****

**budakörnyéki egészségprogram**

A Budakörnyéki Egészségprogram 2018-2030 a Budakörnyéki Önkormányzati Társulás (BÖT) népegészségügyi programja a BÖT lakosság egészségi állapotának javítása és a hosszabb, egészségesebb élet elérése céljából.

## Célkitűzések

* Egészséges életkezdet: az egészséges fejlődés biztosítása a fogantatástól a gyermekkor végéig
* Aktív, egészségben eltöltött életévek: hatékony betegségmegelőzés, a kockázati tényezők csökkentése, magas színvonalú egészségügyi ellátás
* Egészséges idősödés: az egészségi állapotnak megfelelő testi-lelki aktivitás elősegítése
* 2030-ra a nem fertőző betegségek okozta halálozás számottevő csökkentése.
* 2030-ra a dohányzás arányának számottevő csökkentése.

A programban résztvevő partnerek

A Budakörnyéki Önkormányzati Társulás 12 települése (Budakeszi, Biatorbágy, Perbál, Páty, Tinnye, Tök, Pilisjászfalu, Telki, Nagykovácsi, Budajenő, Remeteszőlős, Herceghalom), a Budakeszi Egészség Központ és az Országos Korányi Pulmonológiai Intézet.

A program kezdetekor a BÖT 12 településének polgármesterei, oktatási intézményei, háziorvosi praxisai és a helyi civil szervezetek, egyesületek bevonásra kerültek a programba, ezáltal biztosítva a tervezett intézkedések hatékony és széleskörű megvalósulását.

Az Egészségprogram további együttműködő partnerei:

Emberi Erőforrások Minisztériuma Egészségügyért Felelős Államtitkárság

Emberi Erőforrások Minisztériuma Köznevelésért Felelős Államtitkárság

Emberi Erőforrások Minisztériuma Sportért Felelős Államtitkárság

Egészségügyi Világszervezet (WHO)

Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet (OGYÉI)

Országos Mozgásszervi Intézet

Nemzeti Népegészségügyi Központ

Észak-Közép-budai Centrum, Új Szent János Kórház és Szakrendelő

Magyar Diáksport Szövetség (MDSZ)

Pécsi Tudományegyetem, ÁOK, Orvosi Népegészségtani Intézet

Biatorbágyi Egészségfejlesztési Iroda

Magyar Szabadidősport Szövetség (MaSport)

Reményt a Gyermekeknek Közhasznú Egyesület

A Budakörnyéki Egészség Program célkitűzései és a tervezett beavatkozások összhangban vannak a Kormány által jóváhagyott Nemzeti Egészségügyi Programokkal, Alapellátási Programmal és a kapcsolódó Népegészségügyi Szakpolitikai programmal, illetve az ENSZ és ezen belül az Egészségügyi Világszervezet egészség céljaival. Az Egészségprogram részletes célkitűzéseit és az eddig megvalósult programokat az 1. melléklet foglalja össze.

Az Egészségprogram fő pillérei

A Budakörnyéki Egészségprogram partneri együttműködésen alapuló járási népegészségügyi program, melynek célja, hogy segítse és erősítse a helyi szintű egészségfejlesztési és prevenciós tevékenységeket az akadémiai, civil és kormányzati szféra bevonásával.

A tudományos evidenciákon alapuló népegészségügyi beavatkozások a helyi prioritásokat figyelembevéve négy pillér mentén szerveződnek (1. ábra):

1. Gyermek egészségfejlesztési tevékenységek
2. Felnőtt egészségfejlesztési tevékenységek
3. Egészséges lakókörnyezet kialakítása
4. Egészségügyi szolgáltatások fejlesztése

1. Ábra: Budakörnyéki Egészségprogram felépítése

## A Budakörnyéki Egészségprogram 2021. évre tervezett tevékenysége

1. **Gyermek-egészség**

A gyermekek egészségének komplex fejlesztése a teljeskörű iskolai egészségfejlesztés (TIE: <http://egeszseg.hu/teljeskoru-iskolai-egeszsegfejlesztes-a-mindennapokban/a-teljeskoru-intezmenyi-iskolai-egeszsegfejlesztes-tie-rovid-osszefoglalasa.html>) hatékony megvalósításával történik, az új típusú koronavírus járvány miatt szükséges járványügyi intézkedések figyelembevételével.

* 1. **Egészséges táplálkozás elősegítése** (TIE I-es és IV-es tevékenységhez kapcsoltan)

A 2020-ban elkezdetett online dietetikai órák folytatása és kiterjesztése a BÖT iskoláiban az alsós osztályok számára. Az online órák alapvető fókusza az egészséges táplálkozás alapelveinek megismertetése, a gyerekek egészséges táplálkozás iránti motivációjának felkeltése/ fenntartása. Az online órák megvalósítói a Budakeszi Egészségügyi Központ dietetikusa, és a Biatorbágyi EFI dietetikusa.

*Költségigénye: nem igényel külön forrást a megvalósítás*

* 1. **Rendszeres örömteli testmozgás elősegítése** (TIE II-es tevékenységhez kapcsoltan)
* A Magyar Szabadidősport Szövetség Sportolj magadért programjának (<https://magadertsportolj.hu/#iskolai-sport-program>) adaptációja, amely a BÖT illetékességi területén működő 11 iskolában (Biatorbágyi Általános Iskola, Biai Református Általános Iskola, Széchenyi István Általános Iskola, Prohászka Ottokár Katolikus Gimnázium, Budajenői Általános Iskola, Nagykovácsi Általános Iskola, Bocskai István Magyar-Német Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola, Kis-forrás Német Nemzetiségi Általános Iskola, Kossuth Lajos Általános Iskola, Pipacsvirág Magyar-Angol Két Tanítási Nyelvű Általános Iskola, Herceghalmi Általános Iskola, Pilisjászfalui Dózsa György Általános Iskola) az alábbi három hónapos kihívás formájában kerül megvalósításra: „Kerüld meg a Földet az iskoláddal az Egyenlítő mentén! Hívd el barátaidat, családodat, gyűjtsétek a kilométereket tanintézményeteknek, tegyétek meg a leghosszabb távot 2021. március 01. és június 01. között. Teljes táv: 40 076 km.” A program célja a diákok iskolán kívüli szabadidősport tevékenységének elősegítése. Kihívás során az iskolák tanulói és családjuk, valamit az intézmény dolgozói együttesen gyűjtik az intézmény számára a lépéseket gyaloglás, kocogás, futás formájában. Minden olyan iskola, amely teljesíti a virtuális útvonalat díjazásban részesül. A győztes: az iskola egy tanulójára jutó leghosszabb virtuális távolságot teljesítő tanintézmény (az iskola csapata által összesen megtett távolság/az iskola tanulóinak száma). A megvalósításhoz szükséges, MaSport által 2020-ban kifejlesztett applikáció (https://magadertsportolj.hu/#download-app) és weblap (<https://magadertsportolj.hu/#mire-tudod-hasznalni>) a program szükségleteihez igazodva kerül továbbfejlesztésre a MaSporttal történő együttműködés keretében.

Iskolánként egy koordinátor bevonása tervezett.

* A Magyar Diáksport szövetség „Te is otthon, tesi otthon” programjának kiajánlása az iskolán kívüli rendszeres testmozgás elősegítése érdekében. A COVID-19 pandémiára való tekintettel, otthoni online testnevelés foglalkozásokon való részvételre motiváljuk a BÖT 12 általános iskolájának diákjait. A gyerekek részvételi kedvét motivációs ajándékokkal növeljük. A program az MDSZ-el és a Magyar Szabadidősport Szövetséggel együttműködésben kerül megvalósításra.

*A sportprogramok költségigénye – bruttó összegek:*

*Iskolai koordinátorok díjazása - 100.000 Ft/koordinátor: 11 00 000 Ft*

 *Motivációs ajándékok a gyerekeknek - 1 000 000 Ft*

*Motivációs díj a programban résztvevő iskoláknak 3 000 000 Ft*

*Az applikáció testre szabása – 400 000 Ft*

* 1. **Függőségek megelőzése, lelki egészség támogatása** (TIE III. tevékenységhez kapcsoltan)

A 2021-ben tervezett programok szerves folytatását képezik a 2019. januárjában a BÖT iskoláiban elkezdett iskolai függőség megelőzési programnak.

* A gyermekek lelki egészséget támogató pedagógiai módszerek fejlesztése a BÖT iskolában. Az egy naposra tervezett workshopon a résztvevő pedagógusok gyakorlatorientált foglalkozás keretében lehetőséget kapnak a lelki egészség erősítésére, megküzdési stratégiák fejlesztésére - főként kommunikációs fókusszal, mely egyúttal a pedagógus hivatásszemélyiség gondozását is magában foglalja. Ezeken túl játékos gyakorlatokkal, az érintett területre/témára szabott esetszimulációkkal, a kapcsolati készségek élő modellálásával és a tapasztalati tanulás módszerével fejlesztjük/bővítjük a pedagógusok gyermekek lelki egészséget támogató módszertanát. A tréning során a résztvevők kiegészíthetik vagy megerősíthetik korábban megszerzett tudásukat, kommunikációs képességüket.

*Költségigénye: 300 000,- Ft +Áfa/csoport- 3 000 000 Ft+ÁFA*

* Iskolai Hordozható Érintőképernyős Számítógép: "Ciki a cigi" hordozható érintőképernyős számítógép iskolai használata.

*Költségigénye: nem igényel külön forrást a megvalósítás*

* Dohányzásról szóló iskolai tematikus hét: A tematikus hét célja az életkori sajátosságoknak megfelelő szintű dohányzással kapcsolatos információk átadása, az egészséges életmód választását megkönnyítő attitűd formálása és a passzív dohányzás elleni aktív fellépés kialakítása.

*Költségigénye: nem igényel külön forrást a megvalósítás*

* Iskolai Lelki Egészség Csoport csoport: A csoport célja, hogy segítse az iskolában a gyermekek lelki egészségét támogató pedagógiai módszertanok széleskörű, mindennapos használatát és fejlesztését, valamint támogassa a pedagógusok hivatásszemélyiségének gondozását. A 6-12 főből álló pedagógus csoport 2021-ben a tanév során havonta egy szupervízióban részesül, amely lehetőséget ad esetfeldolgozásokra, konfliktusok hatékony kezelésére, lelki egészség támogató pedagógiai tudás gyarapítására, és a tantestület kohéziójának erősítésére. A program pilot jelleggel három iskolába kerül bevezetésre.

