

BIATORBÁGYI EGÉSZSÉG- FEJLESZTÉSI IRODA

A Biatorbágy Város
Egészségügyi Ellátó
Nonprofit Kft. 89,92
millió forint vissza



nem térítendő támogatásban részesült a VE-KOP-7.2.2-17-2017-00002 azonosítószámú, *Községek az egészségtudatos lakosságért a Budakeszi járásban* című pályázatával.

A projekt egy biatorbágyi székhelyű egészségfejlesztési iroda létrehozását teszi lehetővé, valamint egészségmegőrző, betegségmegelőző programokat kínál a következő két évben a Budakeszi járás településeinek lakossága számára.

2018 szeptemberétől egyrészt az egészségfejlesztési irodának helyet adó Biatorbágyi Egészségházban, másrészt a Budakeszi járás településein (Biatorbágy, Budajenő, Budakeszi, Budaörs, Herceghalom, Nagykovácsi, Páty, Perbál, Remeteszőlős, Telki, Tök, Zsámbék) olyan, a járás lakosai számára elérhető ingyenes programok kerülnek megvalósításra, amelyek célja az egészséges életmód és az egészségtudatos magatartás elemeinek megismertetése, a betegségek megelőzése érdekében. A jobb életminőség elérését célozzák például a mozgás fontosságára felhívó vagy az étrenddel kapcsolatos tanácsadások. Lesznek a dohányzásról leszokást segítő csoportok és a lelki egészség megőrzését szolgáló foglalkozások is.

További információk: <https://egeszseghaz.biatorbagy.hu>
honlapon. Kapcsolat: efibiatorbagy@gmail.com

A MEGELŐZÉS ÉVE 2018–2019

Az Emberi Erőforrások Minisztériuma

Egészségügyi Államtitkárságával és Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramjával együttműködésben.

A Biatorbágyra érkező, erre a célra kialakított egészségügyi szűrőkamionban 37 féle átfogó vizsgálat várja az érdeklődőket.

Szív-ér rendszeri vizsgálat: EKG; vérnyomásmérés; artériamerevség-, vénás elégtelenség-vizsgálat

Szív-ér rendszeri kockázat: koleszterinszint-, vércukorszint-, húgysavszintmérés

Tüdőgyógyászat: légzésfunkció; COPD-teszt, CO-mérés; véroxigén-vizsgálat

Szemészet: szemnyomásvizsgálat; számítógépes látásvizsgálat; szemüveg dioptriavizsgálata; szemszárazság-teszt

Teljes testanalízis: magasság-, háskörfogatmérés; derék-csípő arány vizsgálata; súly-, célsúly-meghatározás

BMI (testtömegindex): testzsír-, vázizomtömeg-mérés; hasi zsírfelület vizsgálata; neuropátia-vizsgálat

Testműködés-vizsgálat: ödéma vizsgálata; perifériás érbetegség rizikótesztje; hallásvizsgálat; csontok ásványianyag-tartalmának vizsgálata

- Inkontinencia és vizeletürítési zavarok kérdőíves teszt
- prosztatabetegségek kockázati felmérése, bőr hidratáltságának, faggyútartalmának vizsgálata
- Bőrpigmentáció vizsgálata
- Visszérbetegség-kockázati teszt
- Vastagbél-daganat rizikótesztje
- IBS reflux-rizikóteszt
- Laktóz intolerancia- (tejcukor érzékenységi) teszt

- Fizikai aktivitás szintjének felmérése

Jelentkezés a beléptetőpontra.

A kamion körül harminc életmódponton tanácsadások, bemutatók:

- Memóriaszűrés 50 felettieknek
- Az emberi test működésének felfedezése virtuális valóságszemüveggel
- *Ismerd meg az emberi testet* – a miniplanetárium előadásai 24 féle tartalommal, 3D látványelemekkel mutatják be az emberi test működését, felépítését



EGÉSZSÉGHÁZ

ELŐADÁSOK

9.00–9.30; 11.00–11.30; 13.00–13.30:

A testmozgás fontossága – gyógyító mozgás

9.00–9.30; 11.30–12.00; 14.00–14.30:

Testsúlykontroll – a táplálkozásról cukorbetegeknek

9.00–9.30; 11.00–11.30; 13.30–14.00:

Szív-ér rendszeri betegségek – infarktus, stroke kialakulása, megelőzése

9.30–10.00; 13.30–14.00: *Örömteli babavárás*

– előtérben a szülés

10.00–10.30; 14.00–14.30: *Hogyan legyek jó szülő?*

– gyermek-szülő kapcsolat

10.00–10.30; 13.00–13.30: *A stresszoldás*

technikái – élethelyzeteink kapcsán (család, munka, egyéb), kialakuló stresszhelyzetek kezelése

11.00–11.30; 14.00–14.30: *Érzelmek labirintusában*

– az érzelmek jelentősége

Az előadásokat követően kérdésre és válaszokra, egyéni beszélgetésre is lesz mód.

EGYÉB PROGRAMOK, 8.00–16.00

- *Füst nélkül könnyebb* – segítség a dohányzásról való leszokásban
- *Gyermek szemészeti szűrés*
- *Bőrgyógyászat* – Anyajegy - Melanoma szűrés
- *Pajzsmirigy UH* – Pajzsmirigybetegként még nem diagnosztizált érdeklődők részére
- *Retro véradás* (sör, virsli)

FŐ TÉRI SZÍNPAD

9.00–9.30; 12.30–13.00: *Jóga*

9.30–10.00; 11.30–12.00; 13.30–14.00:

Ne ess, ne törj! – előadás. Mit tehetünk az el-esések megelőzése érdekében, hogyan kerüljük el a csonttöréseket?

10.00–11.00: *Önvédelmi bemutató*

11.00–11.30; 13.00–13.30: *Senior tánc*

12.00–12.30; 14.30–15.00: *Zumba*

FŐ TÉR, 8.00–16.00

- Néder Norbi körhintája
- Arcfestés
- GEKKO játszótér
- Játék – agymozgató- és társasjátékok, meghallgatás

JUHÁSZ FERENC MŰVELŐDÉSI KÖZPONT, 8.00–16.00

Egészséges ételek versenye kóstolóval

A programokon részt vevők meglepetés-ajándékokban részesülnek!

A programok változtatásának jogát fenntartjuk!

Kiadja a Biatorbágyi Egészségfejlesztési Iroda



BIATORBÁGY

EGÉSZSÉGNAP

2018. szeptember 29.



A MEGELŐZÉS ÉVE 2018–2019

Az Emberi Erőforrások Minisztériuma Egészségügyi Államtitkárságával és Magyarország átfogó egészségvédelmi szűrőprogramjával együttműködésben.

Szűrőkamion: 37 féle vizsgálat



Bemutatkozik
a Biatorbágyi Egészségfejlesztési Iroda

A programokon való részvétel ingyenes!
Váruik Önöket szeretettel!

SZÉCHENYI 2020



Európai Unió
Európai Strukturális
és Beruházási Alapok



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE