

PROJEKT ÖSSZEFOGLALÓ

A projekt 2012. július 13. napján került benyújtásra.

2013. április 19. napján az „Egészségfejlesztő és szemléletformáló programok a szeghalmi kistérségben” című, TÁMOP-6.1.2/LHH/11-B-2012-0032 jelű pályázatot a Humán Erőforrás Programok Irányító Hatósága vezetője 121 879 470 Ft összegű támogatásra érdemesnek ítélte.

A projekt 2013. június 01. napján megkezdődött a várható befejezés 2015. március 31. napja.

A szervezet feladatainak bemutatása

Az Egészségfejlesztési Iroda feladatai közé tartozik:

- részletes működési rend kidolgozása, fejlesztése, beleértve a tevékenységekhez szükséges dokumentációk kialakítását az egészségügyi adatok védelmének figyelembe vételével;
- partnerségi munkacsoport működtetése a kistérségben érintett intézmények, szervezetek, szolgáltatók, döntéshozók bevonásával;
- a kistérségben tevékenykedő, egészségfejlesztési tevékenységet végző szervezetek helyi együttműködésének előmozdítása (horizontális kapcsolatok kiépítése);
- életmódváltó programok megvalósítása:
 - a házi orvosok, járó- és fekvőbeteg szakellátók által az EFI-ba irányított vagy saját kezdeményezésre az EFI-hez forduló, életmódváltásra szoruló, életmódváltást tervező lakosság (kliens) állapotfelmérése és kockázatbecslés szerinti besorolása;
 - a kliensek életmódváltást támogató, az EFI vagy a projektben, kistérségben működő más szervezet által biztosított szolgáltatásokhoz, programokba irányítása, vagy életmódváltó programba befogadása;
 - a kliensek életmódváltó programokban való részvételének és eredményességének nyomon követése;
- a kistérségben működő, egészségfejlesztéssel foglalkozó intézmények, civil szervezetek és már zajló programjaik, valamint egészségfejlesztési tevékenységeik (programok, klubok) összegyűjtése, helyi adatbázis folyamatos vezetése;
- betegklubok kialakítása cukorbeteg és szív- és érrendszeri betegek számára, ezzel összefüggésben a beteg-együttműködés fejlesztését támogató tevékenységek megvalósítása;
- a házi orvosok által végzendő szűrővizsgálatokon való lakossági részvételt ösztönző, motiváló programok koordinálása.

Az Egészségfejlesztési Iroda támogató tevékenységei közé tartozik:

- a helyben zajló egészségfejlesztési tevékenységek folyamatos nyomon követése, illetve azok szakmai monitorozásában történő részvétel, szükség esetén módszertani segítségnyújtás; módszertani, szakmai támogatás a kistérség egészségügyi alapellátói számára, különösen a lakosság keretében végzendő szűrési tevékenységek kapcsán;
- kapcsolattartás a területen működő népegészségügyi szakigazgatási szervvel, a régióban/térségben működő más egészségfejlesztési irodákkal;
- egészségfejlesztési témájú helyi kommunikációs tevékenységek megvalósítása, ezen belül:

- tájékoztató anyagok, hírlevelek készítése a nyelvi, megértési nehézséggel küzdő, szociálisan hátrányos helyzetű lakosok számára is könnyen érthető (pl. ábrákat, rajzokat tartalmazó) elektronikus és papíralapú kiadványok, plakátok készítése, terjesztése, sokszorosítása;
- közérthető, írásos és grafikus tájékoztató anyagok, kiadványok tervezése, előállítása, sokszorosítása, (szórólap, plakát, leporelló, stb.);
- internetes tartalomszolgáltatás (önálló honlap kifejlesztése nem támogatható);
- helyi médiában rendszeresen megjelenő egészségfejlesztési témájú programok, tartalmak megvalósításának támogatása, helyi média érzékenyítése;
- egyéb kommunikációs eszközök alkalmazása (PR);
- egészségfejlesztéssel és az EFI tevékenységével kapcsolatban szakmai kommunikáció a kistérségi egészségügy alap- és szakellátásban dolgozók számára.

Az Egészségfejlesztési Iroda alapellátások egészségfejlesztési szerepét erősítő feladatai:

- a keringési betegségek kockázatára (beleértve a szénhidrát és a lipid-anyagcsere betegségeket is) irányuló szűrések, ahhoz kapcsolódó kockázatbecslés és tanácsadás;
- dohányzással kapcsolatos rövid intervenció;
- túlzott alkoholfogyasztással küzdők szűrése és rövid intervenció biztosítása, alkohol-betegek korai kezelésbe irányítása;
- életeseeményekhez kapcsolódóan krízishelyzetbe kerülő emberek azonosítása, támogató szolgáltatásba irányítása;
- öngyilkosság-megelőzés pszichiátriai kórállapotok korai azonosítása és kezelésbe irányítása;
- az alapellátás egészségfejlesztési többletfeladataihoz kapcsolódó felkészítés, helyi munkaértekezletek szervezése;
- betegek betegklubokba irányítása, betegklubokban szakmai tanácsadás nyújtása;
- terápiás beteg-együttműködés javítását támogató fejlesztések;
- a fentiekhez kapcsolódó adminisztratív feladatok és kistérségi koordinációjuk.

Az Egészségfejlesztési Iroda egészségfejlesztési programjai:

- Rendszeres, életvitelszerűen megjelenő testmozgást ösztönző programok szervezése, lebonyolítása a felnőtt lakosság részére;
 - közösségi szinten, elsősorban szabadterén, megszervezett, szakember által irányított testmozgás;
 - életmód-sport (pl.: futás, gyaloglás, aerobik, tánc, egyéb zenés mozgásformák) klubok létrehozása és működtetése.
- Dohányzás-megelőzés területén:
 - dohányzástól való leszokás támogatása a kistérségben az alapellátás és a kistérséget ellátó, dohányzás leszokás támogatást biztosító tudógondozó(k) együttműködésének javításával.
- Túlzott alkohol fogyasztás megelőzése területén:
 - helyi figyelemfelhívó, a jogszabályi környezet betartását támogató közösségi akciók; leszokást támogató klubszerű, önszervező tevékenységek megvalósítása.
- Lelki egészség helyi, kisközösségi programjainak megvalósítása, ezek keretében elsősorban:
 - az idősek közösségben tartását, szellemi és fizikai aktivitásuk megőrzését, fejlesztését célzó programok;

- életeseeményekkel összefüggő krízis-állapotok megelőzését, vagy azonosítását, vagy támogatásban részesítését célzó kisközösségi programok, benne önszorgító csoportok létrehozása, illetve ezen emberek támogató szolgáltatásba irányítása;
- szülői készségek javítását célzó közösségi tevékenységek (szülőklubok) támogatása.
- Könnyen elérhető szakszerű étrendi tanácsadás magas kockázatúak, elsősorban cukorbeteg, lipidanyagcsere-beteg, szív-érrendszeri betegek, elhízottak, és étrendjükön változtatni kívánó átlagos kockázatúak számára közösségi szinten.
- Könnyen elérhető szakszerű testmozgás-tanácsadás magas kockázatúak elsősorban cukorbeteg, lipidanyagcsere-beteg, szív-érrendszeri betegek, elhízottak, és életmódjukon változtatni kívánó átlagos kockázatúak számára közösségi szinten vagy könnyen elérhető egészségügyi szinten.

Az Egészségfejlesztési Iroda további tevékenységei:

- a kistérségben működő egészségügyi alap- és szakellátásban dolgozókat célzó egészségfejlesztési programok megvalósítása, különös tekintettel az egészségügyi dolgozók lelki egészségét, dohányzásról való leszoktatását támogató programok szervezése;
- érzékszervi megbetegedésekre, szájüregi daganat és rák megelőző állapotokra, valamint mozgásszervi betegségekre irányuló szűrések és kapcsolódó tanácsadás;
- a kistérség településein megvalósuló programokon való részvétel (pl.: egészségnap), kitelepülés;
- kistérségi egészségterv készítése, aktualizálása;
- egyéb egészségfejlesztési programok megszervezése és lebonyolítása a kistérségi egészségterv cselekvési tervében foglaltak szerint különösen az balesetmegelőzés területén.
- Egészségfejlesztéssel foglalkozó civil szervezetek, betegszervezetek, szakmai szervezetek egyéb rendszeres, a célcsoport aktív bevonásán, egészségfejlesztésen alapuló egészségfejlesztési tevékenységek

EFI által a projekt időszak alatt megvalósítandó feladatok:

EFI létrehozása

1. Szakmai SZERVEZETI KIALAKÍTÁS és működtetés, SZAKEMBERÁLLOMÁNY biztosítása - KÖTELEZŐ

Az iroda egészségügyi intézményi háttérrel biztosít a betegségmegelőzési, egészségfejlesztési projektelemekhez oly módon, hogy aktívan működteti, és tartós, kistérségi hálózatba integrálja a kistérségben egészségfejlesztési tevékenységet végző szervezeteket.