*Költségigénye: pszichológus/coach/tréner szakértői díj: 1 000 000 Ft + ÁFA*

* Szakember hálózat kialakítása (Egészségfejlesztési Irodák vagy jogutódjaik szakemberei, Kormányhivatalok Népegészségügyi Főosztályain dolgozó szakemberei és iskolapszichológusok), a pedagógusok részére függőség megelőzési módszerek oktatására, train-the-trainer képzéseken keresztül. A program az Országos Korányi Pulmonológia Intézet Országos Dohányzás Leszokást Támogató Módszertani Központ (DLTK) által 2019. évben megvalósított társas készségeket fejlesztő pilot módszertanát veszi alapul. A DLTK 2019. évi pilot program eredményeinek és tapasztalatainak összefoglalóját, valamint a program kiterjesztésére tett javaslatot a „Függőség megelőzés az iskolában - a Teljeskörű Iskolai Egészségfejlesztés hatékony megvalósításának elősegítése” c. dokumentum tartalmazza a 2020. februárban beküldött szakmai beszámoló részeként.

*Költségigénye: Az OKPI DLTK dohányzás prevenciós feladatok részeként valósulhat meg, ezért nem igényel külön forrást a megvalósítás.*

* 1. **Családi Életre Nevelés a Boldogabb Családokért program** bevezetése tervezett a Prohászka Ottokár Katolikus Gimnáziumban.

*Költségigénye: Az EFOP-1.2.6-VEKOP-17-2017-00001 – Családbarát ország pályázat keretében tervezett a megvalósítása.*

1. **Aktív korú lakosság és idősek körében végzett tevékenységek**
2. **Rendszeres örömteli fizikai aktivitás elősegítése, „Lépéssel** **nyerhetsz” program:**

A program célja a rendszeres, szabadban történő fizikai aktivitás ösztönzése a felnőtt lakosság körében a BÖT 12 településén. A program az egészséges testsúly megtartását, valamint a lelki egészséget, a mozgás szervrendszer és a kardiovaszkuláris rendszer egészségét támogatja. A „Lépéssel nyerhetsz” kihívás, a rendszeres szabadidősport tevékenység elősegítése mellett, „ernyőként” is szolgál a már jó bevált országos és térségi, a COVID-19 pandémiás helyzetet figyelembe vevő szabadidősport programok népszerűsítésére, valamint fejleszti a lakosság egészségértését. A programban az alábbi három kategóriához csatlakozhatnak a BÖT felnőtt lakosai:

1. Kategória: hetente 30 000 lépés megtétele, 2021. március 01. és június 01. között.
2. Kategória: hetente 45 000 lépés megtétele, 2021. március 01. és június 01. között.
3. Kategória: hetente 60 000 lépés megtétele, 2021. március 01. és június 01. között.

A lépések megtétele gyaloglás, kocogás vagy futás formájában elfogadott. A fenti kihívások közül egyre vállalkozhat a résztvevő. Mindhárom kategóriában a 18-65 év közötti, valamint 65 év feletti lakosok körében a MaSport által felajánlott #BeActive ajándékot sorsolunk ki havonta azok között, akik az adott hónapban teljesítik a vállalásukat. A program végéig a legtöbb kilométert megtevő 18-65 év közötti, valamint 65 év feletti lakosokat díjazzuk kategóriánként, ezek értelmében összesen 6 résztvevő kerül díjazásra a program végén.

. A lépések a MaSport által kifejlesztett applikációval (https://magadertsportolj.hu/#download-app) kerülnek mérésre, amely rögzíti a programban résztvevők korát, nemét és a lakhelyéül szolgáló települést. Ezek az adatok lehetőséget adnak a program megvalósulásának monitorozására, a részeredmények és végső eredmények kommunikálására. A beépített push notificationok az résztvevőket egyéni szinten motiválják a programperiódus alatt. Az applikációból adatokat lehet exportálni közösségi média felületre, így a kihívásnak közösség kovácsoló szerepe is van, és épít a közösség motiváló hatására is.

*Költségigénye: díjazás nettó 1 000 000 Ft*

* **„Lépéssel nyerhetsz”** program népszerűsítése

- három hónapos programperiódus

- célzott időszakos kommunikáció online platformokon + jó esetben országos online és offline médiafelületeken is

- célzott tematizált tartalomgyártás: promóciós videó a program előzetes népszerűsítéséhez, majd a program során kategóriánként aktualizált eseményközvetítés /6 videó + írott tartalmak/

- sajtótájékoztatóval egybekötött nyitó/ záró rendezvény a program végén

- célzott időszakos online promóciók, hirdetések alkalmazása hivatalos FB oldalakon

- a programban résztvevő partnerek közötti egyeztetett kommunikáció koordinálása

*Költségigény: gyártás (7-8 videó) + nyitó/záró esemény megvalósítása: 1.000.000 Ft + ÁFA/ 3 hónap*

1. **Alacsony sugárdózisú CT tüdőrák vizsgálati programban való részvétel (LDCT)**

Alacsony sugárdózisú CT-vel (LDCT) történő pilot tüdőrák vizsgálati program keretében, Budakeszi Egészség Központ és Biatorbágyi EFI bekapcsolódásával.

*Költségigénye: Az országos HUNCHEST 2 program keretében kerül megvalósításra, külön költségigénye nincs.*

1. **Dohányzás leszokás támogatás**
* Dohányzásról való leszokást támogató program

Mentálhigiénés támogatás és dohányzásról való leszokás támogatás megvalósítása a várandós gondozás alatt. A leszokás támogatásra kiképzett védőnők és szülésznők közreműködésével. OKPI koordinációjával megvalósuló programelem.

