

ELŐTERJESZTÉS

Dombóvár Város Önkormányzata Képviselő-testületének
2025. március 28-i ülésére

Tárgy: Csatlakozás a „Mozgás receptre” országos programhoz

Előterjesztő: Szabó Loránd és Kurucz Józsefné önkormányzati képviselők

Készítette: Szabó Loránd és Kurucz Józsefné önkormányzati képviselők

Tárgyalta:

Tanácskozási joggal meghívott: -

Készítő részéről ellenőrizte: -

Költségvetési, pénzügyi-gazdálkodási szempontból ellenőrizte: -

Törvényességi szempontból ellenőrizte:



Tisztelt Képviselő-testület!

A „Mozgás Receptre” program a Magyar Életmód Orvostani Társaság (ÉMOT), mint projektgazda gondozásában a települési önkormányzatok bevonásával, az önkormányzatok közigazgatási területén működő házi orvosok és mozgáshelyszínek, sportlétesítmények részvételével, Magyarország Kormány által támogatva valósul meg.

A Mozgás Receptre európai modelljét 10 európai uniós tagállam dolgozta ki svédországi modell alapján 2019-ben.

A személyre szabott rendszeres fizikai aktivitásnak 4 fő pillért határozták, mint

- orvosi ajánlás
- bizonyítékokra épülő fizikai aktivitás
- támogató környezet
- folyamatos állapotkövetés

„Mozgás receptre” program Dombóváron – A prevenció és egészségtudatosság új útjai

A rendszeres testmozgás bizonyítottan hozzájárul az egészség megőrzéséhez és számos krónikus betegség megelőzéséhez. A „Mozgás receptre” program célja, hogy az orvosok és egészségügyi szakemberek mozgásos tevékenységet írjanak elő a páciensek számára, ezáltal elősegítve az aktív életmódot és csökkentve a mozgásszegény életmóddal összefüggő egészségügyi kockázatokat.

Dombóvár adottságai és a program bevezetésének lehetőségei

Dombóvár kiváló adottságokkal rendelkezik a „Mozgás receptre” program megvalósításához. A városban több szabadterei sportolási lehetőség áll rendelkezésre, így például a Gunaras fürdő és annak környéke, városi uszoda, a városi sporttelepek, a kerékpárutak, valamint a természet közeli sétáló- és futóösvények. Ezen kívül a helyi sportegyesületek, edzőtermek és rekreációs központok is aktívan támogathatják a kezdeményezést.

A program keretében a házi orvosok, szakorvosok és gyógytornászok egyénre szabott mozgásformákat javasolhatnak a páciensek számára, figyelembe véve az egészségi állapotukat és fizikai adottságaikat. A mozgásformák között szerepelhet például:

- könnyű gyaloglás vagy nordic walking a város zöldövezeti részein,
- vízi torna vagy úszás a Gunaras fürdőben, az uszodában
- kerékpározás a városi és környékbeli bicikli utakon,
- csoportos torna vagy egyéni erőnléti edzés a helyi edzőtermekben.

Egészségügyi és társadalmi előnyök

A program bevezetése több szempontból is előnyös lehet Dombóvár lakosai számára:

- **Prevenció és egészségmegőrzés:** A rendszeres mozgás csökkenti a szív- és érrendszeri betegségek, a cukorbetegség, az elhízás és a mozgásszervi problémák kialakulásának kockázatát.
- **Mentális egészség javítása:** A fizikai aktivitás bizonyítottan segít a stressz csökkentésében, a szorongás enyhítésében és a depresszió kezelésében.
- **Közösségépítés:** A csoportos sporttevékenységek elősegíthetik a társas kapcsolatok erősítését, és hozzájárulhatnak egy egészségtudatos közösség kialakításához.
- **Egészségügyi kiadások csökkentése:** Hosszú távon a program hozzájárulhat a betegségek megelőzéséhez, ezáltal csökkentve az egészségügyi ellátórendszer terhelését.

Lehetséges együttműködő partnerek és támogatók

A program sikeres megvalósításához szükség van a helyi önkormányzat, az egészségügyi intézmények, a sportegyesületek, edzőtermek és civil szervezetek együttműködésére. Az önkormányzat szerepet vállalhat a program népszerűsítésében és az infrastrukturális fejlesztések támogatásában, a program alapján bekapcsolódott egyének számára belépőjegy kedvezmények biztosításával, míg az egészségügyi szakemberek biztosíthatják a mozgásajánlások szakszerűségét.

Összegzés

A „Mozgás receptre” program Dombóváron kiváló lehetőséget nyújt az egészségmegőrzés támogatására és a mozgás népszerűsítésére. A helyi adottságok, az egészségügyi szakemberek bevonása és a közösségi összefogás révén a város lakói könnyebben tehetnek lépéseket az aktívabb és egészségesebb életmód felé. A kezdeményezés hosszú távon nemcsak az egyének egészségi állapotát javíthatja, hanem a közösség egészére is pozitív hatást gyakorolhat.


A Természetesen Dombóvár két önkormányzati képviselője – Kurucz Józsefné és Szabó Loránd – vállalják, hogy képviselő-testületi megbízás esetén szakmai egyeztetést szerveznek a város háziorvosaival, sportlétesítmények és sportegyesületek vezetőivel a program bevezetésének lehetőségéről. Az egyeztetés eredményéről a májusi képviselő-testületi ülésen írásban beszámolnak.


Határozati javaslat
csatlakozás a „Mozgás receptre” országos programhoz

Dombóvár Város Önkormányzatának Képviselő-testülete megbízza Kurucz Józsefné és Szabó Loránd önkormányzati képviselőket, hogy a „Mozgás receptre” országos program dombóvári csatlakozása vonatkozásában szakmai egyeztetést szervezzenek a város háziorvosaival, sportlétesítmények és sportegyesületek vezetőivel. Az egyeztetés eredményéről a májusi képviselő-testületi ülésen írásban kell beszámolni.

Határidő: 2025. május 15.

Felelős: Kurucz Józsefné és Szabó Loránd


Kurucz Józsefné
önkormányzati képviselő


Szabó Loránd
önkormányzati képviselő