

# Egészség Hídja 2010

Médium: Hírextra  
Dátum: 2010.03.14.

## **A nők halálos ellenségei**

**Rák, csontritkulás és az AIDS korunk legismertebb, és a nőkre leginkább veszélyes betegségek közé tartoznak. Ezek a - sajnos legtöbb esetben halálos kimenetelű - betegségek kortól függetlenül, bármelyik korosztályban lévő nőt érintik.**

A betegségeknek általában minden évben kitűznek egy napot, melyen különböző műsorokkal és előadásokkal próbálják felhívni a nők figyelmét arra, hogy érdemes mindenféle szűrést elvégezni.

### **AIDS**

December elsején tartják az AIDS Világnapját. Magyarországon négy nagyvárosban piros szalaggal átkötött kék lufikat engednek szabadjárá az A-HA jóvoltából, melyet a Szülészeti- Nőgyógyászati Prevenációs Tudományos Társaság és a Magyar Orvostanhallgatók Egyesülete működtet.

Az ENSZ AIDS-szel foglalkozó szervezete, az UNAIDS nemrégiben végzett felmérései szerint a HIV fertőzés következményeibe hal bele korunkban a legtöbb termékeny korban lévő nő. Ennek fő oka, hogy a világon élő nők 70%-át kényszerítették már erőszakkal védekezés nélküli szexuális kapcsolatra. Ez a hatalmas arány rávilágít arra, hogy a segélyszervezetek eddig nem fordítottak elegendő figyelmet eme probléma orvoslására.

2000 február negyedikén a világkonferencia résztvevői által aláírt Párizsi Charta világméretű összefogásra szólítja fel az országokat a daganatos megbetegedések leküzdése ellen. Kevesen tudják, de hazánkban diagnosztizálták a legtöbb rákos megbetegedések okozta halálesetet, tehát ha másban nem is, de ebben Magyarország első helyen áll. A rák ellen, akárcsak az AIDS-nél, nincs ellenszer, azonban hatékonyan orvosolható különböző terápiákkal, mint például a kemoterápia, vagy a sugárkezelés.

Évente több, mint 3000 nőnél mutattak ki méhnyakrákot, mely öröklődéssel, vagy a HPV vírusnak köszönhetően támadja meg a gyengébbik nem képviselőit. A közhittel ellentétben ez a betegség nem csak a középkorú nőknél fordul elő, nagy arányban jelentkezik már a huszonéves fiataloknál is. Az idősebbeket sem kíméli a méhnyakrák, azonban az ő szervezetükben sokkal lassabban terjed.

A méhnyakrák ellen ugyan létezik egy három oltásból álló megelőző gyógyszer, azonban a Társadalombiztosítás ezt nem támogatja, pedig igencsak bele kell nyúlnia a pénztárcájába annak, aki úgy dönt, hogy beoltatja magát.

### **Csontritkulás**

Október 20-án tartják a Csontritkulás Világnapját. Az Egészségügyi Világszervezet az ezredfordulótól a 2010-ig terjedő időszakot a csont és ízület évtizedévé nyilvánította. A csontok elvékonyodnak, törékennyé válnak.

A csontritkulás leginkább az idősebb korosztályt veszélyezteti, a 60-70 év közöttiek egyharmada, s a 80 év felettek kétharmada él együtt ezzel a visszafordíthatatlan betegséggel. Magyarország lakosságából közel egymillió embert érint a csontritkulás, akik túlnyomó többsége nő.

### **Mellrák**

Évekkel ezelőtt október lett világszerte kikiáltva a mellrák elleni küzdelem hónapjává. A mellrák -akárcsak a rák legtöbb fajtája- kezdetleges állapotban visszafordítható.

Egyes adatok szerint az időben felismert mellrák 90%-os biztonsággal gyógyítható, ezért fontos a rendszeres szűrővizsgálat, azaz a mammográfia.

Évente 2400 nő hal bele ebbe a betegségbe Magyarországon. Ez a fajta rák az esetek 80%-ban ötvenévesnél idősebb nőknél fordul elő, azonban nem lehet eléggé hangsúlyozni minden korosztálynak a rendszeres vizsgálat fontosságát.

Keresztes Ildikó a mellrákról

A mellrák elleni 2009-es rendezvényen fellépő Keresztes Ildikót kérdeztük ezzel a betegséggel kapcsolatban:

Az énekesnő elmondta, hogy ha olyan felkérést kap, amivel valamilyen betegségre felhívhatják a figyelmet, azt mindenképpen elvállalja, ha van rá ideje. Meglátása szerint az emberek nem foglalkoznak eleget saját egészségükkel.

- A mai rohanó világban már semmi sem állandó, bárkit lecserélhetnek egyik pillanatról a másikra. Éppen ezért az emberek elhanyagolják az egészségüket, nem törődnek saját magukkal. Pedig az egészség az egyik olyan dolog, amit pénzért nem lehet megvenni. A lényeg a figyelemfelkeltés, hogy minél többen menjenek el rákszűrésre. – mondja az énekesnő – Én is évente járok mammográfiára, hiszen a nagymamám mellrákban halt meg és azt mondják, hogy ez a betegség nem az első, hanem a második generációra öröklődik. Éppen ezért próbálok egészségesen élni. Nem dohányzom, nem nagyon eszem egészségtelen ételeket. Már csak a sportot kellene jobban beépíteni az életembe.

Köztudott, hogy a rákos megbetegedések egyik okozója lehet a stressz is, melyről elmondta, hogy az ő munkája bizony igen megterhelő számára idegileg.

Arra a kérdésre, hogy hasznos-e a Lánchídi séta, ennek hatására több ember megy-e el rákszűrésre, a következőket mondta:

- Csak reménykedni merek. Azt gondolom, hogy sok kicsi sokra megy. Az a baj, hogy az emberek már elég immunisak a különböző felhívásokra, hiszen annyi szörnyűséget lehet nap, mint nap látni mindenhol.

Keresztes Ildikó azt is elmondta, hogy véleménye szerint a kórházak hozzáállásán is javítani kéne, hiszen ha valaki rákszűrésre jelentkezik, előfordul, hogy fél évvel későbbi időpontra hívják be, amely lehet, hogy már túl késő.

Megelőzés

A legfontosabb feladat tehát, hogy az emberek jobban odafigyeljenek az egészségükre. A különböző orvosi szűrések ne csak a munka és a családi teendők elvégzése után kapjanak helyet, hanem minden évben elvégzendő kötelező gyakorlatként legyen az emberek programjai között. Fontos a vitaminokban gazdag ételek fogyasztása, a friss levegő és a hetente néhány alkalomnyi bármilyen sport gyakorlása. Így ha kizárni nem is tudjuk a betegségek előfordulását, legalább kisebb esélyt adunk az előfordulásukra.

<http://www.hirextra.hu/2010/03/14/a-nok-halalos-ellensegei/>

Médium: Életforma  
Dátum:2010.03.13.

## **Egy fontos százalékláb - Segítsen!**

Az adóbevallás ma mindenkit érint, adónk felajánlható 1%-áról mi döntünk. Szerencsére jogunkban áll nekünk szimpatikus, fontos, segítő civil tevékenységet támogatni.

Idén segítse Ön is az Egészség Hídja Összefogás Egyesület munkáját abban, hogy legalább egy százalékkal csökkenhessen az emlődaganatos hölgyek száma.

[http://www.eletforma.hu/egy\\_fontos\\_szazaleklab\\_segitsen.html?hk=1](http://www.eletforma.hu/egy_fontos_szazaleklab_segitsen.html?hk=1)

Médium: Livaid.hu  
Dátum: 2010.

„Az az álmom, hogy a világon minden nőnek legyen egy Liv aid-je és szeresse magát annyira, hogy gondoskodjon melle egészségéről.”

Olivia Newton-John

Mi a Liv aid?

A Liv aid recept nélkül kapható gyógyászati segédeszköz.

A Liv aid egy lágy, folyadékkal töltött szív alakú párna. Ez az egyszerű, innovatív eszköz 2 részből áll, egy párnából és azt tartó fogórészből.

1. A fogó segít, hogy könnyen helyén tudja tartani a Liv aidet.

A fogó lágy és hajlékony, nincs hegyes éle, ami karcolást okozhatna.

