



Rzeczpospolita
Polska



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Projekt nr **RPLD.10.03.02-10-A011/19** pn. „**W zdrowym ciele zdrowy duch!**” dofinansowany ze środków Unii Europejskiej z Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Łódzkiego na lata 2014-2020

Projekt realizowany w ramach Regionalnego Programu Zdrowotnego dotyczącego przeciwdziałania nadwadze i otyłości w województwie łódzkim wśród osób w wieku aktywności zawodowej na lata 2019- 2023 – pilotaż „**odWAŻYMY ŁÓDZKIE**”

Wnioskodawca: **Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Rawie Mazowieckiej**

Kwota dofinansowania: **608 634,43 PLN**

Okres realizacji: **01.06.2020 – 31.05.2022**

Cel projektu: Zwiększenie zgłaszalności na badania profilaktyczne i poprawa stanu zdrowia przez przeprowadzenie interwencji w zakresie modyfikacji czynników ryzyka oraz wdrożenie działań mających na celu zmianę trybu życia u 280 uczestników projektu w wieku aktywności zawodowej - 30 – 65 lat, ze stwierdzoną otyłością i nadwagą, zamieszkujących województwo łódzkie – powiat opoczyński, rawski, tomaszowski, skierniewicki i miasto powiatowe Skierniewice.

W ramach projektu przewiduje się objęcie wsparciem 280 osób, które spełniają następujące kryteria formalne

1. mieszkańcy województwa łódzkiego: **powiat rawski, opoczyński, tomaszowski, skierniewicki i miasto powiatowe Skierniewice**
2. **Wiek: 30 – 65 lat**
3. Aktywność zawodowa (rozumiana zgodnie z metodologią BEAL GUS)
4. Wskaźnik masy ciała BMI (Body mass index): $\geq 25 \text{ kg/m}^2 - \leq 39,9 \text{ kg/m}^2$ lub obwód talii: kobiety $> 80 \text{ cm}$, mężczyźni $> 94 \text{ cm}$
5. Pozytywna opinia lekarza pierwszego kontaktu (np. lekarza POZ) dotycząca udziału osoby w projekcie
6. Wyniki obowiązkowych badań wykonanych przez pacjenta na potrzeby wstępnej kwalifikacji wykonane max. 1 miesiąc przed wizytą u lekarza lub zlecone na etapie kwalifikacji
7. Zakwalifikowanie do udziału w projekcie wymaga uzyskania pisemnej zgody uczestnika

Realizator będzie stosować preferencje w pierwszeństwie dostępu oraz kryteria dodatkowe:

1. dla osób w wieku 50 lat i więcej
2. osoby zamieszkujące w miejscowościach poniżej 20 tys. Mieszkańców, w szczególności na obszarach wiejskich (DEGURBA 3) lub w miastach średnich, w tym tracących funkcje społeczno – gospodarcze
3. dla osób z otyłością i skrajną otyłością ($\text{BMI } 30 \text{ kg/m}^2 - 39,9 \text{ kg/m}^2$)
4. niepełnosprawność:
 - stopień lekki
 - stopień umiarkowany
 - stopień znaczny

(orzeczenie o stopniu niepełnosprawności wg Ustawy z dnia 27.08.1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnieniu osób niepełnosprawnych lub orzeczenie/ inny dokument o którym mowa w Ustawie z dnia 19.08.1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego)

Zakres wsparcia:

- Wydarzenia o charakterze informacyjnym o zdrowym trybie życia
- Wizyta kwalifikująca u dietetyka – 1 porada
- Wizyty u dietetyka: ustalenie planu diety i aktywności fizycznej, wsparcie i instruktarz dietetyczny – 11 porad
- Zajęcia grupowe z psychologiem: wsparcie psychologiczne dla uczestników – 3 spotkania
- Konsultacje indywidualne z psychologiem: wsparcie psychologiczne w zakresie utrzymania diety i zmiany nawyków żywieniowych – 2 spotkania
- Zajęcia ruchowe – 8 spotkań (we własnym zakresie – zwrot kosztów do **60 zł**)

- Badania na zakończenie (zwrot kosztów do **50 zł**)
- Wizyta lekarska na zakończenie

Biuro projektu:

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Rawie Mazowieckiej - Szpital św. Ducha,
ul. Warszawska 14,

96-200 Rawa Mazowiecka, Koordynator projektu: Magdalena Karnowska: e-mail:
ue@szpitalrawa.pl lub Sekretariat tel. 729 059 534, e-mail: sekretariat@szpitalrawa.pl