



HAJNALFÉNY
ORVOSCSOPORT



SZAKMAI BESZÁMOLÓ

SZERZŐDÉS SZÁMA: TOP_PLUSZ-3.1.3-23-HE1-2024-00008
SZERZŐDÉS CÍME: Boconád község által vezetett térségi humán fejlesztés
SZERZŐDŐ NEVE: Tarnaörs Községi Önkormányzat
ESEMÉNY: SPORTNAPI SZŰRŐVIZSGÁLAT
IDŐPONT: 2025.10.05
HELYSZÍN: Tarnaörsi Általános Iskola

A 2025.10.05-én a *Hajnalfény Orvoscsoport Egyesület* által megszervezett **Sportnapi** program a napi mozgás fontosságára hívta fel a figyelmet. A meghirdetett ingyenes orvosi szűrővizsgálatok mellett, gyógytornász is érkezett, aki a rendszeres mozgás előnyeinek ismertetése mellett, otthon elvégezhető egyszerű gyakorlatokat is megmutatott az érdeklődőknek. A mai kor egyik fő problémája a mozgásszegény életmód, ami mind a fizikai mind a mentális egészségünkre kihatással van, valamint növeli a krónikus betegségek kockázatát is. Fontos volna az életmódunk részévé tenni a rendszeres testmozgást, beiktatni életünkbe és napi rutinunkká tenni, természetesen mindenki egyénileg korának és fizikai állapotának megfelelően. A rendszeres sportolás, mozgás kiváló arra, hogy egy órára kikapcsoljunk, elfáradjunk és levezessük a bennünk rejlő feszültséget. A gyermekek számára különösen fontos volna a napi rendszeres sportolás, elengedhetetlen az egészséges fejlődésükhöz, a helyes testtartás kialakításához, növeli az önbizalmukat és segíti őket a stressz kezelésében.

A mai alkalommal is volt szemészeti, fogászati, telemedicinális bőrgyógyászat, mentálhigiénés és pszichológiai ellátás, általános és laboratóriumi vizsgálat, illetve újraélesztés és elsősegély nyújtás oktatás. A kis érdeklődő létszám ellenére igyekeztek a vizsgálatokat végzők maximális odafigyeléssel tenni a dolgukat, részletes tájékoztatást nyújtani és a felmerülő kérdésekre válaszolni. Minden szűrés célja a megelőzés, korai felismerés, életmentés és hogy minél több emberhez eljusson ennek fontossága.

Az egészségügyi állapotunk megőrzése és megtartása nagyon fontos ezért figyeljünk oda magunkra és családtagjainkra.

Tarnaörs, 2025.október 5.

Bátky-Bártfai Franciska
ügyintéző

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE