

## Sajtóközlemény

### A LELKI EGÉSZSÉG KULCS A KIEGYENSÚLYOZOTT ÉLETHEZ

2020. január 15.

**A sikeresen elnyert több mint 36,81 millió forint, 100% támogatási intenzitású európai uniós támogatás révén javultak a lelki egészségvédelem személyi és infrastrukturális feltételei a Pétervásárai Járásban. A Parádfürdői Állami Kórház által létrehozott Lelki Egészségközpont mérföldkövet jelent a járás lelki egészséggel kapcsolatos prevenciós ellátásában, hiszen ezen kívül a körülbelül 20.000 fős lakosság számára ingyenes, lelki egészséggel összefüggő szakellátás nincs a térségben.**

Az EFOP-1.8.20-17-2017-00015 azonosító számú, Európai Szociális Alap támogatásával megvalósult Lelki Egészségközpont létrehozása és működtetése a Pétervásárai járásban című pályázat jóvoltából elnyert 36,81 millió forintból az elmúlt 30 hónapban közel 3000 fővel dolgoztak együtt a Parádfürdői Kórház szakemberei, legalább egy alkalommal, de az iskolai és lakossági előadásokon, relaxációs foglalkozáson illetve egyéni tanácsadáson jellemzően több alkalommal is részt vettek a kliensek.

A munka sikere a jól átgondolt programterven és a közreműködő szakemberek felkészültségén túl a településeken kialakított kapcsolati hálózattal való aktív és hatékony együttműködésnek köszönhető.

A Parádfürdői Állami Kórház együttműködési megállapodást kötött az önkormányzatokkal, védőnői hálózattal, Tankerülettel, Pedagógiai Szakszolgálattal, több civil szervezettel és a LEK munkatársai visszatérő vendégek voltak a térségi óvodákban, általános iskolákban, közművelődési intézményekben is. A cél az volt, hogy további mentálhigiénés szolgáltatásokkal bővíthessen a kórház Egészségfejlesztési Irodája, ami a táplálkozás, mozgás és lelki egészségvédelem terén már 2013-tól nyújt preventív szolgáltatásokat a Pétervásárai Járás lakosságának.

A LEK tevékenységében kiemelt célcsoportot képviseltek a gyermekeket nevelő családok, melynek tagjait az oktatási intézményeken, munkahelyeken keresztül valamint települési rendezvények alkalmával érték el. A lelki egészségvédelem leggyakoribb témái a stressz redukció, a családi élet kérdései, illetve az eltúlzott szabadidős okoseszköz használat káros következményei voltak.

A gyerekek számára több alkalmas életkézség javító foglalkozássorozatot fejlesztettek ki, melynek keretében elsősorban a 8 osztályos diákokat igyekeztek bevonni a család és az emberi kapcsolatok jelentőségét megvitató, egészséges értékrend és jövőkép kialakítását célzó, a pénzgazdálkodás alapjaival ismerkedő, reális testképet és önértékelést építő, családi és párkapcsolati kérdéseket érintő beszélgetésekbe. A szabadidős okoseszköz használat kockázataira érzékenyítő munkájuk keretében saját fejlesztésű információs anyagot (tematikus hírlevél és szóróanyag) hoztak létre. Az elképzelések szerint a közeljövőben az országos LEK hálózat is bekapcsolódik majd ebbe a munkába, így a preventív lépések hatékonysága megsokszorozhatóvá válik.

Különösen fontos volt, hogy a legkisebb gyermekeket nevelő szülőket is elérjék. Részben tematikus előadásokkal, részben személyre szóló tanácsadási lehetőséggel igyekeztek támogatni az édesanyákat a családi élet, gyermeknevelés számukra fontos kérdéseiben. Változatos témákban igyekeztek korszerű, a lelki egészségmegőrzést célzó ismereteket átadni a különböző korosztályoknak.

A LEK stressz csökkentést célzó tevékenységeit a térségi egészségügyi, oktatási és szociális ellátó intézmények közül többen is igénybe vették, elősegítve ezzel dolgozóik kiégés prevencióját.

A projektről bővebb információt a [www.paradfurdo.hu](http://www.paradfurdo.hu) oldalon olvashatnak.