W okresie od 01.09.2020 do 30.06.2022 Instytut Zdrowia MEDICALL realizuje projekt:

**„Odchudzamy Łódzkie! Zintegrowany program utrzymania aktywności zawodowej poprzez dietę i ćwiczenia”**

**DLA KOGO?**

Projekt skierowany jest do mieszkańców miasta Piotrków Trybunalski oraz powiatów piotrkowskiego, tomaszowskiego, radomszczańskiego i bełchatowskiego, w wieku aktywności zawodowej (30-65 lat), borykających się z nadwagą lub otyłością. Działania zaplanowane w ramach Projektu adresowane są do osób najbardziej narażonych na opuszczenie rynku pracy z powodu stanu zdrowia oraz osób najbardziej bliskich powrotowi na rynek pracy w wyniku otrzymanych świadczeń, aby mogły podjąć pracę lub wydłużyć aktywność zawodową.

**CELE**

Celem projektu jest wzrost szans na utrzymanie i przedłużenie aktywności zawodowej mieszkańców województwa łódzkiego (30-65 lat), zmagających się z nadwagą lub otyłością poprzez udział w programie zdrowotnym obejmującym konsultacje dietetyczne, wsparcie psychologiczne oraz wsparcie aktywności fizycznej.

Rezultatem działań projektu będzie zmniejszenie masy ciała średnio o 5% wyjściowej masy ciała uczestników zakwalifikowanych do udziału w projekcie i uczestniczących w jego działaniach.

**ZAKRES PROJEKTU**

Uczestnik projektu otrzymuje:

* + 12 indywidualnych konsultacji dietetycznych oraz plan dietetyczny,
	+ 2 indywidualne konsultacje z psychologiem,
	+ 3 grupowe zajęcia z psychologiem,
	+ refundację zajęć aktywności fizycznej,
	+ refundację końcowych badań laboratoryjnych oraz konsultację lekarską.

*W uzasadnionych przypadkach Uczestnik może się ubiegać o zwrot kosztów dojazdu na konsultacje dietetyczne.*

**KRYTERIA KWALIFIKACJI DO UDZIAŁU W PROJEKCIE**

1. Miejsce zamieszkania: miasto Piotrków Trybunalski + powiaty: piotrkowski, tomaszowski, radomszczański, bełchatowski.
2. Wiek: 30 – 65 lat.
3. BMI: ≥ 25 kg/m² – ≤ 39,9 kg/m² lub obwód talii: kobiety >80 cm, mężczyźni>94 cm.
4. Pozytywna opinia lekarza pierwszego kontaktu dotycząca udziału w Projekcie.
5. Wyniki badań wykonanych przez pacjenta na potrzeby wstępnej kwalifikacji do Projektu (wykonane nie później niż miesiąc przed wizytą).

*Badania: morfologia pełna, lipidogram, glukoza i insulina na czczo, glikemia przygodna, aminotransferazy wątrobowe, kwas moczowy, ciśnienie tętnicze.*

**ZGŁOSZENIE DO PROEKTU**

* odbierz druk Zaświadczenia umożliwiającego udział w Projekcie „Odchudzamy Łódzkie!” w Instytucie Zdrowia MEDICALL lub pobierz druk ze strony [www.medicall.com.pl](http://www.medicall.com.pl)
* poinformuj swojego lekarza o wdrożeniu Projektu, przekaż do wypełnienia Zaświadczenie umożliwiające udział w Projekcie
* poproś o skierowanie na badania laboratoryjne
* zgłoś się do Instytutu Zdrowia MEDICALL w Piotrkowie Trybunalskim przy ul. Wojska Polskiego 77 z aktualnymi wynikami badań i z wypełnionym zaświadczeniem od Twojego lekarza

**SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE**

Biuro projektu: Instytut Zdrowia MEDICALL

Piotrków Trybunalski, ul. Wojska Polskiego 77

tel. 44 649 77 24

czynne: od poniedziałku do piątku w godz. 8-21

[www.medicall.com.pl](http://www.medicall.com.pl)