Az iroda javítja az egészségügyi ellátórendszer prevenciók tevékenységét azáltal, hogy a háziiorvosi körzetektől, valamint a szakrendeléstől az EFI irodába irányított életmódváltásra szorulókat, vagy saját elhatározásukból életmódváltást kezdeményezőket kockázatbecslés alapján életmódváltó programokba vonják be, és követik a programokban való részvételüket. Ennek elengedhetetlen feltétele, hogy az EFI munkatársai közvetlen kapcsolatot alakítsanak ki a célcsoportok tagjaival.

Szakember-igény:

Az EFI működését 2 fő alkalmazottal biztosítja.

Tartalom:

A működési rend részletesen tartalmazza:

- annak alapítójára, illetve felügyeleti és irányító szervére vonatkozó információkat,
- az iroda jogállását, típusát,
- gazdálkodási jogkörét,
- tevékenységi körét,
- dolgozók és szakmai vezető feladatait és hatásköreit,
- az alkalmazottak jogait,
- belső szabályzatokat,
- nyitva tartást és munkaidőt,
- az iroda projektfeladatait,
- belső dokumentációs rendszerének kialakítását, vezetését.

Eszközigény:

Nem releváns.

Időigény:

Infrastrukturális feltételek megteremtése

Szakember-igény:

nem releváns

Tartalom:

nem releváns

Eszközigény:

Nem releváns.

Időigény:

nem releváns

2. Infrastrukturális feltételek megteremtése – ESZKÖZBESZERZÉS – KÖTELEZŐ**Szakember-igény:**

A szakmai vezető és az EFI munkatársai feladata, a programokhoz és tevékenységeikhez, valamint az iroda felszereléséhez szükséges eszközök kiválasztása.

Tartalom és eszközigény:

A fent felsorolt szakemberek által megjelölt eszközök beszerzése

Lásd. Eszközlista

Eszközigény:

Nem releváns.

Időigény:

A projekt megkezdésétől számítva 3 hónap.

3. PARTNERSÉGI MUNKACSOPORT működtetése - KÖTELEZŐ**Szakember-igény:**

EFI munkatársak

Szakmai vezető

Partnerségi munkacsoport tagjai

Tartalom:**Partnerségi munkacsoport tagjai**

- Kistérség házi orvosai
- NSZSZ képviselője
- Kistérségi iroda képviselője
- EFI tagok
- Betegklubok vezetői, civil szervezetek képviselői
- Védőnők képviselője
- Szakmai vezető

Munkacsoport vezetője

- EFI vezető

Munkacsoport kötelezettségei, feladatai

- Életmódváltó programok megvalósításában való részvétel.
- A kistérséget érintő egészségfejlesztési programok ismerete, folyamatos nyomon követése, szakmai monitorozása, szervezésükhöz, lebonyolításukhoz szükséges szakmai, módszertani segítségnyújtás.
- A programok folyamatos nyomon követése, mely során kapott visszajelzések, tapasztalatok, a célcsoport szükségleteinek összegyűjtése, megbeszélése, felmerülő problémák megvitatása valamint a megoldási alternatívák kidolgozása és megvalósítása.

- A lakosság tájékoztatása a lehetséges kommunikációs csatornákon keresztül. A kommunikációs csatornák felé szükséges szakmai szöveganyag elkészítése, vagy arról való gondoskodás.
- A munkacsoport feladata a környező egészségfejlesztéssel foglalkozó szervezetekkel való kapcsolattartás fenntartása.
- Belső monitoring biztosítása, szükség esetén szakmai krízismenedzsment felállítása.
- Szakmai anyagok, programok tartalmi és formai megfelelőségéért
- A lakossági (kliens) állapotfelmérése és kockázatbecslés szerinti besorolása
- A kliensek programokba irányítása

Munkacsoport tevékenységei

- Kéthavonta megbeszélés, munkaértekezlet tartása, melyen a partnerségi munkacsoport tagjai és az aktuálisan meghívott egyéb szakemberek vesznek részt.
- Tapasztalatok, események, módosítási javaslatok megbeszélése, elmúlt időszak kiértékelése.
- Felmerülő problémák összegyűjtése, megbeszélése, megoldási alternatívák elkészítése, megvalósítási terv készítése majd a kivitelezés és eredmény nyomon követése, értékelése.
- *Félévente a munkacsoport vezetője rövid összefoglalót készít és beszámolót tart az elmúlt időszakra vonatkozóan.*

Eszközigény:

A megbeszélésekhez szükséges irodaszerek

Időigény:

2havonta (9 alkalom)

Célcsoport

Partnerségi munkacsoport, kistérségben együttműködő szakemberek

4. Szervezetek HELYI EGYÜTTMŰKÖDÉSÉNEK előmozdítása - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- EFI dolgozók
- Szakmai vezető
- Partnerségi munkacsoport

Tartalom:

Folyamatos és rendszeres kapcsolattartás az együttműködő partnerekkel.

Kapcsolattartás módja: telefonon, elektronikusan, személyesen, postai úton

Kapcsolattartás rendszeressége: szükség szerint, de havonta legalább egyszer

Az EFI dolgozók és szakmai vezető tájékoztatja az együttműködő partnereket a kistérségi egészségfejlesztő programokról, szűrésekről, rendezvényekről, tervezett változásokról.

Az együttműködő tagok is tartják a kapcsolatot az EFI-vel, és tájékoztatják a területükhöz kapcsolódóan bekövetkező változásokról, programok és szűrések kapcsán szerzett tapasztalatokról.

A megszerzett információkat és tapasztalatokat, jövőre irányuló szakmai elképzeléseket, javaslatokat, megvalósítási terveket a munkaértekezletek, workshop-ok alkalmával beszélik meg és egyeztetik az együttműködők.

Eszközigény:

Nem releváns

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport

Partnerségi munkacsoport, kistérségben együttműködő szakemberek

Életmódváltó programok megvalósítása

5. A lakosság (kliens) állapotfelmérése és kockázatbecslés szerinti besorolása - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Az EFI dolgozói
- Együttműködő háziorvosok
- Betegklub vezetők

Tartalom:

Az EFI tagok a projekt időtartama alatt valamennyi iskolát, óvodát, önkormányzatot, védőnői hálózatot, egészségügyi intézményt felkeresnek és elvégzik az ott dolgozók kérdőíves állapotfelmérését, mely alkalmával a kliensek programba irányítása és a programokkal kapcsolatos tájékoztatása is megtörténik.

A háziorvosok a rendelésükön megjelenő lakosság körében végzik el az állapotfelmérést.

A betegklubok vezetői a klubban megjelenő kliensek körében végzik el az állapotfelmérést. Az állapotfelmérés és kockázatbecslés az EFI kialakított belső dokumentációjának használatával, valamint a pályázati kiírásban melléklet kérdőívek alkalmazásával történik. Amennyiben a kliens nem rendelkezik az alapellátás keretében elvégzett keringési betegségekre vonatkozó kockázatbecsléssel, akkor az EFI a kockázatbecslés keretében minimálisan az alábbi vizsgálatokat végzi el (amennyiben valamelyik vizsgálat az alapellátásban 6 hónapon belül megtörtént, akkor csak az eredmény rögzítése szükséges, nem kell a vizsgálatot megismételni):

- *a vélt egészségi állapot felmérése (a WHO által javasolt, az Európai Lakossági Egészségfelmérés 2009-ben alkalmazott kérdőív segítségével)*
- *családi anamnézis felmérése az elsőfokú rokonok keringési betegségeire vonatkozóan (szívinfarktus, stroke, magas vérnyomás betegség) és a megbetegedések életkor szerinti jelentkezésére vonatkozóan*
- *a táplálkozási szokások felmérése (az Európai Lakossági Egészségfelmérés 2009 vonatkozó kérdései segítségével),*
- *a testmozgási szokások felmérése (az Európai Lakossági Egészségfelmérés 2009 vonatkozó kérdései segítségével)*

- *a dohányzási szokások felmérése (az Európai Lakossági Egészségfelmérés 2009 vonatkozó kérdései segítségével)*
- *a naponta dohányzók körében a nikotinfüggőség felmérése (Fagerström-félenikotin függőség teszt kérdőívvel) felmérése,*
- *az alkoholfogyasztási szokások és az alkoholfüggőség felmérése (Alkoholfogyasztási Rendellenességek Azonosítási tesztje (AUDIT-10) kérdőívvel),*
- *az ismertén cukorbeteg kivételével a 40 év felettek körében a FINDRISC kérdőív magyar változatának felvétele, a ≥ 12 pontot elért személyek esetén orális glukóztolerancia-teszt (OGTT) végzése, (Adatlap 2-es típusú cukorbetegség kockázatának felmérésére - Findrisc),*
- *40 év felett szérum őscholeszterin szint, HDL-choleszterin szint, LDL-choleszterin szint, triglicerid szint mérés*
- *vérnyomásmérés,*
- *boka-kar index számítás,*
- *testtömeg mérés,*
- *testmagasság mérés,*
- *testtömeg-index számítás,*
- *haskörfogat mérés*

Kiértékelés után egyénre szabott tanácsadás

- elkészíti a beteg kockázatbecslését
- szükség szerint rövid intervenciót végez
- Visszahívja kontrollra
- továbbküldi a beteget a megfelelő szakrendelésre, életmódváltó programokra, EFI irodába

Dokumentáció, adatküldés

- A páciens dokumentációjába rögzíteni szükséges az állapotfelmérés tényét, eredményét, javasolt további intézkedést
- A dokumentációkat, kitöltött kérdőíveket, a beteg adatlapját az állapotfelmérést végzők összegyűjtik, rendszerezik, és havonta eljuttatja az EFI irodába (elektronikusan és/vagy papír alapon (postán)).
- Az átadott-átvett dokumentációkról nyilvántartást kell vezetni. Felek aláírásukkal igazolják az átadás-átvétel megvalósulását

Adatbázisba való felvétel, archiválás, adatgyűjtés, adatkezelés, értékelés

- Az EFI iroda munkatársának feladata: az alapellátásból beérkezett dokumentációk, adatok tárolása, feldolgozása adatbázisba rögzítése, nyilvántartást vezetése.