2. A párna 2 Duraflex darabból készült, amely egészségügyi termékek számára egyedileg kifejlesztett poliuretán fólia (nagyon vékony, nagyon magas minőségű műanyag fólia). A fólia a bőrön lágy és sima érzést kelt, de ezzel egyidejűleg engedi, hogy az ujjak a mell szövete felett csússzanak. A párna ásványi olajjal töltött, amely a két fóliaréteg között síkosítóként viselkedik. Az ásványi olaj engedi, hogy a Liv aid felső műanyag rétege könnyedén mozogjon, mialatt a fólia alsó rétege a helyén marad. Ezáltal az érintés hatása felerősödik, ami az önvizsgálat folyamatában segít.

Miért jó a Liv aid?

Mert a Liv aid:

- minden hónapban használható
- könnyű tisztán tartani (szappannal és vízzel tisztítható)
- a mérete mindenki számára megfelelő
- mellplasztikán átesettek is használhatják

Hol kapható?

A Liv aid Magyarország összes gyógyszertárában kapható.

A Liv aid gondozása és tárolása

Gondos karbantartással és tárolással évekig használható. A Liv aidet eredeti csomagolásban, szobahőmérsékleten, közvetlen napfénytől védve kell tárolni. Amennyiben a Liv aid beszennyeződik, egyszerűen mossa le szappanos vízzel, öblítse le meleg vízzel, majd szárítsa meg.

Soha ne tegye mikrohullámú sütőbe a Liv aidet, ahhoz, hogy felmelegítse.

Egyszerűen addig tartsa a kezében az eszközt, amíg az el nem éri a kellemes testhőmérsékletet.

Ritkán a poliuretán fóliában lévő természetes adalékanyagok miatt a fólia felületén viasz jelenhet meg. Emiatt nem kell aggódnia, mivel 100%-ban természetes viasz. A viasz a filmrétegek könnyebb csúszását segíti elő.

<http://www.livaid.hu/>

Média: Napi Ász Online  
Dátum:2010.03.17.

## **Sztárpasik adtak szerenádot sztárcsajoknak! Különleges produkció**

**Különleges nőnap bulin jelent meg a hazai sztárvilág krémje. Együtt buliztak a sztárlányok (Tóth Vera, Peller Mariann, Dombóvári Vanda, Erdőhegyi Brigitta, Dammak Jázmin, Szorcsik Viki, Freire Szilvia, Hien és Széles Iza) a sztárpasikkal (Somló Tamás, Brasch Bence, Vásáry André, MCDC, Müller Attila, Mujahid Zoli, Viva Ben, Puskás Peti és Ivan). A fantasztikus zenéről a Star Jam Session gondoskodott. A különleges este színvonalát emelte, hogy Charlie volt a sztárvendég!**

Nőnap party révén, az oldott hangulatú bulit egy jótékonyági árverés is színesítette. A Jam Pub egyik relikviáját ajánlotta fel, és erre lehetett licitálni. A befolyt összeget a szórakozóhely az Egészség Hídja Összefogás Egyesületnek ajánlotta. A sztárvendégek is mind magukra tűzték az Egyesület jelképét, a rózsaszínű szalagot, hogy így is segítsék felhívni a figyelmet a mellrák veszélyeire! Ahogy ez lenni szokott a Bársony Bálint, Némó és Gitano alkotta Star Jam Session koncerteken, egymásnak adták át a mikrofont a meghívott énekesek egy- egy különleges produkcióért! A generációk nagy találkozása volt, mikor Somló Tamás együtt zenélt a rapper fenegyerekkel, MCDC-vel. Tóth Vera ismét megmutatta, hogy egy különleges gyöngyszem, az egész közönség tátott szájjal hallgatta rögtönzött előadását. Müller Attila, akit műsorvezetőként ismerhetünk, megcsillogtatta szaxofonos tudását is a színpadon! Egy Michael Jackson szám erejéig Ivan is szórakoztatta a publikumot. A házigazdák ezzel a kötetlen hangulatú partival is szerették volna segíteni a mellrák elleni harcot, melyben melljűk álltak bulin résztvevő sztárok is. Mindenki örömmel tűzte ki magára a rózsaszín szalagot, hogy felhívja a figyelmet a mellrák veszélyeire.

[http://www.napiaszonline.hu/bulvar/sztarpasik\\_adtak\\_szerenadot\\_sztarcsajoknak\\_17719](http://www.napiaszonline.hu/bulvar/sztarpasik_adtak_szerenadot_sztarcsajoknak_17719)

Médium:Családinét.hu  
Dátum:2010.03.01.

