



Az ACTION-FOR-HEALTH projekt megvalósítása – III. rész

Egészségfejlesztési cselekvési terv kidolgozása az egészség-egyenlőtlenségek csökkentésére Sellye kistérségben A „Szülő Klub Program” és a „Szivacskezilabda Program” megvalósítása

Az Országos Egészségfejlesztési Intézet munkatársai:
Dr. Koós Tamás szakmai vezető, Fekécs Éva védőnő, Járomi Éva projektasszisztens, Lőrík Eszter projekt munkatárs, Taller Ágnes projekt koordinátor

A helyi szakértők:

Dr. Barta Ildikó házi orvos, Gáspár Katalin kistérségi animátor, Frank Mártonné védőnő, Dr. Kováts Katalin házi-gyermekorvos, Mészáros Éva mentor, Pandur Csilla regionális mentor, Magyar Máltai Szeretetszolgálat Egyesület

Bevezető

Folyóiratunk korábbi lapszámaiban bemutattuk az *Európai Bizottság* társfinanszírozásában megvalósult *ACTION-FOR-HEALTH* projektet, melynek keretében – a *Magyar Máltai Szeretetszolgálat*, egy helyi szakértői munkacsoport, valamint az *Országos Egészségfejlesztési Intézet (OEFI)* együttműködésében – elkészült a Sellye kistérségre szabott, az egészség-egyenlőtlenségek csökkentését célzó egészségfejlesztési cselekvési terv. Jelen tanulmányunkban bemutatjuk a cselekvési terv két programját, melyeket a helyi szakértői munkacsoport a projekt által biztosított támogatásból valósított meg. A programok

megvalósítását – a projektidőszakon belül – külső szakértők, a *Fact Alkalmazott Társadalomtudományi Kutatások Intézetének* munkatársai (*Busa Csilla, Dr. Tistyán László, Dr. Füzesi Zsuzsanna*) értékelték, a megvalósításban résztvevő helyi szakértők, valamint a programokon megjelent szülők együttműködésével.

A cselekvési terv két, megvalósítandó intézkedésének kiválasztása

A két programot a helyi munkacsoport üléseinek keretében választottuk ki, a cselekvési terv célrendszerében összegyűjtött gyakorlati intézkedések megvalósíthatóságát



Jelen tanulmány az ACTION-FOR-HEALTH projekt keretében készült, mely az Európai Uniótól az Egészség Program keretében pénzügyi támogatásban részesült. A tanulmányért való kizárólagos felelősség a szerzőt terheli. Az Európai Bizottság Egészség- és Fogasztóügyi Végrehajtó Ügynöksége nem vállal felelősséget a tanulmányban szereplő információk felhasználásáért.

A tanulmány szerkesztése 2013 novemberében zárult le.

Az ACTION-FOR-HEALTH projektet – melynek célja, hogy az egészségfejlesztés eszközeivel csökkentse az egészség-egyenlőtlenségeket, s így javítsa a lakosság egészségét, emelje életszínvonalát – 2013/4. lapszámunkban mutattuk be.

A tanulmány első részét folyóiratunk 2013/5–6., második részét 2014/1–2. számában olvashatták.





gának és várható eredményességének megvitatásával. A munkacsoport tagjai által kidolgozott programjavaslatok ötvözetéből létrejött egy új – a munkacsoport minden tagja által támogatott – program, az ún. „Szülő Klub”, valamint a gyermek célcsoport közvetlen elérésére született programjavaslat, az ún. „Szivacskezilabda csapatok alakítása”.

A két program kiválasztása a szakértők egyöntetű javaslata alapján, a helyi igények, valamint a rendelkezésre álló erőforrások, szakmai kapacitások mérlegelésével történt.

A sikeres megvalósítás érdekében a szakértői munkacsoport a helyi egészségügyi, szociális, oktatási ágazat, illetve sportegyesületek szakembereivel vette fel a kapcsolatot és alakított ki együttműködést. A gyakorlati megvalósításban hatékony segítséget és támogatást nyújtottak a Magyar Máltai Szeretetszolgálat Egyesület helyi munkatársai.

I. A Szülő Klub Program

A program célja a szülők egészségtudatos magatartásának formálásán keresztül gyermekeik, illetve családjuk egészségesebb életmódjának elősegítése, valamint a szülőknek történő segítségnyújtás abban, hogy saját életüket és egészségüket pozitív irányba befolyásolják, illetve gyermekeiknek is átadják a foglalkozásokon megszerzett ismereteket.

A célcsoportot az óvodás- és kisiskolás korú, hátrányos helyzetű gyermekek szülei alkották.

A helyi szakértők a halmozottan hátrányos helyzetű családokat érintő problémák alapján az alábbi Szülő Klub-témaköröket határozták meg:

- Alapvető egészségügyi ismeretek, a légúti megbetegedések megelőzése és kezelése gyermekkorban
- Táplálkozási, szájhygiéniai ismeretek
- Gyermeknevelési problémák, tanácsok
- Ortopédiai elváltozások, tornagyakorlatok tanítása
- „Gazdálkodj okosan!”/Szenvedélybetegségek következményei (családi háztartás-gazdálkodás, a szenvedélybetegségek következményei a családi költségvetésre).

A meghatározott 5 témakörben három térségi településen: Magyarmecskén, Sellyén és Vajszlón, összesen 15 alkalommal interaktív előadásokkal egybekötött gyakorlati foglalkozásokat rendeztünk 2014 februárja és júniusa között. A foglalkozások szervezői és előadói a helyi munkacsoport szakemberei voltak, valamint esetenként meghívott előadók és segítők is részt vettek az egyes foglalkozások lebonyolításában. Egy-egy foglalkozás alkalmanként kb. két órát vett igénybe.

A Szülő Klub Program egyes témáinak tartalma

1. ALAPVETŐ EGÉSZSÉGÜGYI ISMERETEK, A LÉGÚTI MEGBETEGEDÉSEK MEGELŐZÉSE ÉS KEZELÉSE GYERMEKKORBAN

A foglalkozás témája a rendszeres tisztálkodás fontossága, a lázcsillapítás, a betegségek megelőzése, felismerése, az orvoshoz való fordulás szükségességének kérdése volt. A foglalkozást védőnő és/vagy háziorvos tartotta, melynek végén egészségügyi csomagot osztottak ki a résztvevők között.

2. TÁPLÁLKOZÁSI, SZÁJHYGIÉNIAI ISMERETEK

A foglalkozás programjában szerepelt az egészséges táplálkozás legfontosabb elemeinek ismertetése, egészséges ételek receptjeinek megismertetése, az ételek közös elkészítése, valamint a táplálkozást követő fogmosás és szájápolás fontosságának hangsúlyozása, a helyes fogmosási technika elsajátítása a résztvevők aktív részvételével.

3. GYERMEKNEVELÉSI PROBLÉMÁK, TANÁCSOK

A helyi szakemberek beszámolóí szerint a hátrányos helyzetű családokban az életvitel számos területén, így a gyermeknevelésben is gyakran megfigyelhető a következetesség teljes hiánya. Ez sok esetben a gyermekek magatartászavaraiban, helytelen viselkedésében jelenik meg, ezekre a nehéz helyzetekre nyújtott néhány alapvető információt és technikát a foglalkozás.

4. ORTOPÉDIAI ELVÁLTOZÁSOK, TORNAGYAKORLATOK TANÍTÁSA

A lúdtalpasság és a hanyagtartás, később gerincferdülés problémája már egészen korán, óvodáskorban megjelenik, azonban különböző tornagyakorlatokkal ekkor még könnyen orvosolható. Ezeket a gyakorlatokat a gyógytornász megmutatta és megtanította a foglalkozásokon résztvevő szülőknek, akik azután otthon, gyermekeikkel gyakorolhatják a tanultakat. A foglalkozás pozitív eredménye a mozgás élményének közös megélése a szülők és gyermekek között.

5. „GAZDÁLKODJ OKOSAN!”

(SZENVEDÉLYBETEGSÉGEK KÖVETKEZMÉNYEI)

A foglalkozás ebben a témakörben a hátrányos helyzetű családoknál gyakran előforduló adósságspirál problémájának megelőzése és megszüntetése miatt szükséges. Egyes családok sajnos nem képesek segítség nélkül, önál-



lón megbirkózni ezzel a problémával, melynek gyakran okozói vagy következményei a családban megjelenő szenvedélybetegségek (dohányzás, alkohol- és drogfogyasztás, játékszenvedély).

Részvétel a Szülő Klub programokon

A hátrányos helyzetű szülők foglalkozásokon való részvételének elérése volt az egyik legnehezebb feladat. A helyi szakértők eddigi tapasztalatai alapján a leghátrányosabb helyzetű réteg a legpasszívabb, legkevésbé mobilizálható. A helyi lakosság részvételének ösztönzése érdekében a munkacsoport tagjai meghívókat helyeztek ki a környező településeken, valamint – lehetőségeikhez mérten – személyesen is invitálták a lakosságot.

A résztvevők számára minden alkalommal a foglalkozások témájához illő, tematikus ajándékot (fogkefe, fogkrém, naptár, társasjáték, lázmérő, stb.) biztosítottunk, valamint a szervezők szendviccsel, pogácsával is megvendégték őket. A munkacsoport tagjai tájékoztató anyagot is készítettek a gyermekbetegségek és a táplálkozás témájában, melyet a foglalkozások alkalmával kiosztottak.

A környező településeken élő szülőket falubuszok segítették a klubhelyszínre való eljutásban. A helyi beszámolók alapján a résztvevők jól érezték magukat a foglalkozásokon, aktívak és együttműködők voltak, valamint kifejezték hasonló programokra való igényüket is.

A Szülő Klub Program eredményei

A 15 klubfoglalkozáson összesen 417 fő vett részt, ez átlagosan 27,8 főt jelentett rendezvényenként. A legtöbb érdeklődőt (95 fő) a „Gyermeknevelési problémák, tanácsok” témaköre vonzotta.

A klubeseményeken összesen 98 szakember jelent meg, egy részük egyfajta „szakmai továbbképzésként” is tekintett a foglalkozásokra. A szakmai megvalósítók legfontosabb javaslata az volt, hogy – a hatékonyság növelése érdekében – egy-egy témakört több foglalkozás keretében, alaposabban is fel kellene dolgozni.

Az előadók által összeállított beszámolók alapján a foglalkozások jó hangulatban zajlottak, egy-két kényesebb témától eltekintve sikerült elérni a szülők valóban aktív részvételét.

A szülők szerint mindhárom helyszínen, mindegyik téma esetében érthető volt az előadás, szinte mindannyian úgy gondolták, hogy mindennapjaikban is használható a foglalkozásokon megszerzett tudás. A szülők máskor is szívesen részt vennének hasonló programokon, főként, ha a foglalkozásokra való eljutás megoldott lenne (pl. falubusszal). A legtöbb szülő a táplálkozás és a gyermeknevelés terén vezetett be változtatásokat (pl. édességek visszaszorítása, következetesség, stb.).

II. Szivacskezilabda Program

A program célja az általános iskolás gyermekek (elsősorban a legfogékonyabb, 6–14 éves korosztály) fizikai aktivitásának ösztönzése és csapatmunkára való hangolása. A célcsoport elérése és a program szakszerű megvalósítása érdekében a szakértői munkacsoport felvette a kapcsolatot a *Baranya Megyei Kézilabda Szövetséggel (BMKSZ)*, mellyel az *OEFI* partnerségi megállapodást kötött.

A szivacskezilabdáról röviden

A szivacskezilabda – a babzsák mellett – már 4–5 éves kortól kiváló eszköz egyes óvodai játékokon, valamint iskolai előkészítő foglalkozásokon. Kiváló ügyességfejlesztő, viszonylag hangtalan, könnyű pattintása nem ad zavaró hangot, nem zúz ablakot és nem okoz sérülést, a legkisebb termekben, folyosókon is lehet használni. A szivacskezilabda megfizethető áron kerül forgalomba, így kistelepülések iskolái is jól alkalmazhatják.

A Szivacskezilabda Program szervezése, lebonyolítása

A *BMKSZ* és a munkacsoport egyik tagja – az *OEFI* koordinálásával és a helyi testnevelő tanárok közreműködésével – felhívást juttatott el a térség összes általános iskolájába. A partnerségi megállapodás értelmében a szövetség egy térségi koordinátort, valamint edzőket biztosított, akik a testnevelő tanárok számára bemutatóedzéseket tartottak. A bemutatóedzés alapján az önként jelentkező gyermekeknek a tanítási időn kívül (esetenként testnevelési óra keretében) tartottak edzéseket.

Az újonnan szerveződött iskolai szivacskezilabda-csapatok számára – a program záróakkordjaként – területi szivacskezilabda-bajnokságot rendeztek (*I. Ormánság Szivacskezilabda Kupa*), ahol a csapatok összemérhették erejüket.

A helyi beszámolók alapján a gyermekek lelkesek voltak, örömmel vettek részt a foglalkozásokon, és igényelték a rendszeres edzéseket.

A Szivacskezilabda Program eredményei

Összesen 6 településen szerveztek szivacskezilabda csapatokat és tartottak edzéseket: 3 településen heti két alkalommal, testnevelési óra keretében, 3 településen pedig szintén heti két alkalommal, külön edzés formájában.

Összességében 100–160, 1–3. osztályos gyermek vett részt az edzéseken, alkalmanként átlagosan 10–20 fő.



A *Szivacskezilabda Program* szakmai hatékonyságát az edzők, a testnevelő tanárok és tanítók magasnak ítélték, azzal együtt is, hogy a szakmai megvalósítóknak számos problémával kellett megküzdeniük (pl. tornaterem, sportpálya, sportruházat hiánya, a gyermekek számára ismeretlen sportág, stb.).

A tanárok és edzők véleménye szerint a program abban a tekintetben volt a legeredményesebb, hogy a gyermekek megtapasztalták a közös játék örömeit, így felmerült az igény a további együttes játékokra. A tanárok és edzők, valamint a szülők egybehangzó véleménye szerint a gyermekek szerettek edzésre járni, és megkedvelték ezt a sportot. A relatív legkisebb előrelépést a játékszabályok elsajátításában tapasztalták (ez utóbbi eredmény esetében figyelembe kell venni azt is, hogy az iskolák egy része nem rendelkezik a szabályos, kétkapus játékhöz szükséges méretű pályával).

A tanárok és edzők úgy értékelték, hogy a gyermekek részéről igény mutatkozik további sportfoglalkozásokra és általában a rendszeres testmozgásra, azaz a program elérte azt a célkitűzést, hogy megfelelő alapjául szolgálhat későbbi hasonló programoknak.

A szülők egyöntetűen úgy tapasztalták, hogy gyermekeik szívesen jár szivacskezilabdázni, és úgy gondolják, hogy továbbra is folytatni szeretné ezt a sportot, melyet ők maguk is támogatnak.

A projekteredmények fenntarthatósága

A helyi szakmai munkacsoport tagjai a közös munka során felismerték, hogy eredményesen tudnak együtt dolgozni. Az együtt töltött munka pozitív tapasztalatai alapján úgy döntöttek, hogy létrehoznak egy civil szervezetet, így 2014-ben megalakult *Civil Egyesület a Sellyei Kistérségben Élők Szociális, Egészségügyi és Oktatási*

Egyenlőtlenségeinek Csökkentéséért (SZEÓ), mely elkezdte a projekt keretében megvalósult programok folytatása iránt.

A *Szivacskezilabda Program* folytatására további lehetőség is nyílt. A *Sellyei Sportkör* jelezte, hogy megnyertek egy pályázatot, így kistérségi kétfordulós szivacskezilabda-kupát rendezhetnek. A *BMKSZ* és a *Sportkör* egyetért abban, hogy érdemes a két programot összehangolni. A *Horvát Kisebbségi Önkormányzat* és a *Győri ETO Kézilabda Klub* utánpótlásnevelési programja is érdeklődését fejezte ki a program folytatása iránt.

A projekt közvetlen eredményeként elmondhatjuk, hogy új, közösségi alapú, helyi kapacitásépítés zajlott. A különböző ágazatok (egészségügyi, szociális, oktatási) helyi szakemberei a közös munka során, az egészség-egyenlőtlenségek csökkentése érdekében szorosabb kapcsolatba kerültek egymással, szélesebb körű szakmai hálózatot építettek ki, mozgósították szakmai kapcsolati tőkéjüket. A programok eredményeit egy záróesemény alkalmával a helyi közösség számára is bemutattuk.

A programok sikerében elengedhetetlen tényező volt a helyi szakértői munkacsoport kitartó, magas színvonalú, kreatív munkája és a programok szervezésekor és lebonyolításakor tanúsított rugalmas hozzáállása, továbbá a *Magyar Máltai Szeretetszolgálat*, valamint *Nagy Attila* sellyei polgármester és a térség további döntéshozóinak támogatása.

IRODALOM

Busa Csilla–Dr. Tistyán László–Dr. Füzesi Zsuzsanna: *Értékelés az ACTION-FOR-HEALTH projekt „Szülő Klub” és „Szivacskezilabda csapatok alakítása” című programelemeinek megvalósításáról*. Pécs, 2014. július