Az egyén nyomon követése

- A betegek nyomon követése az EFI feladata. Az EFI adminisztrátora rendszeresen frissíti a nyilvántartást a lakosság körében elvégzett állapotfelmérésről.

Eszközigény:

Állapotfelméréshez szükséges hitelesített eszközök.

Időigény:

Az állapotfelmérés folyamatos.

Célcsoport:

Kistérség lakossága

6. A KLIENSEK PROGRAMOKBA IRÁNYÍTÁSA - KÖTELEZŐ**Szakember-igény:**

Az EFI dolgozói
Partnerségi munkacsoport tagjai
Együttműködő partnerek

Tartalom:

A lakosság programokba irányítása az EFI és együttműködő partnerek révén történik. Az EFI rendszeresen és folyamatosan kapcsolatot tart fenn a partnerekkel és tájékoztatja őket a kistérségi programokról, szűrésekről, rendezvényekről.

Az együttműködő partnerek vállalják, hogy a közvetlen környezetükben és a hozzájuk forduló lakosok körében az egészségfejlesztő, szűrő és egyéb életmódváltó programok kapcsán a tájékoztatását, programokba irányítását elvégzik.

Az EFI tagok a projekt időtartama alatt valamennyi iskolát, óvodát, önkormányzatot, védőnői hálózatot, egészségügyi intézményt felkeresnek és elvégzik az ott dolgozók kérdőíves állapotfelmérését, mely alkalmával a kliensek programba irányítása és a programokkal kapcsolatos tájékoztatása is megtörténik.

A résztvevők állapotfelmérése- kockázatbecslése után:

- egyénre szabott tanácsadás,
- kontrollra hívás
- továbbküldés egészségfejlesztő programokba, EFI irodába, betegklubokba, szakrendelésre
- kliensek adatbázisba való felvételének biztosítása

Eszközigény:

Nem releváns

Időigény:

Folyamatos tevékenység

Célcsoport:

Kistérség lakossága

7. A kliensek életmódváltó programokban való részvételének és EREDMÉNYESSÉGÉNEK NYOMON KÖVETÉSE - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

Az EFI dolgozóinak és a szakmai vezetőnek feladata, akiknek munkáját a partnerségi munkacsoport tagjai és az együttműködő partnerek segítik.

Tartalom:

Az EFI által alkalmazott dokumentációk és program használatával történik

- Nyilvántartási rendszer folyamatos frissítése
- Adatlapok, dokumentációk begyűjtése, tárolása, rendszerezése
- Partnerségi munkacsoport megbeszélésein a programok eredményességének vagy az eredménytelenségének megvitatása valamint az okok feltárása.
- Egyéni megbeszélés, tanácsadás formájában is át kell beszélni a pácienssel az eredményességet vagy eredménytelenség esetén az okokat.

Eszközigény:

Nem releváns

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

8. Kistérségben működő, egészségfejlesztéssel foglalkozó intézmények, civil szervezetek programjait, egészségfejlesztési tevékenységeik összegyűjtése, HELYI ADATBÁZIS folyamatos vezetése - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Külső, harmadik fél által igénybevett szolgáltatásként helyi adatbázis készítése szükséges.

Tartalom:

Az alkalmazott adatkezelő és nyilvántartó programot az EFI dolgozók használják a bevont lakosság adatainak gyűjtésére, tárolására, feldolgozására, elemzésére.

Adatbázis tartalmazza:

Lakossági, kistérségi adatok

- Az egyén adatait, családi anamnéziséit, állapotfelmérését, kockázatbecslés szerinti besorolását, nyomon követését,
- A kistérség egészségfejlesztésben résztvevő intézményeit, civil szerveződéseit, szakembereit;
- A kistérség azon szervezeteit, intézményeit, amelyek partnerek vagy azok lehetnek;
- A kistérség e témához kapcsolódó rendezvényeit, programjait, elérhetőségekkel;

Szakmai, módszertani adatok:

- szakmai anyagokat, friss statisztikákat, a partnerek által készített felméréseket, kiértékeléseket, összegzéseket, országos és nemzetközi programokat, EU ajánlásokat, jogszabályi háttérrel

- Egészségmegőrzéssel, egészségfejlesztéssel kapcsolatos nyomdai anyagokat, kommunikációs információkat, terveket, szakmai szövegezést a különböző szóróanyagokra, kiadványra vonatkozóan.

Fejlesztési lehetőség:

- Alapellátással összekötni az egyén anyagát, amely által az egyén háziorvosa is rálát az egészségfejlesztéssel kapcsolatos információkra.

Eszközigény:

Informatikai berendezések

Időigény:

Folyamatos. A kezdést követő 3. hónaptól folyamatos fejlesztés.

Célcsoport:

A programba bevontak és együttműködő partnerek.

9. BETEGKLUBOK kialakítása - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Klubvezetők

Tartalom:

Az Egészség Klubok preventív szemléletformáló, egészséges életmódra buzdító, közösségépítő kezdeményezések. Példamutatással szolgál, és figyelemfelhívó hatással bír, hogy a rohanó világunkban szánjunk időt magunkra az egészségmegőrzésünk érdekében. Az Egészség Klubok mindenki számára könnyen elérhető lehetőséget kínálnak a testi-lelki egészségfejlesztésre. Mozgás, táplálkozás, diétás tanácsadás lazítás, hasznos tippek, beszélgetések, tapasztalatcsere, közös tevékenységek szerepelnek terveink között. Szakterületük neves képviselőinek meghívásával, egy-egy témát boncolgatva ismerhetjük fel a változás, a változtatás igényét, valamint ismeretbővítéssel az életmódváltás igényét mozdítja elő.

Bevont települések száma

- A kistérség összes települése (9 település)

Klub megnevezése	Település megnevezése	Rendszeresség Óra/hó
LÉLEKERŐ-Egészség Klub – lelki problémával küzdők klubja	Vésztő Szeghalom Bucsa	3
Szívünk Egészségéért Klub- szív és érrendszeri betegek klubja	Déaványa Füzesgyarmat Körösladány	3
Leszok-6 Egészség Klub - alkohol, dohányzás megelőzése	Füzesgyarmat Déaványa Vésztő Körösújfalú	3
DIAB Egészség Klub - cukorbetegséggel és súlyproblémával küzdők klubja	Bucsa Füzesgyarmat	3

	Szeghalom	
Szülők Együtt Egészség Klub –egészséges életmód a családban	Vésztő Füzesgyarmat Körösladány	3
Főzzük-ki!-Egészség Klub	Bucsa Ecsefalva Kertészsziget	3

Klub megnevezése	Tevékenység rövid leírása
DIAB- Egészség Klub (cukorbetegek és súlyproblémával küzdők)	A diabéteszes és súlyproblémával küzdők és az érdeklődő lakosság körében e problémák megelőzésére biztosítanak lehetőséget a klubfoglalkozások. A foglalkozások szervezett irányított interaktív megbeszélés formájában teret biztosítanak a tapasztalatcserére, információ megosztásra, információbővítésre, felmerülő egyéni vagy csoportos problémák megvitatására-megoldására.
Szívünk Egészségéért Klub-szív és érrendszeri betegek klubja	A szív és érrendszeri problémákkal küzdő valamint, ezen problémák megelőzése, a lakosság egészségi állapotának megőrzése, javítása, helyreállítása a cél. A foglalkozások szervezett irányított interaktív megbeszélés formájában teret biztosítanak a tapasztalatcserére, információ megosztásra, információbővítésre, felmerülő egyéni vagy csoportos problémák megvitatására-megoldására.
LÉLEKERŐ Egészség Klub	A lelki egészségünk, a testi jólét forrása. Elhanyagolása hosszú távon a védekezőképesség, az immunrendszer gyengülésével jár, amely a testi problémákat, megbetegedést eredményezhet. Éppen ezért fontos odafigyelni, felismerni és időben kezelni a lelki problémáinkat. A klubfoglalkozásokon lehetőség nyílik tapasztalatcserére, információ megosztásra, információbővítésre, felmerülő egyéni vagy csoportos problémák megvitatására-megoldására.
Leszok-6 Egészség Klub - alkohol, dohányzás megelőzése	Túlzott alkoholfogyasztással küzdők és dohányzásról leszokni szándékozó lakosság részére a foglalkozások keretében lehetőség tapasztalatcserére, információ megosztásra, információbővítésre, felmerülő egyéni vagy csoportos problémák megvitatására-megoldására.
Szülők Együtt Egészség Klub – egészséges életmód a családban	A foglalkozások alkalmával lehetőség nyílik a szülők körében felmerülő nevelési, gyerekek kezelésével kapcsolatos problémák megbeszélésére. Egészséges táplálkozás és testmozgás alapjai. - életvezetési nehézségek elhárításának, feloldásának elősegítése, - segítségnyújtás szociális problémák miatt veszélyeztetett, illetve krízishelyzetben lévő személyeknek, - segítségnyújtás az egyének, a családok kapcsolatképességének javításához,
Főzzük-ki!-Egészség Klub	Az egészséges táplálkozás elhivatott szereplői. Egészséges étrend összeállítása, korszerű konyhatechnikai eljárások elsajátítása.

Klubok működése

- 1 fő klubvezető havonta meghatározott óraszámban megtartja a foglalkozásokat
- 3 havonta 1 fő előadó meghívása profilba vágó témában

Klubvezetők feladata

- a tagok motiváltságának fenntartása,
- programok szervezése,
- beszélgetések, foglalkozások lebonyolítása
- résztvevők nyilvántartása, nyomon követése, egyéb programokba irányítása
- A klubok működésének elterjesztése, a betegek klubokba toborzása, - kommunikációban való részvétel (együttműködés a szóróanyagok elkészítésében, célcsoporthoz való eljuttatásában, személyes toborzás)
- A klubok éves munkarendjének kialakítása.
- Hiteles és befogadható tanácsadás megvalósítása
- Folyamatos kapcsolattartás az EFI-vel
- EFI felé évente beszámoló készítése a működésről

Eszközigény:

DVD oktatófilmek

Egyéb szükséges eszközök – DVD lejátszó, lapmonitor, demonstrációs eszközök (ld. EFI eszközök)

Időigény:

Folyamatos- (havonta)- 18 hó

Célcsoport:

Kistérség lakossága

10. Szűrővizsgálatokon való lakossági részvételt ÖSZTÖNZŐ, MOTIVÁLÓ PROGRAMOK KOORDINÁLÁSA - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- EFI munkatársai
- Partnerségi munkacsoport

Tartalom:

Kommunikációs feladatok:

- Szóróanyagok, kiadványok készítése,
- Célcsoport és szakmai tartom megfelelőségének ellenőrzése, párhuzamosságok kiküszöbölése
- Meghívott előadókkal egyeztetés, koordinálásuk, részvétel ellenőrzése, párhuzamosságok kiküszöbölése
- A lakosság rendszeres tájékoztatása szóban, szóróanyagokkal, cikkekkel és médián keresztül a közelgő programokról, szűrésekről.
- A szűrések, programok rendszeres felülvizsgálata, figyelembe véve az aktuálisan felmerülő szükségleteket, népegészségügyi problémákat.

Eszközigény:

Nem releváns.

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

11. A helyben zajló egészségfejlesztési TEVÉKENYSÉGEK FOLYAMATOS NYOMON KÖVETÉSE, SZAKMAI MONITOROZÁSBAN történő részvétel, módszertani segítségnyújtás - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Szakmai vezető,
- EFI munkatársai,
- Partnerségi munkacsoport
- Tevékenységek megvalósításában résztvevő szakemberek, szervezők

Tartalom:

- Az EFI iroda munkatársai által vezetett adatbázis folyamatos feltöltése, nyilvántartási rendszer naprakészen tartása, adatok időszakos elemzése-értékelése.
- Az egyes tevékenységek és programok kapcsán a partnerségi munkacsoport tagjai segítik a szakmai monitorozásban az EFI tevékenységét.
- A kistérségi honlapon, egy külön az EFI tevékenységével és működésével kapcsolatosan kialakított felületen, a szakemberek és a lakosság számára biztosított lesz a kommunikáció és tájékoztatás.

Eszközigény:

Nem releváns.

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága- Együttműködő partnerek

12. MÓDSZERTANI, SZAKMAI TÁMOGATÁS A KISTÉRSÉG EGÉSZSÉGÜGYI ALAPELLÁTÓI SZÁMÁRA, különösen szűrési tevékenységek kapcsán - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- 1 fő egészségügyi szakember (felsőfokú egészségügyi végzettség, szakmai tapasztalat)

Tartalom:

A szakértő interaktív felmérést végez a célcsoport körében a szűrések során alkalmazott eszközök, módszerek és kivitelezés kapcsán.

A felmérést követően tájékoztató-megbeszélő szakmai műhelymegbeszélést tart a programok során alkalmazott eszközök, szakmai módszerek és informatikai programok használatáról, alkalmazásáról.

Rendszeresség:

A projekt kezdetén majd félévente 1x (összesen 4 alkalom)
Folyamatos rendelkezésre állás

Célcsoport:

Háziorvosi körzetek szakemberei, Iskola és ifjúság egészségügy szakdolgozói, programtervben együttműködő szakemberek

Tevékenységek:

- Elméleti rész: Interaktív megbeszélés során, felmérő és tájékoztató tevékenységet végez a célcsoport körében a kötelezően elvégzendő és ajánlott szűrésekkel kapcsolatos ismeretek, szakmai menetrend és kivitelezés kapcsán
- Gyakorlati rész: az életmódváló programok, szűrések során alkalmazott eszközök és informatikai programok megfelelő használatának alkalmazásának oktatása-ellenőrzése, gyakorlati szakmai, módszertani segítségnyújtás.
- Folyamatos kapcsolattartás biztosítása a problémák kiküszöbölése és mielőbbi megoldása végett

Eszközигény:

A program során alkalmazott eszközök (telemedicinális eszköz, EFI eszközei, ESG), gépek, készülékek. (Lásd eszközlista)

Időigény:

4 alkalommal

- A projekt kezdetén egyszer majd 6 havonta egy alkalommal
-

Célcsoport:

Háziorvosi körzetek szakemberei, Iskola és ifjúság egészségügy szakdolgozói, programtervben együttműködő szakemberek

13. KAPCSOLATTARTÁS a területen működő népegészségügyi szakig. szervvel, más egészségfejlesztési irodákkal - **KÖTELEZŐ**

Szakember-igény:

- Szakmai vezető
- EFI munkatársai
- ÁNTSZ
- Kistérségi iroda
- Háziorvosok képviselője

Tartalom:

Folyamatos és rendszeres kapcsolattartás

Kapcsolattartás módja

- telefonon, elektronikusan, személyesen

Kapcsolattartás rendszeressége

- szükség szerint, de havonta legalább egyszer

A szakmai vezető, EFI tag kapcsolatot tart fenn és tájékoztatja az együttműködő partnereket a kistérségi egészségfejlesztő programokról, szűrésekről, rendezvényekről, tervezett változásokról.

Az együttműködő partnereknek szintén lehetőségük van a kapcsolatfelvételre, jelzik a kistérségi programokhoz, egészségfejlesztési tevékenységhez, szűrésekhez kapcsolódó észrevételeiket, javaslataikat, területükön történő változások-módosítások bekövetkezését.

Eszközigény:

Nem releváns

Időigény:

Folyamatos- elektronikusan, telefonon, postai úton

Személyes megbeszélés, egyeztetés (4 havonta)- 4 alkalommal a program során

Célcsoport:

ÁNTSZ- képviselője, kistérségi iroda képviselője, EFI tagok

14. Egészségfejlesztési témájú kommunikációs tevékenység megvalósítása – KÖTELEZŐ

Kommunikációs ütemterv alapján, a projekt megvalósítási időszaka alatt folyamatosan.

15. Keringési betegségek kockázatára irányuló SZŰRÉSEK, KOCKÁZATBECSLÉS ÉS TANÁCSADÁS - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Külső szolgáltató - szakember
- Házi orvosok, asszisztensek
- EFI

Tartalom:

Az EFI tagok a projekt időtartama alatt valamennyi iskolát, óvodát, önkormányzatot, védőnői hálózatot, egészségügyi intézményt felkeresnek és elvégzik az ott dolgozók kérdőíves és fizikális állapotfelmérését, mely alkalmával a kliensek programba irányítása és a programokkal kapcsolatos tájékoztatása is megtörténik.

A házi orvosok a rendelésükön megjelenő lakosság körében végzik el a kérdőíves és fizikai állapotfelmérést.

Az állapotfelmérés és kockázatbecslés az EFI kialakított belső dokumentáció használatával, valamint a pályázati kiírásban melléklet kérdőívek alkalmazásával történik.