*Költségigénye: Nem igényel külön forrást a megvalósítás.*

* További tevékenységek:

A Budakörnyéki Önkormányzati Társulás területén működő Egészségfejlesztési Iroda dohányzásról való leszokás támogatásra kiképzett szakemberének közreműködése a háziorvosi praxisokkal (háziorvos, asszisztens, területi és iskolai védőnő) a lakosság - beleértve az általános és középiskolásokat - dohányzásmentes életmódjának elősegítése érdekében. Az OKPI Dohányzás leszokást Támogató Központ (DLTK) biztosítja a leszokás támogató továbbképzéseken való részvételi lehetőséget.

*Költségigénye: Nem igényel külön forrást a megvalósítás.*

1. **Légzőszervi betegségben szenvedő, BÖT területén élő betegek rehabilitációja**
* A Budakörnyéki Önkormányzati Társulás területén élő, krónikus légzőszervi betegségben szenvedő betegek légzőszervi rehabilitációját az Országos Korányi Pulmonológiai Intézet biztosítja.
* Az OKPI részt vesz a gyógytornászok, fizioterapeuták képzésében, beleértve a légzőszervi rehabilitációt segítő gyógyászati segédeszközök használatának oktatását.

*Költségigénye: Nem igényel külön forrást a megvalósítás.*

1. **A felnőtt és gyermek lakosság egészségi állapotának és egészségmagatartásának felmérése**

A hatékony egészségfejlesztési programok tervezéséhez szükséges, hogy a célpopuláció alcsoportjaira is megfelelő pontosságú becslések álljanak rendelkezésre azon jellemzőket tekintve, amelyek az egészségfejlesztési programok szempontjából relevánsak, különös tekintettel a társadalmi gazdasági tényezőkre, az egészségmagatartásra és az egészségi állapotra. A BÖT felnőtt és gyermek lakosságának körében tervezett reprezentatív felmérés célja, hogy alapot adjon a BÖT lakosság egészségére reflektáló, célzott egészségfejlesztési programok tervezéséhez, továbbá az Egészségprogram keretében megvalósított intervenciók hatékonyságának monitorozása. A felmérés a Központi Statisztikai Hivatallal (KSH) együttműködésben kerül megvalósításra. A mintavétel módszertanának kidolgozását, a felmérés lebonyolítását és az adatok értékelését a KSH végzi. A felnőtt lakosság körében az Európai lakossági egészségfelmérés 2019 kérdőíve kerül lekérdezésre. A gyermek felméréshez a Gyermek Tápláltsági Állapot Vizsgálat (Childhood Obesity Surveillance Initiative, COSI), az Iskoláskorú Gyermekek Egészségmagatartása (Health Behaviour in School- Aged Children, HBSC) és a Nemzetközi Ifjúsági Dohányzás Felmérés (Global Youth Tobacco Survey, GYTS) validált kérdőíveit használjuk, melyek lehetőséget adnak a régió specifikus adatainak országos és nemzetközi összehasonlítására is. A KSH elemzi a Budakeszi járásban a halálozási adatokat, nem és életkor szerinti bontásban.

*Költségigénye: 40 millió Ft*

1. **Egészséges lakókörnyezet kialakítása**
2. **Az egészséges környezet és a testmozgás előmozdítását is szolgáló „Zsámbéki-medencei kerékpár turisztikai hálózat fejlesztése”**

A kerékpár hálózat fejlesztése lehetőséget fog biztosítani arra, hogy a Budakörnyéki Önkormányzati Társulás területén található erdőket ne csak gyalogosan, hanem kerékpárral lehessen bejárni, egyéni kerékpárosoknak, családoknak, baráti társaságoknak. Az útvonalak elsődlegesen nem a gépjárműforgalommal terhelt (szennyezett levegőjű) utak mellett fognak haladni, hanem az erőkön mezőkön keresztül érintve a Zsámbéki medence természeti látnivalóit. Ezzel is csábítva az embereket a testmozgásra, a szabadba való kimozdulásra.

*A megvalósítást a Budakörnyéki Egészség Társulás saját forrásból biztosítja.*

1. **Budakörnyéki Önkormányzati Társulás területén a szabadidő és versenysport lehetőségek összegyűjtése, az adatbázis rendszeres frissítése, kapcsolódó lakossági kommunikáció**

A Biatorbágyi Egészségfejlesztési Irodával együttműködésben valósul meg.

*Költségigénye: külön költségigénye nincs.*

1. **Budakörnyéki Egészségprogram kommunikációja a Budakörnyéki Önkormányzati Társulás településein**

A Budakörnyéki Egészségprogram csak abban az esetben érheti el a kívánt célját, ha mind az országos, mind a helyi sajtóban (elsősorban a Budakörnyéki Önkormányzati Társulás településein) aktuálisan és rendszeresen bemutatásra kerül a Budakörnyéki Egészségprogram, illetve annak egyes elemei, a követendő jó példák.

