

**ERZURUM İLİ**

 **SAĞLIKLI HAYAT MERKEZLERİ PROJESİ**

**BİLGİLENDİRME NOTU**

# **Sağlıklı Hayat Merkezi(SHM)**

Sağlıklı Hayat Merkezi; sağlığa yönelik risklerden birey ve toplumu korumak, sağlıklı hayat tarzını teşvik etmek, birinci basamak sağlık hizmetlerini güçlendirmek ve bu hizmetlere ulaşımı kolaylaştırmak için **ÜCRETSİZ** olarak hizmet sunmaktadır.

**“Hastalığa değil, sağlığa yatırım yapalım” anlayışı ile** ilimizde 2016 yılında Mayıs ayında ilk olarak Solakzade SHM açılmış olup, 3 SHM de 2017 yılında açılarak 4 SHM halkımıza hizmet vermektedir.

Amacımız;

* Vatandaşlarımızın yaşam kalitesini yükseltecek alışkanlıklar kazandırmak,
* Sağlıklı beslenme ve hareketli yaşam alışkanlıkları kazandırmak, aşırı kiloyla (obezite) mücadele etmek,
* Bağımlılık ve riskli davranışların yol açtığı sağlık sorunları ile mücadele etmek,
* Kronik hastalıklarla etkin bir şekilde mücadele etmektir.

 Sağlıklı Hayat Merkezlerinde hasta, sağlıklı ayırt etmeksizin tüm topluma ulaşmak hedefimizdir. Başvuran tüm vatandaşlarımız Sorumlu Hekimlerimiz tarafından muayenesi yapıldıktan sonra ihtiyaç duyduğu hizmet alanına yönlendirilmektedir.

**Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Yaşam**

* Diyetisyen rehberliğinde sağlıklı beslenme önerileri verilirken,
* Psikologlarımız aşırı kiloluluk (obezite) için psikolojik destek çalışmalarını yürütmekte,
* Spor eğitmenlerimiz fiziksel aktivitenin arttırılması ve sürdürülebilmesi için SPOR SALONLARIMIZDA gerekli desteği sağlamaktadır.

 **Psikososyal Destek**

* Psikolog, sosyal çalışmacı ve çocuk gelişim uzmanından oluşan ekipler ile birinci basamakta her türlü psikolojik destek, yenidoğan tarama, işitme tarama ve aşılama takvimi kapsamındaki aşıları yaptırmayı reddeden ailelere yönelik bilgilendirme çalışmaları yürütülmektedir.
* Çocuk gelişim uzmanı 0-6 yaş arası tüm çocukların gelişimlerinin değerlendirmekte, takiplerinin yapmakta ve gerekli durumlarda çocukları 2.ve 3.basamak hastanelere yönlendirmektedir.

**Kronik Hastalıklar**

* Psikolog, diyetisyen ve sosyal çalışmacıdan oluşan ekipler,
* Kronik hastalıklar ile ilgili danışmanlık hizmetleri,
* Kişisel ve toplum eğitimleri sağlamaktadır.

**Evlilik Öncesi Danışmanlık & Gebe Bilgilendirme Sınıfı**

* Tüm eğitim ve danışmanlık hizmetleri eğitimli sağlık personelimiz tarafından verilmektedir.
* Evliliğe sağlıklı başlangıç yapmak amacıyla tüm çiftlerimize evlilik öncesi danışmanlık eğitimi,
* Gebe bilgilendirme sınıflarında gebelerimize yönelik kapsamlı eğitim yapılmakta ve eğitimi tamamlayan annelerimize katılım belgesi verilmektedir.

**Sağlık Taramaları**

* Sağlık Bakanlığınca yürütülen tarama programları kapsamında olan tüm sağlık taramaları ÜCRETSİZ olarak gerçekleştirilmektedir.
* Kan şekeri, tansiyon ölçümleri yapılmaktadır.
* Tüm değerlendirmeler sonucunda riskli çıkan bireylere gerekli bilgiler verilmekte yönlendirmeleri gerçekleştirilmektedir.

**Okul Sağlığı**

Öğrenciler ve okul personelinin (gerektiğinde aileleri ile birlikte) sağlıklarının geliştirilmesi, sağlıklı okul ortamının ve okulda sağlıklı yaşam kültürünün sağlanması ve sürdürülmesi; öğrenciye, okula ve dolaylı olarak toplumun tamamına sağlık eğitimi verilebilmesi için çocuk gelişim uzmanlarımız, psikologlarımız, sosyal çalışmacılarımız ve eğitimli sağlık personelimiz çalışmaktadır.

* Tüm okullarımızda sağlık eğitimleri, sağlık taramaları yapılmakta (ağız-diş sağlığı, işitme vb.), okul çağı çocuklarımızın aşılarının yapılması sağlanmaktadır.
* Öğrencilerimiz, aile ve okul idaresinin katılımları sağlanarak tütün, alkol, madde bağımlılığı ve şiddete karşı eğitim yolu ile mücadele edilmesine dair çalışmalar yürütülmektedir.

**Koruyucu Ağız ve Diş Sağlığı**

* Diş çürüğü ve kayıplarının en aza indirilmesi amacıyla koruyucu ağız-diş sağlığı hizmetleri Diş Hekimlerimiz ve sağlık personelimizce sunulmaktadır.
* İlkokul 4. sınıfın sonuna kadar yılda iki kez, florürlü vernik uygulaması gerçekleştirilmektedir.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ**  | **SAĞLIKLI HAYAT MERKEZİ ADRES**  | **İRTİBAT NO** |
| **CEYLANOĞLU SHM** | Rabia Ana Mahallesi Halitpaşa Cd. No:13 **Yakutiye** | 0442 215 00 15/234 43 04 |
| **SOLAKZADE SHM** | Müftü Solakzade Mh. 14.Sk. **Palandöken** | 0442 343 22 25 |
| **YILDIZKENT SHM** |  Hüseyin Avni Ulaş Mh. Alparslan Türkeş Blv. **Palandöken** | 0442 343 65 70 |
| **SALTUKLU SHM** | Saltuklu Mh. Aliye İzzet Begoviç Cd. No:33 **Aziziye** | 0442 327 28 25 |

***SAĞLIKLI BESLENME VE HAREKETLİ HAYAT BİRİMİ***