Állapotfelmérést követően

- Személyes interjúk,
- Kérdőíves alapján kockázatbecslés és szükség esetén továbbküldés
- Programok felajánlása, betegklubba irányítás
- Szóróanyag, mint meghívó a szűrésre.

Lakosság egészségi állapotának felmérése ESG készülékkel

Az ESG információt nyújt a szív, a vesék, a tüdő, a máj, a hasnyálmirigy, az emésztés, az agy, vagy akár a központi idegrendszer funkcionális állapotáról. Áttekintést nyerhetünk a hormonszintekről, oxidatív stresszről, vagy a vérgáz értékekről és sav-bázis egyensúlyról is.

AZ ESG ELŐNYEI - A teljes test egyidejű, non-invasive vizsgálata - Gyors: a probléma eredetének keresése során a beépített kockázat- elemző rendszer javaslatai alapján szűkíthető a vizsgálandó területek száma

Helyszínek

- Egészségnapok
Szervezett kitelepülés a településekre- az intézményekkel egyeztetett időpontban
- Önkormányzati intézmények
- Óvodák
- Iskolák

Eszközigény:

ESG készülék, szűrő kocsi

Időigény:

36 alkalommal

Célcsoport:

Kistérség lakossága

16. DOHÁNYZÁSSAL KAPCSOLATOS RÖVID INTERVENCIÓ az alapellátásban - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- háziorvosok asszisztensek
- EFI munkatársak
- Betegklub vezetők

Tartalom:

Az együttműködő partnerek kérdőíves felmérést készítenek és tájékoztatják a hozzájuk forduló lakosságot a problémájukhoz kapcsolódó egészségfejlesztési lehetőségekről, programokról.

A szakemberek a hozzájuk forduló lakosság körében az állapotfelmérést követően, amennyiben szükséges és megoldható rövid intervenciót végeznek az EFI működési rend mellékletében található kérdőív és útmutató szerint.

Ha az intervenció adott körülmények közt nem lehetséges – visszahívják vagy továbbirányítják a klienst.

Rövid intervenció esetén:

- Szóróanyagok átadása;
- tanácsadás a leszokás nehézségeiről, tapasztalatokkal;
- Felmérés a leszokás elkötelezettségére;

A résztvevők állapotfelmérése- kockázatbecslése után:

- egyénre szabott tanácsadás,
- kontrollra hívás
- továbbküldés egészségfejlesztő programokba, EFI irodába, betegklubokba, szakrendelésre
- kliensek adatbázisba való felvételének biztosítása

Eszközigény:

Demonstrációs eszközök – (Demo Zsuzsi, dohányos tüdő)

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

17. Túlzott alkoholfogyasztással küzdők szűrése, rövid intervenció biztosítása az egészségügyi alapellátásban, ALKOHOL-BETEGEK KORAI KEZELÉSBE IRÁNYÍTÁSA - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Házi orvosok, asszisztensek
- EFI tagok
- Betegklub vezetők

Tartalom:

A lakosság korai kezelésbe irányítása, állapotfelmérése, szűrése az EFI, házi orvosok, betegklub vezetők révén történik.

Az EFI rendszeresen és folyamatosan kapcsolatot tart fenn a házi orvosokkal, védőnőkkel és tájékoztatja őket a kistérségi programokról, szűrésekről, rendezvényekről.

Az együttműködő partnerek kérdőíves felmérést készítenek és tájékoztatják a hozzájuk forduló lakosságot a problémájukhoz kapcsolódó egészségfejlesztési lehetőségekről.

A résztvevők állapotfelmérése- kockázatbecslése után:

- egyénre szabott tanácsadás,
- kontrollra hívás
- továbbküldés egészségfejlesztő programokba, EFI irodába, betegklubokba, szakrendelésre
- kliensek adatbázisba való felvételének biztosítása

Rövid intervenció esetén:

- Szóróanyagok átadása;
- tanácsadás a leszokás nehézségeiről, tapasztalatokkal;
- Pszichés vagy gyógyszeres terápia felajánlása;
- EFI irodába, életmódváltó programokra, szakrendelésekre történő átirányítás;
- Csoportos terápia felkínálása
- Önsegítő csoportokba irányítás

Eszközigény:

Nem releváns

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

18. KRÍZISHELYZETBE KERÜLŐ EMBEREK AZONOSÍTÁSA, támogató szolgáltatásba irányítása - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Házi orvosok, asszisztensek
- Léleki egészség klubok vezetői
- Előadást-konzultációt tartó szakember
- EFI tagok

Tartalom:

Tevékenység

A házi orvos, betegklub vezető, szakember és az EFI-tagok által azonosított krízishelyzetbe kerülő páciensek

- tovább irányítása- Betegklubba, programokba, EFI irodába, szakszolgálatba

Eszközigény:

Nem releváns.

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

19. ÖNGYILKOSSÁG-MEGELŐZÉS pszichiátriai kórállapotok korai azonosítása és kezelésbe irányítása - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

Házi orvosok, asszisztensek
Léleki egészség klubok vezetői
Előadást-konzultációt tartó szakember
EFI tagok

Tartalom:

Tevékenység

A házi orvos, betegklub vezető, szakember és az EFI-tagok által azonosított krízishelyzetbe kerülő páciensek

- tovább irányítása- Betegklubba, programokba, EFI irodába, szakszolgálatba

Eszközigény:

Nem releváns.

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

20. Az alapellátás egészségfejlesztési többletfeladataihoz kapcsolódó felkészítés, helyi MUNKAÉRTEKEZLETEK SZERVEZÉSE - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Szakmai vezető
- EFI munkatársak
- Partnerségi munkacsoport
- Meghívott szakemberek

Tartalom:

- *Kéthavonta megbeszélés, **munkaértekezlet tartása**, melyen a partnerségi munkacsoport tagjai és szükség szerint az aktuálisan meghívott egyéb szakemberek vesznek részt.*
- Tapasztalatok, események, módosítási javaslatok megbeszélése, elmúlt időszak kiértékelése.
- Felmerülő problémák összegyűjtése, megbeszélése, megoldási alternatívák elkészítése,
- Megvalósítási terv készítése majd a kivitelezés és eredmény nyomon követése, értékelése.
- *Félévente a munkacsoport vezetője rövid összefoglalót készít és beszámolót tart az elmúlt időszakra vonatkozóan.*

Eszközigény:

Nem releváns.

Időigény:

2 havonta (összesen 9 alkalommal)

Célcsoport:

Meghívott partnerek

21. Betegek betegklubokba irányítása, BETEGKLUBOKBAN SZAKMAI TANÁCSADÁS nyújtása - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

Betegklub vezetők
EFI tagok
Szakemberek-előadók

Tartalom:

Az Egészség Klubok preventív szemléletformáló, egészséges életmódra buzdító, közösségépítő kezdeményezések. Példamutatással szolgál, és figyelemfelhívó hatással bír, hogy a rohanó világunkban szánjunk időt magunkra az egészségmegőrzésünk érdekében. Az Egészség Klubok mindenki számára könnyen elérhető lehetőséget kínálnak a testi-lelki egészségfejlesztésre. Mozgás, táplálkozás, diétás tanácsadás lazítás, hasznos tippek, beszélgetések, tapasztalatcsere, közös tevékenységek szerepelnek terveink között. Szakterületük neves képviselőinek meghívásával, egy-egy témát boncolgatva ismerhetjük fel a változás, a változtatás igényét, valamint ismeretbővítéssel az életmódváltás igényét mozdítja elő.

Rendszeresség

A klubokban 3 havonta meghívott szakemberek tartanak tájékoztató, ismeretbővítő interaktív foglalkozást, előadást ahol szakmai tanácsadásra is lehetőség van.

Klub megnevezése	Település megnevezése	Előadások és rendszeresség	Rendszeresség Óra/hó
LÉLEKERŐ- Egészség Klub – lelki problémával küzdők klubja	Vésztő Szeghalom Bucsa	- Lelki egészséget támogató előadások. Pszichológus vagy mentálhigiénikus előadás és konzultáció biztosítása (3 havonta 1x)	3
„Szívünk egészségéért” Klub - szív és érrendszeri betegek számára	Dévaványa Füzesgyarmat Körösladány	- Egészséges táplálkozás és diétás tanácsadás (4 havonta) - Dohányzással, alkoholfogyasztással, kapcsolatos tájékoztató, ismeretátadó demonstrációs, előadások (4 havonta 1x)	3
Leszok-6 Egészség Klub - alkohol, dohányzás megelőzése	Füzesgyarmat Dévaványa Vésztő Körösladány	- Dohányzással, alkoholfogyasztással, drogfogyasztással kapcsolatos tájékoztató, ismeretátadó demonstrációs, előadások (3 havonta 1x) - Pszichológus vagy mentálhigiénikus előadás és konzultáció biztosítása (4 havonta 1x)	3
DIAB- Egészség Klub - cukorbetegséggel és súlyproblémával rendelkezők klubja	Bucsa Füzesgyarmat Szeghalom	- Egészséges táplálkozás és diétás tanácsadás (3 havonta)	3
Szülők Együtt- Egészség Klub – egészséges életmód a családban	Vésztő Füzesgyarmat Körösladány	- Pszichológus vagy mentálhigiénikus előadás és konzultáció biztosítása (4 havonta 1x) - Egészséges táplálkozás és diétás tanácsadás (4 havonta) - Dohányzással, alkoholfogyasztással, drogfogyasztással kapcsolatos tájékoztató, ismeretátadó demonstrációs, előadások (4 havonta 1x)	3
Főzzük-ki! Egészség klub	Bucsa Ecsegfalva Kertészsziget	Egészséges táplálkozás és diétás tanácsadás (4 havonta)	3

Előadások és tartalmuk

Az előadások főbb tartalmi elemeit a szakmai vezető az EFI tagok közreműködésével határozza meg.

1. Egészséges, reform táplálkozás alapjai, diétás étrend előadások és tanácsadás:

Néhány tartalmi elem

- Egészséges étrend, reform élelmiszerek és konyhatechnikai eljárások
- Étrendünkben a tápanyagok arányainak napszaki elosztásának megfelelő összeállítása
- A cukorbetegség és súlyfelesleggel küzdők étrendi alapjai-kalóriaszámítás, étrend összeállítás
- Cukorbetegség és testmozgás helyes megválasztása

Helyszínek

- Diabétesz Klub- 3 havonta 1x
- Szülő Klub- 4 havonta 1x
- Szív és érrendszeri klub- 4 havonta 1x
- Főzzük ki! Egészség Klub 4 havonta 1x

Előadóval szembeni elvárások

- Minimum dietetikus képesítés és szakterületen szerzett gyakorlati tapasztalat

2. Dohányzás megelőzését, dohányzásról való leszokást támogató előadások

Néhány tartalmi elem

- Hogyan előzzük meg környezetünkben a rászokást
- Dohányzás káros hatásai
- Leszokás lehetőségei- módszerek
- Passzív dohányzás ártalmi- környezetre gyakorolt hatások
- Dohányzás, mint rizikó faktor

Helyszínek

- Káros szenvedélyek klubja- 3 havonta 1x
- Szülő Klub- 4 havonta 1x
- Szív és érrendszeri klub- 4 havonta 1x

Előadóval szembeni elvárások

- Felsőfokú egészségügyi végzettség

3. Alkohol és drogfogyasztás megelőzését támogató előadások

Néhány tartalmi elem

- Hogyan előzzük meg környezetünkben a rászokást
- Túlzott alkoholfogyasztás és drogfogyasztás káros hatásai
- Hogyan ismerjük fel környezetünkben a rászokást
- Drogok típusai- hatásai-veszélyei
- Leszokás lehetőségei-veszélyei- módszerek

Helyszínek

- Káros szenvedélyek klubja- 3 havonta 1x
- Szülő Klub- 4 havonta 1x
- Szív és érrendszeri klub- 4 havonta 1x

Előadóval szembeni elvárások

- Felsőfokú egészségügyi végzettség

4. Lelki egészség előadások

Néhány tartalmi elem

- Krízisállapotok, megküzdési módok, lelki trauma feldolgozásának módjai
- Segítségnyújtás, kezelési lehetőségek
- Megelőzés lehetőségei

Gyerekszichológia

- Gyerek pszichés fejlődésének szakaszai
- Nevelési nehézségek- megoldásuk

Helyszínek

- Szülő Klub- 4 havonta 1x
- Lelki egészség klub- 3 havonta 1x
- Szenvedélybetegek klubja- 4 havonta 1x

Előadóval szembeni elvárások

- Pszichológus vagy pszichiáter szakorvosi végzettség

Eszközigény:

Demonstrációs eszközök

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

22. TERÁPIÁS BETEG-EGYÜTTMŰKÖDÉS JAVÍTÁSÁT TÁMOGATÓ FEJLESZTÉSEK - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Kistérség háziorvosai

Tartalom:

Program időtartama

- 12 hónap

Vizitek, konzultációk száma

- 2vizit/12 hó: az orvos a projekt időtartama alatt 2x találkozik a beteggel (a program 2 hónapjában - állapotfelmérés és az eszköz átadása valamint a program utolsó hónapjában, amikor ismételt elvégzi az állapotfelmérést- eszköz visszavétele)
- A beteg egészségi állapotától függően az orvos bármikor visszarendelheti a beteget

Beválogatott populáció

Kritériumok

- Hypertóniás betegek

Bevont települések száma

- 6 település

Betegek száma, összetétele

- Célcsoport:30 fő

- Korosztály: 35-65
- Nem- vegyes

Alkalmazott program

- Web-alapú informatikai program

Menetrend, tevékenységek

Az eszközök a háziiorvosi rendelőkben kerülnek kiadásra.

Az asszisztens elvégzi a betegtájékoztatót, a készülék használatával kapcsolatos betegoktatást és a szükséges dokumentációkat aláírhatja a klienssel.

A beteg az orvos által meghatározott időben és gyakorisággal méri a vérnyomását, melyet a készülék automatikusan tárol.

Adatküldés: a beteg a készülékről hetente egyszer átküldi a mért értékeket a központi szerverre

Adatellenőrzés- adatelemzés: az EFI alkalmazottak hetente egyszer ellenőrzik a betegek küldött értékeit- kiugró értékek esetén jelzik a kezelőorvos felé a problémát. Az EFI alkalmazott havonta riportot készít a betegforgalommal, felmerülő problémákkal kapcsolatosan.

Az orvos az EFI által telefonon vagy elektronikusan jelzett problémás értékeket megtekinti a betegek adatlapján és eldönti a további szükséges szakmai teendőket. Ha szükséges felveszi a beteggel a kapcsolatot és kontrollra hívja. Az orvos a beteg elektronikus naplójába rögzíti a megtett intézkedéseket, melyet az EFI dolgozó folyamatosan nyomon követ.

Eszközigény:

Szolgáltató biztosítja

Időigény:

12 hónap

Célcsoport:

Bevont lakosok

23. Adminisztratív feladatok és KISTÉRSÉGI KOORDINÁCIÓ - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Szakmai vezető
- EFI munkatársak

Tartalom:

A szakmai vezető és EFI tagok felelőssége és kötelessége a kistérségben zajló minden a projekt keretében előirányzott program és tevékenység, megtervezése, kidolgozása, lebonyolítása, koordinálása, nyomon követése, ellenőrzése.

Az adatbázis alapján folyamatos nyilvántartási és kommunikációs háttér biztosítása. Minden eddig felsorolt feladat közben tartása, kommunikálása, az adatbázis folyamatos feltöltése, aktualizálása, szakmai lektorálása.

Az EFI feladata a projekten belül más egészségügyi szolgáltatók, kiemelten a háziorvosok prevenciós, szűrési többlet-tevékenységéhez szükséges támogatás.

Eszközigény:

Dokumentációs eszközök.

Időigény:

A projekt megvalósítása alatt folyamatosan!

Célcsoport:

Kistérség lakossága

Egészségfejlesztési programok megszervezése és megvalósítása

24. TESTMOZGÁST ÖSZTÖNZŐ PROGRAMOK - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Programvezetők, foglalkozást vezetők

Tartalom:

„ A Magyar Köztársaság állampolgárait megilleti a lehető legmagasabb szintű testi és lelki egészséghez való jog. A testkultúra az egyetemes kultúra része, az egészségvédelem (a megelőzés és a rekreáció) fontos eszköze, a szabadidő eltöltésének társadalmilag is hasznos módja. A testnevelés és a sport jelentős szerepet tölt be az ifjúság erkölcsi-fizikai nevelésében, a személyiség formálásában.”

Több embert érintő csoportos sportolásra és mozgásra ösztönző tevékenységek: kerékpározás, lovaglás, futás, gyaloglás, aerobik, gimnasztika stb.

Bevont települések száma

- a kistérség minden települése

Rendszeresség

- havonta 3 alkalommal 4 települése

Helyszínek

- főleg szabadban
- tornatermek, sportlétesítmények
- egészségnapokon

Szakemberrel szemben támasztott követelmény

- Minimum OKJ-s képesítés testmozgás szakember
- Szakmai gyakorlat és tapasztalat

Eszközigény:

Sporteszközök

Időigény:

A projekt időtartama alatt havonta

Célcsoport:

Kistérség lakossága

25. DOHÁNYZÁS-MEGELŐZÉS - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- EFI munkatárs
- Partnerségi munkacsoport
- Előadók-szakemberek

Tartalom:

A szakemberek, együttműködők a hozzájuk forduló a lakosság körében

- állapotfelmérés-kockázatbecslést,
- ha szükséges rövid intervenciót végeznek
- továbbirányítják a klienseket a programokba, szűrésekre, rendezvényekre

Dohányzás megelőzését, dohányzásról való leszokást támogató előadások

Néhány tartalmi elem

- Hogyan előzzük meg környezetünkben a rászokást
- Dohányzás káros hatásai
- Leszokás lehetőségei- módszerek
- Passzív dohányzás ártalmai- környezetre gyakorolt hatások
- Dohányzás, mint rizikó faktor

Helyszínek

- Káros szenvedélyek klubja- 3 havonta 1x
- Szülő Klub- 4 havonta 1x
- Szív és érrendszeri klub- 4 havonta 1x

Előadóval szembeni elvárások

- Felsőfokú egészségügyi végzettség

Eszközigény:

- Demo tárgyak (dohányzó zsuzsi)

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

26. TÚLZOTT ALKOHOLFOGYASZTÁS MEGELŐZÉS - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- EFI munkatárs
- Partnerségi munkacsoport
- Klubvezetők

Tartalom:

A lakosság körében állapotfelmérés-kockázatbecslés, prevenciót támogató előadás-tanácsadás, intervenció biztosítása.