**A Budakörnyéki Egészségprogram optimális megjelenési platformjai:**

* Országos közszolgálati és kereskedelmi médiumok (online és offline egyaránt)
* Online megjelenések: a Programban résztvevő partnerek weboldalai, a partnerek Facebook hivatalos platformjai (esetenként Instagram, ahol ez már adott)
* Brossúrák, szórólapok tervezése, nyomtatása
* Nyomtatott hirdetések: a program elemeire vonatkozó ismeretterjesztő, betegedukációs print tartalmak népszerűsítése lokálisan

*Fentiek költségigénye: 250 000 Ft + ÁFA/ hó = 3 492 000 Ft*

* A Budakörnyéki Egészség Program weblapjának releváns szakmai tartalommal való feltöltése és folyamatos frissítése: részállású koordinátor végzi
* *A média felületeken megjelenő szakmai anyagok lektorálása: Nettó 50 000 Ft + járulékok/ hó=977 300 Ft*
* *Részállású kommunikációs referens bruttó bére: 250 000 Ft/ hó= 3 176 000 Ft*
* A gyermekek egészségének komplex fejlesztése: az egészséges táplálkozás elősegítése, a rendszeres örömteli testmozgás, meglévő jó gyakorlatok bemutatása: *BÖT online felületein való rendszeres aktualizálás*
* Szeniorok mozgásélményének propagálása, meglévő jó gyakorlatok bemutatása: *BÖT online felületein való rendszeres aktualizálás*
* Dohányzás prevenció és dohányzásról való leszokás támogatás: a dohányzásmentes életmód támogatása, a dohányzás káros hatásainak bemutatása: *BÖT online felületein való rendszeres aktualizálás*
* HUNCEST-2: Az alacsony sugárdózisú CT-vel végzett tüdőrák korai felismerés bemutatása, népszerűsítése: *BÖT online felületein való rendszeres aktualizálás*
* Keringési program lakossági kommunikációja
* Emlő-, méhnyak- és vastagbélszűrő program lakossági kommunikációja
* Melanoma kockázatcsökkentő program lakossági kommunikációja
1. **Egészségügyi szolgáltatások fejlesztése a Budakeszi Egészség Központban (BEK)**
2. **SZÍV- ÉS ÉRRENDSZERI MEGBETEGEDÉSEK PREVENCIÓJA, GONDOZÁSA, KÖVETÉSE**

A fejlesztés során a ”Három generációval az egészségért” program eredményeit felhasználva, azokat fejlesztve alakítunk ki egy betegközpontú, koordináció-orientált gondozási központot. Ehhez informatikai fejlesztés és 1 fő főállású koordinátor szükséges.

Célunk a kapcsolattartás az alapellátásban dolgozó háziorvosokkal. A keringési betegségben szenvedő betegek adatainak pontos, jól dokumentált rögzítése történne a központban, majd a betegutat követve, koordinálva segítenénk a beteg terápiáját és rehabilitációját. A keringési program a háziorvosok, a Budakeszi Egészség Központ szakorvosai, gyógytornásza, dietetikusa, pszichológusa, az OKPI és a Biatorbágyi EFI bevonásával, a GOKI-val és a BIK-kel együttműködésben valósulhatna meg.

Az érbetegek kivizsgálását követően célunk a gondozási feladatok népegészségügyi szemléletű, egyénre szabott ellátása, az alkalmazott terápia áttekintése és a gyógyszeres terápia tekintetében a betegek terápiás együttműködésének javítása, az életmód-változtatás támogatása. Ebben számítunk egyrészt a Városmajori Szív- és Érgyógyászati Klinika szakmai segítségére konzultációs szinten, illetve a dietetikus, klinikai szakpszichológus, gyógytornász kollégák együttműködésére az egyénre szabott, életmód-változtatás központú terápia kialakítása érdekében.

*Költségigénye: Bérköltség: 7 000 000 FT bérköltség + 10 000 000 FT informatikai fejlesztés*

1. **A SZERVEZETT, CÉLZOTT NÉPEGÉSZSÉGÜGYI SZŰRŐVIZSGÁLATOKON TÖRTÉNŐ LAKOSSÁGI RÉSZVÉTEL NÖVELÉSE**

A fejlesztés során a ”Három generációval az egészségért” program eredményeire támaszkodva, az Nemzeti Népegészségügyi Központtal és a Kormányhivatalokkal együttműködésben a szervezett, célzott népegészségügyi emlő-, méhnyak- és vastagbélszűrésen történő lakossági részvétel növelésére kerül sor.

o Méhnyakszűrés citológiai vizsgálattal, 25-65 éves nőnknél: egyszeri negatív vizsgálatot követően 3 évente

o Mammográfiás emlőszűrés: 45-65 éves nőknél, 2 évente, akkreditált mammográfiás szűrőközpontban

o Vastagbélszűrés 50-70 év közötti férfiaknál és nőknél: első lépésben székletvér immunkémiai kimutatásával, majd második lépésben a nem negatív személyeknél colonoscopiás vizsgálattal

*Költségigénye nincs.*

1. **MELANOMA KOCKÁZATCSÖKKENTŐ PROGRAM**

A melanoma kockázatának csökkentése és korai diagnózisának megvalósítása komplex oktatási programmal. Együttműködés az iskolákkal és a szülőkkel (a védőnői hálózat segítségével). A gyanús bőrelváltozások bőrgyógyász szakorvosi vizsgálata. A szülők és gyermekek figyelmének felhívása a túlzott napsugárzás káros hatásai elleni védekezés fontosságára. A pedagógusok, szülők és gyermekek számára információs anyagok kidolgozása.

*Költségigénye: 3 000 000 Ft grafikai tervezés, nyomtatás, sokszorosítás, 3 176 000 Ft részállású koordinátor éves díja*

1. **MOZGÁSSZERVI BETEGSÉGBEN SZENVEDŐ, BÖT TERÜLETÉN ÉLŐ BETEGEK REHABILITÁCIÓJA**

A Budakörnyéki Önkormányzati Társulás területén élő, krónikus mozgásszervi betegségben szenvedő betegek mozgásszervi rehabilitációját az Országos Mozgásszervi Intézet biztosítja. Az együttműködés során a BEK reumatológiai és ortopédiai szakrendeléseiről segítenénk a betegek mozgásszervi rehabilitációjának koordinálását.

*Költségigénye: Nem igényel külön forrást a megvalósítás.*

**A Budakörnyéki Egészség Program 2021. évi költségterve – költségvetési vagy EU forrásból javasolt a megvalósítás:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tevékenység** | **Bruttó (Ft)** | **SZOCHO-val együtt (Ft)** |
| **Gyermek-egészség elősegítése** |   |   |
| **Rendszeres örömteli testmozgás elősegítése**  |   |
| Iskolai koordinátorok díjazása | 1 100 000 | 1 270 500 |  |
| Motivációs ajándékok a gyerekeknek  | 1 000 000 | 1 000 000 |  |
| Motivációs díj iskoláknak  | 3 000 000 | 3 000 000 |  |
| Applikáció testreszabása  | 400 000 | 400 000 |  |
| **Függőségek megelőzése, lelki egészség támogatása** |
| Iskolai workshopok trénereinek díja | 3 810 000 | 3 810 000 |  |
| Iskolai Lelki Egészség Csoport pszichológus, coach, tréner díja | 1 270 000 | 1 270 000 |  |
| **Aktív korúak és idősek egészségét segítő tevékenységek** |
| Lépéssel nyerhetsz program első 3 helyezettjének díjazása | 1 538 462 | 1 776 923 |  |
| Lépéssel nyerhetsz program népszerűsítése | 1 270 000 | 1 270 000 |  |
| Járási szintű egészségmagatartás felmérés gyermek és felnőtt lakosságban. Halálozási adatok elemzése. | 40 000 000 | 40 000 000 |  |
| **Gyermekek +aktív korúak +idősek egészségfejlesztése összesen** | **53 388 462** | **53 797 423** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Egészséges lakókörnyezet kialakítása** |   |
| **Tevékenység** | **Bruttó (Ft)** | **SZOCHO-val együtt (Ft)** |  |
| Részállású kommunikációs szakember díja | 2 750 000 | 3 176 250 |  |
| Budakörnyéki Egészség Program média megjelenései | 3 492 500 | 3 492 500 |  |
| Média felületeken megjelenő anyagok szakmai lektorálása | 846 154 | 977 308 |  |
| **Összesen** | **7 088 654** | **7 646 058** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Egészségügyi szolgáltatások fejlesztése** |   |
| **Tevékenység** | **Bruttó (Ft)** | **SZOCHO-val együtt (Ft)** |  |
| Keringési program: 1 fő főállású koordinátor + szoftver fejlesztés | 14 718 615 | 17 000 000 |  |
| Melanoma kockázatcsökkentő program grafikai tervezés, nyomtatás | 3 000 000 | 3 000 000 |  |
| Melanoma kockázatcsökkentő program részállású koordinátor éves díja | 2 750 000 | 3 176 250 |  |
| **Összesen** | **20 468 615** | **23 176 250** |  |

**A Budakörnyéki Önkormányzati Társulás 2021. évi forrás igénye mindösszesen:**

**bruttó 80 945 730 Ft, szociális hozzájárulással együtt 84 619 231 Ft.**

1. **számú melléklet**

**Szakmai koncepció összefoglalása és előzmények**

Az egészségmagatartás kedvező irányú változtatásához fejleszteni kell az egyének és közösségek egészségtudatosságát, az egészséghez és az egészségügyhöz való viszonyulását, hozzáférését, és a Budakörnyéki Régióban élők egészségkultúráját. Kiemelt figyelmet kell fordítani a gyermekek körében végzett egészségfejlesztésre, elsődleges megelőzésre– az egészséges környezet biztosításával is -illetve a gyermekegészségügyi ellátás fejlesztésére. Kiemelt intézkedés a teljeskörű óvodai és iskolai egészség fejlesztés segítése. A gyermekek egészségfejlesztésének és a körükben végzett hatékony prevenciónak feltétele a szülők egészségkultúrájának fejlesztése. A mindennapos testnevelés, a rendszeres egészségfejlesztő testmozgás iránti motivációt növelni és a megvalósítás feltételeit javítani szükséges. Elő kell segíteni az együtt mozgás örömét, valamint a testmozgás általi sikerélmények megélését. A gyermekek és családok egészséges táplálkozásának és lelki egészségének elősegítése, a szerfüggés és ezen belül a dohányzás megelőzése, illetve a dohányzás leszokás támogatása is kiemelt fontosságú. A számos krónikus nemfertőző betegség kockázatát növelő gyermekkori elhízás megelőzése stratégiai feladat. A munkaképes korúak elkerülhető halálozásának csökkentéséhez az egészségügyi ellátórendszer prevenció fókuszú áthangolása szükséges, és fontos feladat a szolgáltatásokhoz való hozzáférés területi és társadalmi esélyegyenlősége.

**Népegészségügyi prioritások**

* A gyermekkori elhízás és függőségek kialakulásának megelőzése.
* A keringési, légzőszervi és mozgásszervi betegségek megelőzése, korai felismerése és hatékony gondozása.
* A rosszindulatú daganatos betegségek korai felismerése és gondozásba vétele.
* A lelki egészség és jóllét támogatása.
* A népegészségügyi prevenció, az alapellátás, a sürgősségi ellátás és a járóbeteg-szakellátás összehangolt fejlesztése
* Egészséget támogató lakókörnyezet kialakítása

A program kiemelt prioritása a gyermekek egészségének komplex fejlesztése, melynek koncepcióját a 2. ábra szemlélteti:



**2018-2019-ben a WHO és EMMI együttműködésben megvalósult programok**:

1. **Egészségfelmérés**

A 2019. április 1. és június 15. között lezajlott egészségfelmérés célja a BÖT településein a 6-14 éves korosztály egészségi állapotának felmérése a program indulásakor, a települések és az egyes iskolák közötti különbségek feltárása, annak érdekében, hogy az Egészségprogram elemeit az egyes települések és iskolák jellemzőihez, szükségleteihez lehessen igazítani, továbbá alapot szolgáltat az Egészségprogram beavatkozásainak monitorozásához. A felmérés validált módszertan alkalmazásával valósult meg.

1. **Függőség megelőzés az iskolában -** a Teljeskörű Iskolai Egészségfejlesztés hatékony megvalósításának elősegítése

A program célja a dohányfogyasztás visszaszorítása és a dohánytermékek fogyasztására való rászokás megelőzése az általános iskolai tanulók körében. Az iskolai dohányzás visszaszorítását célzó program három fő részből állt.

1. Iskolai Hordozható Érintőképernyős Számítógép: "Ciki a cigi"hordozható érintőképernyős számítógép 2019. január 21-én átadásra került a BÖT iskolái számára a Széchenyi István Általános Iskolában, Budakesziben. A számítógép a BÖT iskolái közötti rotációját az Önkormányzat végzi.
2. Asszertív kommunikációt fejlesztő képzés pedagógusok számára, multiplikátor képzés: A programban a pedagógusok olyan készségei kerültek fejlesztésre, amelyek hosszú távon, a mindennapi pedagógiai munkába beilleszthetőek, továbbá direkt és indirekt módszereken keresztül segítik a gyermekek lelkiegészségének helyreállítását, megtartását. Módszertan alkalmazásával a pedagógus saját lelki egészségét is támogatja, javítja, hozzájárul a kiégés prevenciójához. A képzések Budajenőn és Budakesziben valósultak meg 11 iskolából 28 pedagógus részvételével.
3. Dohányzásról szóló iskolai tematikus hét: A képzésen résztvevő pedagógusok a munkahelyükön a tanári kar bevonásával bonyolították le helyben a dohányzásról szóló tematikus hetet 2019. májusában. A tematikus hét célja az életkori sajátosságoknak megfelelő szintű dohányzással kapcsolatos információk átadása, az egészséges életmód választását megkönnyítő attitűd formálása és a passzív dohányzás elleni aktív fellépés kialakítása volt. A pedagógusok az egyes tantárgyak tematikájába illesztve dolgozták fel a dohányzást, ezen túlmenően a témát műhelymunka keretében (prezentációk, rajzok, poszterek, kollázsok stb.) is megjelenítették a diákok.
4. **Az egészséges testsúly elősegítése** - a Teljeskörű Iskolai Egészségfejlesztés I.-II. tevekénységeinek elősegítése

**Egészséges Táplálkozás**

1. Egészségfejlesztés: Az iskolai egészségfejlesztéshez a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége, az OGYÉI és a NÉBIH által kidolgozott módszertani anyagok kerültek kiajánlásra az iskolák számára. <http://www.okostanyer.hu/>, <http://www.ogyei.gov.hu/happy/>, [https://merokanal.hu](https://merokanal.hu/), <http://eteltcsakokosan.hu/>. A Biatorbágyi EFI-vel együttműködésben a fent említett anyagok az egészségnapokon a szülők számára is ismertetésre kerültek a szülők egészségműveltségének/egészségtudatosságának növelése érdekében.
2. OGYÉI menzaprogram: Az „Egészséges táplálkozást ösztöntő iskola” program a Budakörnyéki Egészségprogram 2018-2030 népegészségügyi programba integrálva valósult a BÖT iskoláiban. A program célja a közétkeztetési rendelet szélesebb körben történő elfogadtatása, a gyermekek egészséges táplálkozásra nevelése volt, a szülők, pedagógusok és az iskolai közétkeztetés további szereplőinek (közétkeztető, élelmezésvezető, önkormányzat/iskolafenntartó, iskola-egészségügyi személyzet) bevonásával.

**Mindennapos testnevelés minden tanulónak az egészségfejlesztési kritériumok teljesítésével, és az azt kiegészítő egyéb testmozgás**