## **Egy fontos százalékláb – az emlőrák ellen**

[http://www.csaladinet.hu/hirek/eletmod/egeszseg\\_orvos-valaszol/13921/egy\\_fontos\\_szazaleklab\\_-\\_az\\_emlorak\\_ellen](http://www.csaladinet.hu/hirek/eletmod/egeszseg_orvos-valaszol/13921/egy_fontos_szazaleklab_-_az_emlorak_ellen)

Médium: Tabu Tv  
Dátum: 2010.03.18.

## **Brasch Bence viszonzatlan szerelme!**

**Brasch Bencét egy különleges nőnap bulin kapta el az internetes sztártvé stábja. Az este témája miatt másról nem is beszélgethettek volna, mint a hölgyekről. A kiscsillag elárulta, hogy volt már szerelmi csalódása, és egy olyan lányról is hosszan mesélt, aki után sokáig vágyakozott. Talán ez a hölgy ihlette meg a legújabb dalát is, amihez hamarosan klipet forgat SP segítségével.**

A kiscsillag nőkről mesélt a tabutv.hu riporterének, ugyanis Bence épp egy olyan klipet készül forgatni, ami egy szerelmi történetet mesél el. "A videóban szerelmes leszek egy lányba, akit egész végig követek, és hogy végül utolérem-e, az majd kiderül!" - kezdi a tabutv.hu-nak adott interjút sejtelmesen Brasch Bence.

„Minden ember életében vannak olyan szituációk, amikor mennek egy lány után, az enyémben még nem volt, de biztosan lesz. Volt viszont egy lány, akibe több, mint fél évig is tápláltam érzelmeket, de nem vállaltuk fel. Nem volt meg az a plusz, ami miatt összejöhetünk volna. Sokkal jobb, hogy megmaradtunk csak barátoknak!” - mondta el a Tabu Tv internetes videójában az énekes, akiről azt csicseregtek a madarak, hogy SP-vel együtt dolgozik az új videoklipjén.

„Valóban Krisztián rendezte a legújabb klipemet, aminek nagyon örülök. Rendkívül kreatívnak tartom, a forgatáson nagyon jóban lettünk!” - Brasch Bence a tabutv.hu-nak elmondta, hogy azért szeret SP-vel dolgozni, mert megoszthatja vele az ötleteit, elárulhatja, hogy valójában mit szeretne, és így együtt egy igazi kis csapatot alkotva remekül halad a munka.

A rendezvénynek a Jam Pub adott otthont és az aukció az Egészség Hídja Összefogás Egyesület-et támogatta!

(videó)

[http://www.tabutv.hu/video/brasch\\_bence\\_viszonzatlan\\_szerelme\\_979](http://www.tabutv.hu/video/brasch_bence_viszonzatlan_szerelme_979)



Médium: Intima.hu  
Dátum: 2010.

## **Egy fontos százalék az emlőrák ellen**

**Idén segítse Ön is az Egészség Hídja Összefogás Egyesület munkáját abban, hogy legalább egy százalékkal csökkenhessen az emlődaganatos hölgyek száma.**

Az emlőrák a nők leggyakoribb daganatos betegsége, ritkábban, de egyre emelkedő számban férfiaknál is előfordul. Magyarországon évente mintegy 7500 új megbetegedést diagnosztizálnak. Jelenleg 60.000 emlődaganatos betegről tudnak, több mint kétharmaduk azonban már előrehaladott, áttétes mellrákkal kereste fel orvosát.

Holott az emlődaganat a korai stádiumban igen jó eséllyel, 90%-ban gyógyítható, de csak akkor, ha idejében felismerik!

Hazánkban a 45-65 év közötti nőket két évente hívja az ÁNTSZ lakóhelyük szerint illetékes mammográfiás szűrővizsgálatra. Jelenleg a leginkább veszélyeztetett korosztályhoz tartozó nők mindössze 38%-a tesz e felhívásnak eleget, ezért az Egyesület évről-évre újabb programokkal igyekszik ösztönözni a részvételi kedvet. Rengeteg dolgunk van! Pontosan 62%-nyi: ennyi azon veszélyeztetett nőknek az aránya, akik nem jelennek meg semmilyen szűrővizsgálaton. Ezért hirdetjük meg évről-évre, hónapról-hónapra „mozgósító” kampányainkat, ezért hangsúlyozzuk minden fórumon és rendezvényen az önvizsgálat fontosságát!

