lakosság, Lakóhely, Részvétel, Prosperitás, Bolygó, Béke) kapcsolódtak. Fontos szempont volt az Egészséges Városok alapelveinek és értékei figyelembe vétele, mint a méltányosság, a részvétel és felhatalmazás, a partnerség, a szolidaritás és barátság, valamint a fenntartható fejlődés.

A jövő a városokban rejlik. 2050-re a világ lakosságának 70%-a városokban él majd. A városok a politikai, kulturális és gazdasági lehetőségek középpontjában állnak, és gyakran az innováció élén járnak, hogy javítsák az összes olyan ember egészségét és jólétét, akik ott élnek és kölcsönhatásban vannak a várossal.

A plenáris üléseken elhangzott előadások közül az egyik legérdekesebb Janez Potocnik, az ENSZ Nemzetközi Erőforrás Testületének társelnökéé volt, amely az „Átalakító megközelítés a városi környezet és egészség érdekében” címet viselte. Bevezetesként az előadó Jim Morrison gondolatát idézte: „Az emberek különösek... Változásokat akarunk... De mi nem akarunk változni.”

Potocnik szerint az emberiség történetében először szembesülünk azzal, hogy egyetlen, szorosan kapcsolt emberi rendszer létezik a planétán. Sokkal inkább vagyunk függők és függetlenek, mint valaha voltunk. Ezért az egyéni és közösségi felelősségünk rendkívül megnövekedett. A 21. században már nem engedhetjük meg magunknak azt a luxust, hogy rövid távú logika és érdekek alapján gondolkodjunk és cselekedjünk. A gátlástalan gazdasági fejlődés környezetromboló hatása, nemzetközi együttműködésre van szükség a környezet védelme érdekében. Találó gondolattal érzékeltette a minden áron való növekedés által okozott problémákat: „Nem segít, ha gyorsabban mész, ha a rossz irányba haladsz.”

A megoldások között említette a Fenntartható Fejlődés Globális Célrendszerét. A források a hiányzó láncszem. A körkörös gazdaság és a klímaváltozás kapcsolatát adatokkal érzékeltette. A körkörös gazdaság képes az EU nyersanyag (acél, műanyag, alumínium, cement) kibocsátást 56%-kal csökkenteni. A megosztott mobilitás még látványosabb változásokat eredményezhet, ugyanis 70%-kal tudja csökkenteni a nyersanyag felhasználásból eredő CO<sub>2</sub> kibocsátást. A városi szisztémák és a körkörös gazdaság elemei a megosztott modellek, a mobilitási rendszerek, a hulladékgazdálkodás, a fenntartható épületek és az energia hatékonyság.

Az előadó szerint az életben egyszer van lehetőségünk a várható urbanizációt, amely 50 év alatt lezajlik, környezetileg fenntarthatóbb és szociálisan igazságosabb ösvényre terelni. Úgy fogalmazott, hogy fenntartható világ nincs fenntartható, egészséges városok nélkül.

A változások elkerülhetetlenek, az emberek vélhetően intelligensek. Legfőbb ideje bizonyítani. Végül Guy McPherson tudóst idézte:

„Ha azt gondolod, hogy a gazdaság fontosabb, mint a környezet (és az egészség), próbáld meg visszatartani a lélegzeted, mialatt a pénzedet számolod.”

Számos érdekes előadás hangzott még el, köztük a krónikus, nem-fertőző betegségek megelőzésével foglalkozó, amelyben a korai nem fertőző betegségek halálozási arányának javuló tendenciáját dr. Bente Mikkelsen, a WHO Európai Regionális Iroda Nem-fertőző Betegségek Osztályának vezetője globális sikertörténetként aposztrofálta. Kilenc tényezőt azonosított, amelyek ebben eredményt tudnak hozni: az időtényező, az alkoholfogyasztás mérséklése, a só fogyasztás csökkentése, a dohányzás visszaszorítása, a testmozgás szélesebb körű elterjesztése, magas vérnyomás kezelése, a túlsúly és a szív-érrendszeri kockázatok csökkentése valamint a gyógyszer használat kontrollja.

A mentális egészség kockázati tényezői között az anyai egészség problémáit, a csecsemő alultápláltságot, a szülő-gyerek kapcsolati nehézségeket és a züllött viselkedést, az érzelmi nyomást, a kommunikációs nehézségeket, az erőszakot, az alacsony önértékelést, bizonytalan és stresszes munkakörülményeket, a munkanélküliséget, a társadalmi elszigeteltséget, a kognitív hanyatlást és a veszteségeket sorolta fel. A védő tényezők között pedig az anyák oktatását, a lakhatás javítását, a biztonságos és támogató családi és otthoni környezetet, pozitív iskolai környezetet, jó iskolai előmenetelt, egészséges életmódot, megfelelő munkakörnyezetet, valamint a közösségi támogatást említette.

Kiemelésre méltó még a plenáris előadások közül a táplálkozás és az élelmiszer rendszerek témaköréről szóló prezentáció, amelyet prof. dr. Geoff Tansey, a Táplálkozástudományi Akadémia kurátora mutatott be Élelmiszer, igazságosság és fenntarthatóság – egészséges városok, prosperáló közösségek címmel.

Beszélt az élelmiszer biztonság egyre növekvő problémáiról, a táplálkozásban meglévő hatalmas egyenlőtlenségekről, amelyeket számokkal is alátámasztott. 821 millió ember alultáplált a Földön, míg 1,9 milliárd ember túlsúlyos. A FAO élelmiszerbiztonsági céljai a hozzáférhetőség, elérhetőség, megfizethetőség és a hasznosítás.

Véleménye szerint nehezen hihető ma még, hogy létezik társadalmilag igazságos, gazdaságilag fenntartható forgatókönyv a világ 9 milliárd emberének folyamatosan növekvő jövedelme biztosításához. Az élelmiszer biztonság javítását csak folyamatos monitoring és ellenőrizhető élelmiszergazdaság teszi lehetővé. A pénzügyi szabályozásban is változtatásokra, valamint széles körű együttműködésre, innovatív megoldásokra van szükség.

Sok más város között Győr is bemutatta tapasztalatait, az egészségfejlesztési tervezésről és annak megvalósításáról Miklósné Bertalanfy Mária tartott előadást az Együttműködés: fejlődő sikeres és befogadó városi egészség politikák szekciójában.

Az előadást követően dr. Agis Tsouros, aki jelenleg a WHO nemzetközi tanácsadója, de 26 évig az európai egészséges városok program vezetője volt, elismeréssel nyilatkozott a Győrben folyó munkáról. Kiemelte a folyamatos politikai támogatást, a széles körű együttműködést valamint a helyi közösség bevonását a tervezésbe és a végrehajtásba.

A konferencia ideje alatt egy rövid megbeszélést az Idősek Egészsége Munkacsoport is tartott. Javaslatok fogalmazódtak meg a további együttműködés lehetséges irányairól. Udine után várhatóan Manchester városa vállalja fel a következő ötéves periódusra a munkacsoport koordinálását.

A 2019. évi tevékenységek tervezése – ahogy a VII. ötéves fázisra készülés is – a Koppenhágai Konszenzus, a Belfasti Karta, a WHO 13 átfogó, 2019–2023-ra szóló munkaprogramja, az ENSZ Agenda 2030 Fenntartható Fejlődési Célok elősegítése és az Egészséges Városok Magyar Nyelvű Szövetsége prioritásai figyelembevételével, a Győr Városi Egészségkép és Egészségfejlesztési terv 2016–2020 alapján történik.