A szakemberek, együttműködők a hozzájuk forduló a lakosság körében

- állapotfelmérés-kockázatbecslést,
- ha szükséges rövid intervenciót végeznek
- továbbirányítják a klienseket a programokba, szűrésekre, rendezvényekre

Túlzott alkoholfogyasztás és drogfogyasztás megelőzését és leszokást célzó előadások Néhány tartalmi elem

- Hogyan előzzük meg környezetünkben a rászokást
- Túlzott alkoholfogyasztás és drogfogyasztás káros hatásai
- Hogyan ismerjük fel környezetünkben a rászokást
- Drogok típusai-hatásai- veszélyei
- Leszokás lehetőségei-veszélyei- módszerek

Helyszínek

- Káros szenvedélyek klubja- 3 havonta 1x
- Szülő Klub- 4 havonta 1x
- egészségnapokon

Előadóval szembeni elvárások

- Felsőfokú egészségügyi végzettség

Eszközigény:

DVD- elektronikus oktatócsomag

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

27. LELKI EGÉSZSÉG HELYI, KISKÖZÖSSÉGI PROGRAMJAINAK megvalósítása - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- EFI tagok
- Partnerségi munkacsoport
- Pszichológus vagy pszichiáter vagy mentálhigiénés szakember

Tartalom:

Előadás- ismeretbővítés (3 alkalommal 6 havonta)

- Pszichiáter vagy pszichológus szakember által tartott interaktív előadás- ismeretbővítés

-

Cél

A krízishelyzetbe kerülő, lelki problémákkal küzdő, öngyilkossági gondolatokkal küzdő, páciensek felismeréséhez, azonosításához, továbbirányításához kapcsolódó ismeretek átadása.

Célcsoport

- A programban résztvevő szakemberek (EFI tagok, házi orvosok, asszisztensek, védőnők)

Előadó

Pszichiáter szakorvos vagy pszichológus

Tevékenység

A házi orvos, betegklub vezető és az EFI-tagok által azonosított páciensek:

- tovább irányítása- Betegklubba, programokba, EFI irodába, szakszolgálatba

Lelki egészség előadások és konzultáció biztosítása

- Betegklubokban
 - o LÉLEKERŐ Egészség Klub: 3 havonta 1x;
 - o Szülők Együtt Egészség Klub: 4 havonta 1x;
 - o Szenvedély betegek klubjában 4 havonta 1x;
- Alap és szakellátásban dolgozók körében -3x a projekt időtartama alatt

Előadó

- Minimum pszichológus, vagy mentálhigiénikus szakember

Eszközigény:

Nem releváns

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

28. Szakszerű ÉTRENDI TANÁCSADÁS - KÖTELEZŐ**Szakember-igény:**

- EFI tagok
- A témában előadó szakemberek- dietetikus vagy diabetológus

Tartalom:**1. Egészséges, reform táplálkozás alapjai, diétás étrend előadások és tanácsadás:****Néhány tartalmi elem**

- Egészséges étrend, reform élelmiszerek és konyhatechnikai eljárások
- Étrendünkben a tápanyagok arányainak napszaki elosztásának megfelelő összeállítása
- A cukorbetegség és súlyfelesleggel küzdők étrendi alapjai-kalóriaszámítás, étrend összeállítás
- Cukorbetegség és testmozgás helyes megválasztása

Helyszínek

- Diabétesz Klub- 3 havonta 1x
- Szülő Klub- 4 havonta 1x

- Szív és érrendszeri klub- 4 havonta 1x
- Főző Klub- 4 havonta 1x

Előadóval szembeni elvárások

- Minimum dietetikus képzés és szakterületen szerzett gyakorlati tapasztalat

Eszközigény:

Nem releváns

Időigény:

Folyamatos

Célcsoport:

Kistérség lakossága

29. Szakszerű TESTMOZGÁS-TANÁCSADÁS - KÖTELEZŐ

Szakember-igény:

- Testmozgás Szakember (minimum OKJ-s végzettség a testmozgás szakterületen)

Tartalom:

A mozgásszegény életmód, a helytelen táplálkozás, az elhízás és gyakran már gyerekkorban kialakult rossz testtartás következtében a mozgásszervi betegségek száma nagymértékben megnőtt az utóbbi évtizedekben. Az elmúlt 10 évben a gerincbetegségek megduplázódtak, és a fiatalok körében az utóbbi 20 évben a számuk ötszörösére emelkedett.

A mozgásszervi betegségek jelentős része megelőzhető

Meglepő adat, hogy az óvodás és kisiskolás gyerekek 60%-nál szignifikáns tartási rendellenesség mutatható ki, ami a lakosság korai gerincbántalmainak bizonyosan fontos tényezője. Rendszeres sportolással, a jó izomerő kialakításával, testsúly kontrollal, jól kiválasztott cipők, használatával a gerincbetegségek, alsóvégtagi artrózisok jelentős részben megelőzhetőek.

A csonttrikulás megelőzése szintén kisgyermek- és fiatalkorban kezdődik. A helyes táplálkozás, kalciumban, D vitaminban, fehérjékben gazdag étrend, napfény, sportolás az alapfeltétele a megfelelő csonttömeg megőrzésének.

Program

- kérdőíves felmérés és játékos interaktív tájékoztató megbeszélés a testmozgási, táplálkozási szokásokat illetően- (15-20 perc)
- testmozgás: gimnasztika és játék (tartásjavítás, koordináció és egyensúlyérzék fejlesztő és izomerősítő elemekkel) (35-40 perc)

Helyszínek

- kistérség óvodái és iskolái (a program időtartama alatt 2x)

Eszközigény:

Sporteszközök (lásd. Eszközlista)

Időigény:

Folyamatos: az iskolákkal és óvodákkal egyeztetett időpontokban 36 alkalom.

Célcsoport:

Kistérség gyermek lakossága (3-14 év)

Egyéb egészségfejlesztési tevékenységek – VÁLASZTHATÓ TEVÉKENYSÉGEK

30. KISTÉRSÉGI EGÉSZSÉGTERV készítése, aktualizálása - VÁLASZTHATÓ

Szakember-igény:

- Népegészségügyi szakember

Tartalom:

Kistérségi Egészségterv elkészítése.

Eszközigény:

Nem releváns.

Időigény:

A projektindulást követő első 3 hónapban

31. Kistérségben működő egészségügyi alap- és szakellátásban dolgozókat célzó egészségfejlesztési programok megvalósítása, különös tekintettel az egészségügyi dolgozók lelki egészségét, dohányzásról való leszoktatását támogató programok szervezése; - VÁLASZTHATÓ

Szakember-igény:

- EFI munkatársak
- szakemberek

Tartalom:

- Az EFI tagok a projekt időtartama alatt valamennyi egészségügyi intézményt. Egészségfejlesztéssel foglalkozó szervezetet felkeresnek és elvégzik az ott dolgozók kérdőíves állapotfelmérését.
- Interaktív tájékoztató és preventív szemlélet kialakítását ösztönző előadás megtartása (dohányzás, pszichés problémák témakörben)
- kliensek programba irányítása és a programokkal kapcsolatos tájékoztatása is megtörténik.

1. Dohányzás megelőzését, dohányzásról való leszokást támogató előadások

Néhány tartalmi elem

- Hogyan előzzük meg környezetünkben a rászokást
- Dohányzás káros hatásai
- Leszokás lehetőségei- módszerek
- Passzív dohányzás ártalmi- környezetre gyakorolt hatások

- Dohányzás, mint rizikó faktor

Előadóval szembeni elvárások

- Felsőfokú egészségügyi végzettség

2. Lelki egészség előadások

Néhány tartalmi elem

- Krízisállapotok, megküzdési módok, lelki trauma feldolgozásának módjai
- Segítségnyújtás, kezelési lehetőségek
- Megelőzés lehetőségei

Előadóval szembeni elvárások

- Pszichológus vagy pszichiáter szakorvosi végzettség

Rendszeresség

- 6 havonta a projekt időtartama alatt (3 alkalom)

Eszközigény:

Demo tárgyak- Dohányzó Zsuzsi

Időigény:

6 havonta

Célcsoport:

Kistérség egészségügyi dolgozói

32. Érzékszervi és szájüregi daganat valamint mozgásszervi megbetegedésekre irányuló SZÚRÉSEK ÉS TANÁCSADÁS - VÁLASZTHATÓ

Szakember-igény:

- Orvos
- asszisztens
- EFI munkatársak

Tartalom:

Az EFI tagok és szakemberek által végzett (kérdőíves felmérés), egészségnapokon az érzékszervek állapotának felmérése (fizikális vizsgálat) szájüregi daganatszűrés (fizikális vizsgálat) mozgásszervi szűrés (ortopédiai, reumatológiai- fizikális vizsgálat) végzése.

