

**ZAPRASZAMY NA BEZPŁATNY PROGRAM PROFILAKTYCZNY PN.
„ZAPOBIEGANIE NADWADZE I OTYŁOŚCI WŚRÓD MIESZKAŃCÓW
WOJEWÓDZTWA MAŁOPOLSKIEGO” W 2021 ROKU.**

Program realizowany jest przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego.

Cel programu

Poprawa stanu zdrowia włączonych do programu mieszkańców subregionu podhalańskiego poprzez redukcję masy ciała u osób z nadwagą i otyłością jak również zapobieganie chorobom przewlekłym.

Cele szczególne:

- Zwiększenie wykrywalności nadwagi i otyłości wśród mieszkańców województwa małopolskiego.
- Wdrożenie do codziennego życia zasad zdrowego żywienia, aktywności fizycznej.
- Przekazanie pacjentom wiedzy o zdrowym żywieniu.
- Poprawa samopoczucia fizycznego i psychicznego.
- Redukcja masy ciała u co najmniej połowy pacjentów.

Adresaci programu

Do udziału w Programie uprawnione są osoby:

- a) BMI > 25 kg/m² i < 45kg/m²
- b) kobiety od 18 do 60 lat i mężczyźni 18 do 55 lat
- c) mieszkańcy województwa małopolskiego

Czas realizacji programu.

Program realizowany będzie w terminie od 19.06.2021 roku do 30.12.2021 roku

Organizacja programu

Części składowe, etapy i działania organizacyjne

1. Akcja informacyjna o realizacji Programu – rozpowszechnienie informacji skierowanej do potencjalnych uczestników Programu.
2. Kwalifikacje do Programu zgodnie z kryteriami włączenia i wyłączenia:
 - konsultacje lekarskie,
 - konsultacja kardiologiczna,
 - badania biochemiczne.

Zakwalifikowanie pacjenta do udziału w Programie na podstawie badań biochemicznych i wizyt lekarskich.

3. Oficjalne otwarcie programu w siedzibie placówki organizującej Program.
4. Realizacja świadczeń zdrowotnych objętych Programem:
 - część dietetyczna,
 - część rehabilitacyjna,
 - część psychologiczna,
 - utworzenie dietetycznego punktu konsultacyjnego.

Każdy uczestnik programu ma obowiązek udziału:

- a) w zajęciach rehabilitacyjnych w wyznaczonym okresie oraz potwierdzenie udziału , przez 12 tygodni 2 lub 3 razy w tygodniu
- b) w konsultacjach psychologicznych oraz dietetycznych,
- c) w konsultacji lekarskiej po zakończeniu dwunastotygodniowego turnusu,
- d) prowadzenie dzienniczka.

Każdy pacjent uczestniczący w Programie musi posiadać odpowiedni strój niezbędny do ćwiczeń fizycznych jak również strój na basen.

5. Zakończenie realizacji programu

Program nie jest realizowany w ramach programu świadczeń zdrowotnych realizowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia.