

**AZ EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS SZAKKOLLÉGIUM TÁMOGATÓJA
A NEMZETI KULTURÁLIS TÁMOGATÁSKEZELŐ
NEMZETI TEHETSÉG PROGRAM (NTP-SZKOLL-25-0075)**

Beszámoló az Egészségfejlesztés szakkollégium tevékenységéről a 2025-2026-os tanévben

PREZENTÁCIÓ A KÖTELEZŐ PROGRAMELEMEKRŐL

EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS SZAKSZEMINÁRIUM

Közösségi egészségfejlesztés

A szakkurzust Jávorné dr. Erdei Renáta egyetemi docens (Debreceni Egyetem Egészségtudományi Kar) tartotta a Szakkollégiumot működtető Humanikon Egyesület megbízásából.

Helyszín: Sapientia EMTE, Marosvásárhely-Koronka, Segesvári út 2., C06-os terem

Időpont: 2026. május 7-8., összesen 16 óra.

Résztevők száma: 14 fő szakkollégista + 3 fő külsős (oktatók)

A foglalkozás az egészség és az egészségfejlesztés kérdéseivel foglalkozott. A hallgatók megismerkedtek az egészség különböző értelmezéseivel, és azzal, hogy az egészség jóval többet jelent a betegségek hiányánál: a testi állapot mellett fontos része a lelki és szociális jóllét, az életminőség és az étellel való elégedettség is.

A szakszeminárium során az oktató és a hallgatók közösen áttekintették azokat a tényezőket, amelyek hatással vannak az emberek egészségére, így szó esett az életmód mellett a társadalmi, gazdasági és környezeti körülményekről, az iskolai végzettségről, a jövedelemről, a lakóhelyről és az egészségműveltségről is. Az oktató kiemelte, hogy az egészségfejlesztés során nem elegendő csak az egyéni egészségmagatartásra figyelni, hanem fontos megérteni az egészségromlás mögött álló tágabb okokat, például a társadalmi helyzetet, a tartós stresszt, a biztonságérzet hiányát vagy a megfelelő kapcsolódás hiányát.

A szakkollégisták megtanulták, hogy az egészségfejlesztés nem egyszerű információátadás. Célja, hogy az emberek és közösségek képesek legyenek többet tenni saját egészségükért, felismerjék szükségleteiket, sőt változtatni tudjanak az egészségüket befolyásoló körülményeken. Az egészségfejlesztő szakember szerepét tágabban kell értelmeznünk: feladata nem csupán az egészséges életmóddal kapcsolatos ismeretek átadása, hanem az emberek támogatása, képességeik fejlesztése és a közösségek bevonása is. A szeminárium arra is ösztönözte a résztvevőket, hogy kritikusan gondolkodjanak az egészségről és az egészségfejlesztésről, és későbbi munkájuk során figyelembe vegyék az egyének és közösségek eltérő élethelyzetét és lehetőségeit. A bemutatott szemlélet középpontjában az Ottawai Charta szellemében az életminőség és a jóllét javítása állt.

A szakszeminárium fő témakörei a következők voltak:

- Egészségfogalom, életminőség-mutatók, egészségértés
- Az egészséget meghatározó tényezők
- Az egészségnevelés és egészségfejlesztés feladatai
- Szemléletváltás az egészségfejlesztésben – holisztikus szemlélet
- Idősek a közvéleményben, az aktív idősödés lehetőségei
- Egészségkultusz, szépségkultusz, elérhetetlen testkép
- Az egészség árucikké válása
- 4C: creativity, collaboration, critical thinking, communication
- Esélyegyenlőség az egészségfejlesztésben



EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS SZAKKURZUS:

Krónikus beteg gyermekek az iskolai közösségben

A szakkurzust dr. Koródi Melinda diabetológus főorvos tartotta a Szakkollégiumot működtető Humanikon Egyesület megbízásából.

Helyszín: Sapientia EMTE, Marosvásárhely-Koronka, Segesvári út 2., C430-as terem

Időpont: 2026. május 26-27., összesen 16 óra.

Résztevők száma: 14 fő szakkollégista + 6 fő külsős (kutató, oktató, hallgatók)

A szakkollégiumi hallgatók számára szervezett szakmai foglalkozás középpontjában a krónikus betegséggel élő gyermekek közösségi és iskolai integrációja állt. A téma egyre aktuálisabb, hiszen társadalmainkban növekszik a krónikus állapotokkal élő gyermekek és fiatalok aránya.

A szakkollégisták olyan ismereteket sajátítottak el, amelyek lehetővé teszik későbbi egészségfejlesztői tevékenységüket azokban a csoportokban, ahol krónikus betegekkel is találkoznak, illetve amelyek segítségével felkészíthetnek pedagógusokat, gyermek- és ifjúsági közösségeket a hasonló helyzetekre.

A kurzus áttekintette a gyermekkorban előforduló leggyakoribb krónikus állapotokat – az asztmát, allergiákat, epilepsziát és az 1-es típusú diabéteszt –, és kiemelt figyelmet fordított a cukorbeteg gyermekek mindennapi szükségleteire. A krónikus betegséggel élő gyermek támogatása nem kizárólag egészségügyi kérdés: fontos a pszichés terhelés, a kirekesztettség érzésének, a visszahúzódásnak vagy más viselkedésváltozásoknak a felismerése, a támogató környezet kialakítása.

A foglalkozás során a szakkollégisták az alábbi területeken szereztek ismereteket:

- a krónikus beteg gyermekek egészségügyi, pszichés és közösségi szükségleteinek felismerése,
- a gyermekkel való nyílt és tapintatos kommunikáció, az egyéni határok tiszteletben tartása,
- az 1-es típusú diabéteszsel élő gyermekek mindennapi támogatásának alapjai,
- a hipoglikémia felismerése és az ilyen sürgősségi helyzetben szükséges alapvető teendők,
- a család, a pedagógusok, az egészségügyi szakemberek és más segítő szakemberek közötti együttműködés jelentősége,
- a hosszabb betegségből visszatérő gyermek iskolai reintegrációja, a családdal való előzetes egyeztetés, a pedagógusok felkészítése,

- a közösség érzékenyítése, a befogadó közösségi légkör kialakítása és a gyermek társas visszailleszkedésének elősegítése,
- esetmegbeszélések, szituációs gyakorlatok előkészítése.

A leendő egészségfejlesztők egészségügyi információkat közvetítenek a csoportok felé, amelyekkel foglalkoznak, illetve összekötő és támogató szerepet töltenek be a gyermek és az iskolai közösség között. A foglalkozás célja a krónikus beteg gyermek biztonságos részvételének biztosítása a közösségekben.



EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS SZAKKURZUS

Az alkohol- és drogfogyasztás prevenciója

Oktató: dr. Tóth-Batizán Emese Emőke, egyetemi adjunktus
(Transylvania Bloom Initiative)

A szakkurzust dr. Tóth-Batizán Emese Emőke egyetemi adjunktus tartotta a Transylvania Bloom Initiative szervezet megbízásából, az Egészségfejlesztés Szakkollégiumot működtető Humanikon Egyesület felkérésére.

Helyszín: Sapientia EMTE, Marosvásárhely-Koronka, Segesvári út 2., C430-as terem

Időpont: 2026. június 24-26., összesen 15 óra.

Résztevők száma: 14 fő szakkollégista + 2 fő külsős (oktató)

A foglalkozás középpontjában a szerfogyasztó magatartásformák és a megelőzés lehetőségei álltak. A résztvevők először a szerhasználatához kapcsolódó alapfogalmakkal ismerkedtek meg, és áttekintették, hogyan vezethet az alkalmoszerű szerhasználat fokozatosan kontrollvesztéshez és függőséghez. Az oktató rávezette őket arra a felismerésre, hogy a függőség jelentős hatással van az érintett családjára és tágabb környezetére is.

Szó esett a különböző szerhasználati mintázatokról, a kísérletező és alkalmi használattól a kényszeres szerhasználatig. A hallgatók megismerték azokat a jeleket is, amelyek a függőség kialakulására utalhatnak, például a kontrollvesztést, a megvonási tüneteket, a sikertelen leszokási kísérleteket, illetve azt, amikor a szerhasználat miatt más, korábban fontos tevékenységek háttérbe szorulnak.

A téma elmélyítését a 2024-es ESPAD-vizsgálat eredményeinek bemutatása segítette. Az oktató bemutatta a 15–16 éves fiatalok szerhasználatára vonatkozó európai adatokkal, valamint kiválasztott országok egyes mutatóit hasonlították össze. A bemutatott eredmények nemcsak az illegális szerek fogyasztására, hanem a gyógyszerek nem orvosi célú használatára, a szerencsejátékokra és a fiatalok mentális jóllétére is kitértek.

Az oktató és a hallgatók közösen átgondolták, hogy miért kezdenek el a fiatalok különböző szereket használni. Kiscsoportos ötletbörze keretében gyűjtötték össze a lehetséges okokat, majd részletesebben foglalkoztak a családi háttér és a kortárscsoport szerepével. Leszögezték, hogy a szerhasználat mögött sokféle egyéni, családi és társadalmi tényező állhat, és a megelőzés során sem elegendő az egyén döntéseire koncentrálni.

A résztvevők több gyakorlati feladaton keresztül is feldolgozták a témát. A következő tevékenységek zajlottak:

- hétköznapi, szerhasználattal kapcsolatos helyzeteket beszéltek meg párokban,
- végiggondolták, hogyan reagálnának, ha egy baráti társaságban alkohollal vagy droghasználattal találkoznának,
- saját erőforrásokat és „pozitív szenvedélyeket” kerestek, amelyek örömet adhatnak és segíthetnek a feszültség kezelésében,
- megismerték a prevenció különböző szintjeit és azok alkalmazási lehetőségeit.

A foglalkozás végén a hangsúly a **megelőzésen és az egészségfejlesztés lehetőségein** volt. A hallgatók áttekintették az elsődleges, másodlagos és harmadlagos prevenciót, valamint az univerzális, szelektív és indikált megelőzés közötti különbségeket. A program ezzel nemcsak ismereteket adott át a

szerhasználatról és a függőségről, hanem arra is ösztönözte a résztvevőket, hogy a problémát összetetten, az egyéni döntések mellett a családi, kortársi és társadalmi környezet szerepét is figyelembe véve közelítsék meg.



TOVÁBBI PROGRAMELEMEEK

KUTATÓI HÁLÓZAT KIÉPÍTÉSE

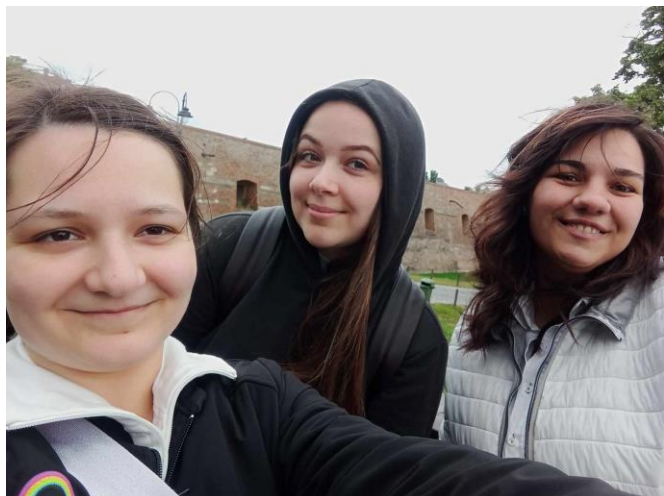
2026. április 20-24. között az Egészségfejlesztés Szakkollégium hallgatói (14 fő másodéves hallgató) a komáromi Selye János Egyetemen tettek tanulmányi látogatást az Egészségvédelem egy fenntartható társadalomban c. vegyes intenzív programon való részvétel céljából. A program kísérő elemeként a szakkollégisták a Selye János Egyetem (Komárno) biológia mesterszakos hallgatóival (8 fővel), valamint a Bajai Eötvös József Főiskola tanítóképző szakos hallgatóival (8 fő) közös egészségfejlesztő projekteken és kutatói hálózat kiépítésén dolgoztak. Projekt munkáikat a tanulmányút végén mutatták be a tanárok és hallgatók előtt. A programon való részvételhez az útiköltséget részben a pályázati támogatásból sikerült finanszírozni.

Az eseményről készült beszámoló itt olvasható magyar és angol nyelven:

HU: <https://ms.sapientia.ro/hu/hirek/12-hallgatonk-es-harom-oktatonk-reszt-vett-az-egeszsegvedelem-egy-fenntarthato-tarsadalomban-cimu-vegyes-intenziv-programban>

EN: <https://ms.sapientia.ro/en/news/12-of-our-students-and-three-of-our-instructors-participated-in-the-blended-intensive-programme-bip-health-protection-in-a-sustainable-society>





2026. május 5-6-án a Semmelweis Egyetem Egészségügyi Menedzserképző Központjában tett látogatás alkalmával szakkollégistáink egy részét (14 fő első éves hallgatót) kutatói hálózat kiépítésébe vontuk be, szakmai hálózatuk olyan mesterszakos hallgatókkal bővült, akik egészségügyi adattudománnyal foglalkoznak. Az útiköltséget ez alkalommal is a pályázati támogatásból sikerült fedezni.



2026. május 8-án a Sapientia EMTE Marosvásárhelyi Karának Tudományos Diákköri Konferenciájára a Debreceni Egyetem Egészségtudományi Karáról érkezett hallgatókkal (10 fő) tartottunk kutatói megbeszélést, amely során szakmai együttműködések körvonalazódtak a két egyetem egészségtudomány szakos hallgatói között. Ez utóbbi rendezvényen 26 szakkollégista vett részt hét oktató támogatásával. A konferencia előadóinak szállásköltségét a pályázati támogatás fedezte.

A vendéghallgatók közül többen tudományos dolgozatot is bemutattak a TDK keretében, melynek programja itt olvasható:

https://docs.google.com/document/d/1TthzqJcN9YJoWUIWDWGE_cbf7Gfs1Y2B/edit?rtpof=true&sd=true&tab=t.0

TÁRSADALMI FELELŐSSÉGVÁLLALÁST ELŐSEGÍTŐ PROJEKT

Szakkollégiumunk hallgatói közül hat fő egészségfejlesztő foglalkozást tartott középiskolások csoportjainak. A foglalkozások témája a drog- és alkoholprevenció volt.

A tevékenységek az alábbi időpontokban zajlottak:

2026. február 27., Segítő Mária Katolikus Gimnázium, Csíkszereda – 35 résztvevő

2026. március 27., Elektromaros Szakközépiskola, Marosvásárhely – 42 fő

2026. május 29., Orbán Balázs Gimnázium, Eötvös József Szakközépiskola és Berde Mózes Unitárius Gimnázium – összesen 28 fő

Résztvevő szakkollégisták száma: 6 (másodéves hallgatók)

Kedvezményezettek száma: 105 fő középiskolás



SZAKMAI MENTORPROGRAM

A Szakkollégium hallgatói egyetemi oktatókkal, mentorokkal dolgoztak együtt, kutatómunkát végeztek, és Tudományos Diákköri Konferenciákra dolgozatokat készítettek és mutattak be.

A 2025-2026-os tanévben a hallgatók és mentoraik a következő személyek voltak:

1. Lovász Rebeka: A hálapénz jelensége a közszolgáltatokban és az egészségügyi ellátásban. Részvétel a Debreceni Egyetem TDK-konferenciáján és publikáció megjelentetése, mentor: dr. Sántha Ágnes

Publikáció címe: Lovász Rebeka, Sántha Ágnes (2026). A hálapénz jelensége az egészségügyi ellátásban Romániában. Diáktudomány 11 – Közösségben a tudományért. Szerk. Prof. Dr. Szarka Krisztina. Debreceni Egyetemi Kiadó, Debreceni Egyetem Egészségtudományi Kar, Nyíregyháza, 231–240. oldal

https://etk.unideb.hu/sites/default/files/inline-files/Di%C3%A1ktudom%C3%A1ny%2011_ISBN.pdf

2. Lakatos Patrícia – Világnézet mint protektív faktor: vallásos és szekuláris megküzdési stratégiák. Részvétel a Sapientia EMTE Marosvásárhelyi Kar TDK-konferenciájában, mentor: dr. Tóth-Batizán Emese Emőke

https://docs.google.com/document/d/1TthzqJcN9YJoWUIWDWGE_cbf7Gfs1Y2B/edit

Az Egészségfejlesztés Szakkollégium 2025/2026-os tanéve szakmai programok tekintetében minden eddiginél sikeresebb évfolyamnak mondható, a bevont hallgatók száma a korábbinak kétszerese, az elsajátított tartalmak és megvalósított kötelező programelemek is szélesebb körűek voltak.

Tisztelettel megköszönjük az Emberi Erőforrások Támogatáskezelő anyagi támogatását, amellyel lehetővé tette szakmai programjaink megvalósítását!

**AZ EGÉSZSÉGFEJLESZTÉS SZAKKOLLÉGIUM TÁMOGATÓJA
A NEMZETI KULTURÁLIS TÁMOGATÁSKEZELŐ
NEMZETI TEHETSÉG PROGRAM
(NTP-SZKOLL-25-0075)**



KULTURÁLIS ÉS INNOVÁCIÓS
MINISZTERIUM

**NEMZETI KULTURÁLIS
TÁMOGATÁSKEZELŐ**

A prezentációt készítette:

dr. Sántha Ágnes, egyetemi docens, az Egészségfejlesztés Szakkollégium vezetője

Marosvásárhely-Koronka
2026. szeptember 28.