A szűréseket azon klienseknél végezzük el, akiknek az elmúlt 2 évben nem volt ilyen jellegű szűrésük

Érzékszervi és szájüregi daganatszűrés (fizikális vizsgálat)

Helyszín

Egészségnapokon- 18 alkalom

Szakemberigény

- orvosi végzettség

Eszköz

- pupillavizsgáló lámpa, hangvilla, látásvizsgáló tábla

Célcsoport

- 18-75 év

Mozgásszervi szűrés-ortopédiai (fizikális)**Helyszín**

Egészségnapokon- 9 alkalom

Szakemberigény

- orvosi végzettség (ortopédus)

Célcsoport

- mozgásszervi problémával rendelkező lakosság

Mozgásszervi szűrés-reumatológiai (fizikális)**Helyszín**

Egészségnapokon- 9 alkalom

Szakemberigény

- orvosi végzettség (reumatológus)

Célcsoport

- mozgásszervi problémával rendelkező lakosság

Egyéb tevékenységek

- Szórányanyagok átadása;
- Gyógyszeres terápia felajánlása;
- Szükség esetén EFI irodába, szakellátásba történő átirányítás;

Eszközigény:

Látásvizsgáló tábla; Hangvilla; Pupilla lámpa, látásvizsgáló tábla; reflexkalapács

Időigény:

Folyamatos- településenként 2 alkalommal

Célcsoport:

Kistérség lakossága

33. A kistérség településein megvalósuló PROGRAMOKON VALÓ RÉSZVÉTEL (PL. EGÉSZSÉGNAP), KITELEPÜLÉS - VÁLASZTHATÓ**Szakember-igény:**

- EFI tagok
- Előadók
- Szakemberek (testmozgás szakember)

Tartalom:

Előadások

Alkohol túlzott fogyasztásának megelőzését célzó előadások

Néhány tartalmi elem

- Hogyan előzzük meg környezetünkben a rászokást
- Túlzott alkoholfogyasztás és drogfogyasztás káros hatásai
- Hogyan ismerjük fel környezetünkben a rászokást
- Drogok típusai- hatásai-veszélyei
- Leszokás lehetőségei-veszélyei- módszerek

Egészséges táplálkozás alapjai előadás és diétás tanácsadás súlyproblémával küzdők és cukorbetegek körében

Néhány tartalmi elem

- Egészséges étrend, reform élelmiszerek és konyhatechnikai eljárások
- Étrendünkben a tápanyagok arányainak napszaki elosztásának megfelelő összeállítása
- A cukorbeteg és súlyfelesleggel küzdők étrendi alapjai-kalóriaszámítás, étrend összeállítás
- Cukorbetegség és testmozgás helyes megválasztása

Dohányzás megelőzése és káros hatásaira vonatkozó előadások

Néhány tartalmi elem

- Hogyan előzzük meg környezetünkben a rászokást
- Dohányzás káros hatásai
- Leszokás lehetőségei- módszerek
- Passzív dohányzás ártalmi- környezetre gyakorolt hatások
- Dohányzás, mint rizikó faktor

Előadó

- főiskolai egészségügyi végzettség
- dietetikus végzettség – (egészséges táplálkozás előadás és tanácsadás tekintetében)

Mozgásra ösztönző programok (2-3 órában)

- vetélkedők, játék
- aerobik, zumba, torna, futás stb.

Célcsoport

- kistérség lakossága

Egészséges táplálkozás jegyében közös főzés

- egészséges élelmiszerek, reform étrend
- egészséges konyhatechnikai eljárások

Helyszín

- sportlétesítmények

Eszközигény:

Dohányzó Zsuzsi, Ételpiramis,

Időigény:

2 alkalommal településenként- 18 alkalom

Célcsoport:

Kistérség lakossága

34. Egyéb egészségfejlesztési programok megszervezése és lebonyolítása a kistérségi egészségterv cselekvési tervében foglaltak szerint különösen, de nem kizárólag az alábbi területeken:- dohányzás, drog- és túlzott alkoholfogyasztás megelőzése; - lelki egészség megőrzése és fejlesztése; - baleset megelőzés. - VÁLASZTHATÓ

Szakember-igény:

- külső szolgáltató által
- Előadó: minimum felsőfokú egészségügyi végzettség

Tartalom:

A legtöbb európai országhoz hasonlóan, Magyarországon is a külső halálokok következtében veszítjük el a legtöbb gyermek- és fiatal életet egyéves életkor fölött. Több gyermek és ifjú hal meg balesetek következtében, mint együttvéve az összes betegség miatt.

A balesetek nagy része elkerülhető, valamint nagyon fontos az időben elkezdett elsősegélynyújtás, mellyel megelőzhető a halálos kimenetelű balesetek jelentős része.

Interaktív előadás és gyakorlati útmutató a gyerekkori balesetek és elsősegélynyújtás kapcsán

Cél

Elméleti és gyakorlati ismeretátadás, ismeretbővítés a leggyakrabban előforduló gyermekbalesetek ismerete és megelőzése valamint a gyerekelsősegély nyújtás kapcsán.

Főbb tartalmi elemek

- leggyakoribb gyermekbalesetek és megelőzésük módja
- elsősegélynyújtás és újraélesztés

Célcsoport

- EFI dolgozói,
- egészségügyi intézmények dolgozói,
- óvodák, iskolák, önkormányzatok munkatársai

Eszközigény:

Szakember által biztosított

Időigény:

36 alkalommal a program alatt az intézményekkel egyeztetett időpontokban

Célcsoport:

- EFI dolgozói,
- egészségügyi intézmények dolgozói,
- óvodák, iskolák, önkormányzatok munkatársai

35. Egészségfejlesztéssel foglalkozó civil szervezetek, betegszervezetek, szakmai szervezetek egyéb rendszeres, a célcsoport aktív bevonásán, készségfejlesztésen alapuló egészségfejlesztési tevékenységek. - VÁLASZTHATÓ

Szakember-igény:

- Előadó: minimum felsőfokú egészségügyi végzettség

Tartalom:

- elsősegélynyújtással kapcsolatos előadások
- veradás fontosságát hangsúlyozó előadások

Időigény:

Folyamatos - 14 alkalommal a program alatt az intézményekkel egyeztetett időpontokban

Célcsoport:

Kistérség lakossága

A tevékenységek megvalósításához szükséges eszközöket jelen projekt keretein belül kívánjuk megvásárolni, a szükséges rendezvényhelyszínek rendelkezésre állnak.

A projekt során a fenti tevékenységek megvalósításába az egész kistérségi lakosságot be kívánjuk vonni, melyhez a megfelelően kidolgozott kommunikációs ütemterv végrehajtása szolgál támogatásul. A fenti tevékenységek megvalósításának mindegyik a projekt céljait szolgálja, azaz azt, hogy a lakosság egészségi állapota javuljon. Továbbá a tevékenységek kapcsolódnak az Operatív Tervben, valamint az Akció Tervben meghatározott célokhoz, azaz a lakosság egészségének javításához, az egészségben eltöltött életevek számának növekedéséhez, a lakosság életminőségének javításához, közvetetten pedig az aktívan eltöltött életevek számának növekedéséhez, azaz a munkával töltött évek számának növekedéséhez.

A PROJEKT PÉNZÜGYI ELSZÁMOLÁSÁNAK ÁLLÁSA

MEGNEVEZÉS	ÖSSZEG
ELŐLEG	30 469 867 Ft
1. SZÁMÚ KIFIZETÉSI KÉRELEM	28 599 335 Ft
KIFIZETETT	28 599 333 Ft
2. SZÁMÚ KIFIZETÉSI KÉRELEM	17 961 533 Ft
KIFIZETETT	17 961 533 Ft
3. SZÁMÚ KIFIZETÉSI KÉRELEM	13 405 902 Ft
KIFIZETETT	13 405 902 Ft
4. SZÁMÚ KIFIZETÉSI KÉRELEM	17 693 048 Ft
KIFIZETETT	16 749 620 Ft
5. SZÁMÚ KIFIZETÉSI KÉRELEM	22 955 446 Ft
KIFIZETETT	Jelenleg elbírálás alatt van

Teljes támogatási összeg	121 879 470 Ft	
Kifizetési kérelemben elszámolt	99 671 834 Ft	81,78%
Még elszámolandó	22 207 636 Ft	18,22%