1. A Magyar Diáksport Szövetség TESI 2.0. projektje kiajánlásra került az iskolák számára. A projekt keretében a testnevelő pedagógusok (tanítók és testnevelő tanárok) olyan módszerek ismerhettek meg, amelyek pozitív motivációs környezet kialakításával és a mozgástanítás korszerű megközelítésével a tanulókat a részvételre serkentik.
2. Elkészült az Európai Bizottság és az International Sport and Culture Association (ISCA) által kifejlesztett „Mozgásban a tanulás” magyar adaptációja. A módszertan olyan új megközelítést szolgáltat, amely testmozgással és sporttal egészíti ki a nem-formális ifjúsági tevékenységeket, illetve céltudatos közösségi készségfejlesztéssel egészíti ki a sporttevékenységeket, rendszeres örömteli testmozgásra motiválva a fiatalokat. A módszertannal két alkalommal 30 órás pedagógus-továbbképzés keretében ismerkedhettek meg a testnevelő pedagógusok (tanítók, testnevelő tanárok).
3. **Szabadtéri mozgás népszerűsítése:** Az egészséges Magyarország területfejlesztési programjával összhangban 2 km hosszúságú Tanösvény létesült Budakeszi határában. A „Tiszta Lélek-zet” meseösvény célja a szabadtéri mozgás és az egészségfejlesztés ötvözésével, az óvodás és alsó tagozatos általános iskolás gyermekek motiválása az egészségesebb életre, az ezzel kapcsolatos szemléletük és attitűdük formálása indirekt tudás átadásával. Az ösvény végig járásával a gyermekek olyan tapasztalatokkal gazdagodnak, amely által a mindennapjaikban fontossá válik az egészség megőrzése, az egészséges életmód és a környezettudatosság.
4. **„Mindenki lehet győztes” sportverseny:** Foci, asztalitenisz, kosárlabda bajnokságok kerültek megrendezésre közel 400 gyermek bevonásával, melynek célja az örömteli, nem versenysport orientált, testmozgás népszerűsítése az általános iskolás gyermekek és általuk a szüleik, valamint pedagógusaik körében.
5. **Dohányzásról való leszokás támogatása**
6. 2018. október 30-án az Országos Korányi Pulmonológiai Intézetben, a DLTK leszokás támogatásról szóló képzést tartott a BÖT szakdolgozók, védőnők, szociális szakemberek és a Biatorbágyi EFI dolgozók számára (A keringési betegségek megelőzése komplex program támogatásával). 12-en vettek részt a képzésen.
7. Az Emberi Erőforrások Minisztériuma által támogatott, a Keringési megbetegedések megelőzését célzó komplex, 2018. évi program keretében 1 db hordozható érintőképernyős számítógép (HÉSZ) tartós használatbavételre kerül a BÖT településekhez. Az óvodai csomagokra 2018. október-december folyamán lehetett pályázni.
8. Az OKPI közreműködött és szakmai felügyeletet gyakorolt a Budakörnyéki Önkormányzati Társulás területén működő 18 (felnőtt és vegyes) háziorvosi praxisban 2019. során indult leszokást támogató munkában. 2019. március 1. és június 30. között a háziorvosi praxisok havonta jelentették a DLTK-nak leszokás támogatással kapcsolatos tevékenységüket (dohányzói státusz, leszokási hajlandóság, motiválás, irányítás a programszerű leszokás támogatási programba). A nemzetközi statisztikai szabályokhoz igazodva, a vegyes háziorvosi praxisokban a 15 év feletti gondozottak dohányzói szokásával foglalkoztak. 2019. március 1. és június 30. között 16 239 háziorvosnál megjelent beteg esetében rögzítették a dohányzói státuszt. A megkérdezettek 28%-a vallotta magát dohányzónak, és 16%-a válaszolta, hogy szeretne leszokni a közeljövőben. A megkérdezettek 13%-a már leszokott a dohányzásról. A leszokási szándék aránya számottevően alacsonyabb, mint az országos átlag (40%), ugyanakkor a dohányzók (27%) és leszokottak aránya megfelel annak (14%). 3761 esetben minimál intervenciót teljesítettek a háziorvosi praxisokban, azaz a dohányzók 84%-val foglalkoztak. 2724 gondozottat, a dohányzók több, mint felét (61%), irányítottak programszerű leszokást támogató programba.

A háziorvosi praxisokban elindult leszokást támogató munka a „Három generációval az egészségért” elnevezésű pályázat keretében folytatódott 2019. július – 2020. december között, öt háziorvosi praxis bevonásával Budakeszi, Páty és Telki településeken. 2019. július 1. és 2020. november 30. között 14 517 háziorvosnál megjelent beteg esetében rögzítették a dohányzói státuszt. A háziorvosnál megjelent megkérdezettek 25%-a vallotta magát dohányzónak, és 13%-a válaszolta, hogy szeretne leszokni a közeljövőben. A megkérdezettek 23%-a már leszokott a dohányzásról. A leszokási szándék aránya számottevően alacsonyabb, mint az országos átlag (33%), ugyanakkor a dohányzók aránya alacsonyabb (29%) és a leszokottak aránya magasabb (17%). 10 544 minimál intervenciót teljesítettek a háziorvosi praxisokban, azaz valamennyi dohányzóval mintegy háromszor foglalkoztak. A dohányzók negyedét referálták leszokás támogatási programba.

1. 2018-2020 között a DLTK munkatársai hét BÖT egészségnapon vettek részt CO-mérés, leszokást támogató tanácsadás és az alacsony dózisú tüdőrák szűrő program bemutatása céljából.
2. **Alacsony sugárdózisú CT-vel történő tüdőrák szűrés (HUNCHEST)**

2018. május 30. – 2019. május 28 között 101 fő, 2019. szeptember - 2020. december között 26 fő vett részt alacsony sugárdózisú CT-vel történő tüdőrák szűrésen a BÖT területéről.

1. **BÖT Egészségprogram arculat**

Kidolgozásra került a Budakörnyéki Egészségprogram vizuális koncepciója. Az egészségprogram általános arculatán túl (logó, névjegy, póló, plakát templát), a nagyarculat mutáció gyerekeknek szóló verziója (logó, póló, plakát templát) is elkészült. Folyamatban van az egészségprogram weboldalának elkészítése, jelenleg az oldal programozása zajlik. A weblap a budakornyekiegeszsegprogram.hu domain néven került regisztrálása. A regisztrációt és a lap host-olását a BÖT végzi.