



ÉMOT

MAGYAR ÉLETMÓD
ORVOSTANI TÁRSASÁG

ÉRKEZETT

20240131/1/11.ÉMOT

2024 JAN 31.



I W.: www.emot.hu | E.: info@emot.hu | T.: +36 70 629 6059 | Cím: 1015 Budapest Ostrom u. 16.

ELNÖK: Dr. Babai László

SÁNDOR - PALOTA

**1014 Budapest,
Szent György tér 1.**

Kelt: Budapest, 2024. január 31.

Ikt. Szám:

Dr. Novák Katalin

Köztársasági Elnök Asszony részére

Tárgy: „Mozgás éve” együttműködés és személyes egyeztetés kérése

Tisztelt Köztársasági Elnök Asszony!

Engedje meg, hogy kifejezzem örömet és gratuláljak a Mozgás Éve Köztársasági Elnöki határozat kihirdetéséhez.

A Magyar Életmód Orvostani Társaság 2013 óta végzi szakmai munkáját az életmóddal összefüggő betegségek gyógyításával, megelőzésével és kutatásával foglalkozó szakmai, tudományos szervezetként.

Az ÉMOT célja, hogy az életmódorvoslás által hozzájáruljon Magyarország lakosai és a magyar nemzet egészségéhez, boldogságához azáltal, hogy:

- az életmód orvosi beavatkozások használatát terjessze és elfogadottá tegye a gyógyításban,
- bizonyítékokon alapuló (evidence based), tudományos és holisztikus szemlélettel foglaljon állást az életmód orvostan kérdéseiben,
- támogassa és előmozdítsa az életmód orvostani kutatásokat, tudományos munkát,
- erősítse az egészség- és életmód ágazat szereplői közötti szakmai párbeszédet és együttműködést;
- tevékenységével felhívja a társadalom figyelmét az egészséges életmód fontosságára, szerepére a gyógyításban, megelőzésben,
- felhívja a figyelmet az egészségnevelés fontosságára, amely a családokban, a munkahelyeken és az oktatási intézményekben valósulhat meg leginkább,
- népszerűsítse a holisztikus szemléletet, amely szerint a hosszantartó egészség és az életminőség minél további megőrzése érdekében az emberi test-, szellem- és lélek harmóniájának megteremtése és megtartása a követendő út.

2024-ben lehetőséget kaptunk, hogy az Aktív Magyarországért felelős Államtitkársággal együttműködésben a NETA Bölcsék Tanácsában felelős szerepet vállalva a „**Mozgás receptre**” programunkkal támogathassuk a lakosság egészséges életmódját.

Kapcsolódva a 9/2024. (I. 26.) a Mozgás Éve meghirdetéséről szóló KE határozat 2. pontjában foglaltakhoz szakmai, tudományos társaságként magunk is aktív szerepet vállalunk az egészséges, aktív életmódra törekvő népszerűsítésében és a mindenki számára elérhető testmozgás biztosításában.



A **„Mozgás receptre” koncepció** forradalmian új megközelítés a gyógyításban, megelőzésben, az egészség hosszútávú megőrzésében. Ez az eszmerendszer egységesíti a mozgást és az orvosi tevékenységet, továbbá lehetőséget teremt arra, hogy a *házi orvosok, szakorvosok specifikusan írjanak elő különböző mozgásformákat a pácienseknek.*

A receptek hasonlóan néznek ki, mint a hagyományos orvosi receptek, de itt nem gyógyszerek, hanem konkrét mozgásprogramok és a mozgás különböző formáira vonatkozó javaslatok találhatók. Ezen innovatív megközelítés célja, hogy az egészségügyi ellátó hálózat segítségével is *ösztönözzük az embereket a testmozgásra*, mint az életmóddorvoslás egyik legfontosabb gyógyító-megelőző eszközére. A „Mozgás receptre” koncepció összekapcsolja az orvosi ajánlásokat a testmozgás széles skálájával, elősegítve a személyre szabott és hatékony gyógyítást-megelőzést.

Különösen fontos, hogy ebben a munkában ugyanazokat a célokat szolgáljuk, vagyis az egészségben eltöltött életévek számának növelését, a lakosság rendszeres testmozgásának elősegítését, és az egészségi állapot javítását.

Megtisztelő lenne számunkra, hogy Köztársasági Elnök Asszonnyal megosszuk a Mozgás receptre programunk részleteit és a további együttműködési lehetőségekhez is csatlakozzunk. Kérjük Köztársasági Elnök Asszony szíves javaslatait egy személyes találkozó időpontjára vonatkozóan!

Maradok tisztelettel:

Dr. Babai László elnök