Eredményeink: Az Egészség Hídja Összefogás Egyesület mellrák elleni kampányaihoz eddig is rengeteg támogatást, erkölcsi és anyagi segítséget kapott. Eredményeink dióhéjban:

- 2009-ben útjára indítottuk és 2010-ben is folytatjuk a nagysikerű „Összefogás Póló” és „Összefogás Zokni” kampányainkat, amellyel cégek, hazai és külföldi világsztárok segítségével juttattunk el több mint 20 ezer háztartásba önvizsgálatra serkentő és tanító tájékoztató füzetecskét.
- Több ezren sétáltak át velünk 2002 óta a rózsaszínben pompázó Lánchídon azért, hogy a szűrések fontosságát és saját felelősségünket a betegség megelőzésében hangsúlyozzák. Lánchíd Séta programunk idén is megrendezésre kerül.
- 16 nagyvállalat 100 000 munkatársát kértük arra, hogy vigye haza üzenetünket és családjá körében népszerűsítse az országos egészségtudatosági kampányunkat, a PartnerLánc-ot, hiszen valljuk, hogy először saját házuk táján, szűk környezetünkben kell elkezdeni az egészségről máshogyan gondolkodni. Tavasszal folytatódik ez a kampány is.
- A Ferencvárosi Torna Club női kosárlabda szakosztálya is csatlakozott a mellrák elleni felvilágosító kampányához. A kosárcsapat az Egyesület logóját kiemelt helyen tünteti fel szerelésén a 2009/2010-es szezon és az azt követő évad első osztályú mérkőzésein és rendezvényein.

Büszkék vagyunk arra, hogy az Egészség Hídja Összefogás Egyesület hazánkban az első PPP (public private partnership), azaz a kormányzat, az üzleti élet és a civil szféra összefogásán alapuló kezdeményezés.

Pártállástól, üzleti érdekektől függetlenül tudunk megszólítani és összefogásra buzdítani politikusokat, szervezeteket, sztárokat és üzletembereket.

2010-ben az Intima.hu is csatlakozik az Egészség Hídja Összefogáshoz.

Csatlakozzon Ön is hozzánk és támogassa az Egészség Hídja Összefogás Egyesület munkáját személyi jövedelemadója 1%-val!  
Adójának 1%-a, a mi Egészség Hídja Összefogásunkban egy olyan tartó láb lehet, amellyel anyák, feleségek, nagymamák, lányok túlélési esélyeit javíthatjuk.  
Bővebb információk az [EgészségHíd.hu](http://www.intima.hu) oldalán található.

<http://www.intima.hu/egy-fontos-szazalek-az-emplorak-ellen>

Médium:HarmoNet  
Dátum:2010.03.18.

## **Brasch Bence viszonzatlan szerelme!**

**Brasch Bencét egy különleges nőnap bulin kapta el az internetes sztártévé stábja. Az este témája miatt másról nem is beszélgethettek volna, mint a hölgyekről. A kiscsillag elárulta, hogy volt már szerelmi csalódása, és egy olyan lányról is hosszan mesélt, aki után sokáig vágyakozott. Talán ez a hölgy ihlette meg a legújabb dalát is, amihez hamarosan klipet forgat SP segítségével.**

A kiscsillag nőkről mesélt a tabutv.hu riporterének, ugyanis Bence épp egy olyan klipet készül forgatni, ami egy szerelmi történetet mesél el. "A videóban szerelmes leszek egy lányba, akit egész végig követek, és hogy végül utolérem-e, az majd kiderül!" - kezdi a tabutv.hu-nak adott interjút sejtelmesen Brasch Bence.

"Minden ember életében vannak olyan szituációk, amikor mennek egy lány után, az enyémben még nem volt, de biztosan lesz. Volt viszont egy lány, akibe több, mint fél évig is tápláltam érzelmeket, de nem vállaltuk fel. Nem volt meg az a plusz, ami miatt összejöhetünk volna. Sokkal jobb, hogy megmaradtunk csak barátoknak!" - mondta el a Tabu Tv internetes videójában az énekes, akiről azt csicseregtek a madarak, hogy SP-vel együtt dolgozik az új videoklipjén.

"Valóban Krisztián rendezte a legújabb klipemet, aminek nagyon örülök. Rendkívül kreatívnak tartom, a forgatáson nagyon jóban lettünk!" - Brasch Bence a tabutv.hu-nak elmondta, hogy azért szeret SP-vel dolgozni, mert megoszthatja vele az ötleteit, elárulhatja, hogy valójában mit szeretne, és így együtt egy igazi kis csapatot alkotva remekül halad a munka.

A rendezvénynek a Jam Pub adott otthont és az aukció az Egészség Hídja Összefogás Egyesület-et támogatta!

<http://www.harmonet.hu/showbiznisz/53924-brasch-bence-viszonzatlan-szerelme!.html&harmo=250160>

Médium:Delmagyar.hu  
Dátum:2010.03.18.

## **Brasch Bence viszonzatlan szerelme**

**Brasch Bencét egy különleges nőnap bulin kapta el az internetes sztártévé stábjá. Az este témája miatt másról nem is beszélgethettek volna, mint a hölgyekről.**

A kiscsillag elárulta, hogy volt már szerelmi csalódása, és egy olyan lányról is hosszan mesélt, aki után sokáig vágyakozott. Talán ez a hölgy ihlette meg a legújabb dalát is, amihez hamarosan klipet forgat SP segítségével.

A kiscsillag nőkről mesélt a tabutv.hu riporterének, ugyanis Bence épp egy olyan klipet készül forgatni, ami egy szerelmi történetet mesél el. "A videóban szerelmes leszek egy lányba, akit egész végig követek, és hogy végül utolérem-e, az majd kiderül!" - kezdi a tabutv.hu-nak adott interjút sejtelmesen Brasch Bence.

„Minden ember életében vannak olyan szituációk, amikor mennek egy lány után, az enyémben még nem volt, de biztosan lesz. Volt viszont egy lány, akibe több, mint fél évig is tápláltam érzelmeket, de nem vállaltuk fel. Nem volt meg az a plusz, ami miatt összejöhetünk volna. Sokkal jobb, hogy megmaradtunk csak barátoknak!” - mondta el a Tabu Tv internetes videójában az énekes, akiről azt csicseregtek a madarak, hogy SP-vel együtt dolgozik az új videoklipjén.

„Valóban Krisztián rendezte a legújabb klipemet, aminek nagyon örülök. Rendkívül kreatívnak tartom, a forgatáson nagyon jóban lettünk!” - Brasch Bence a tabutv.hu-nak elmondta, hogy azért szeret SP-vel dolgozni, mert megoszthatja vele az ötleteit, elárulhatja, hogy valójában mit szeretne, és így együtt egy igazi kis csapatot alkotva remekül halad a munka.

A rendezvénynek a Jam Pub adott otthont és az aukció az Egészség Hídja Összefogás Egyesület-et támogatta!

[http://www.delmagyar.hu/bulvarx/brasch\\_bence\\_viszonzatlan\\_szerelme/2147379/](http://www.delmagyar.hu/bulvarx/brasch_bence_viszonzatlan_szerelme/2147379/)

Médium:Metropol.hu  
Dátum:2010.03.10.

## **Elindult az új akció**

**Magyarországon az utóbbi években talán megkezdődött a halálozás csökkenése. Az emlőrák a nők leggyakoribb daganatos megbetegedése.**

Március 8-án az Egészség Hídja Összefogás Egyesület támogató művészei és arcai – Sebestyén Márta énekesnő, Oroszlán Szonja, Tallós Rita színművésznők és Ungár Anikó bűvész – a Mammot 2 postán az Összefogás pólóinak árusításával hívták fel a figyelmet a mellrákszűrések fontosságára.

A Magyar Posta postaboltjaiban március 8-tól, a nemzetközi nőnaptól anyák napjáig (május 2.) vagy a készlet erejéig árulja az Összefogás pólót.

A négy színben kapható, 990 forintba kerülő pólók országsszerte 53 postahelyi boltban lesznek megvásárolhatók, elsősorban a megyeszékhelyeken és a nagyobb postákon. Minden darab mellé az egyesület a mell önvizsgálatára vonatkozó tájékoztató kis füzetet is ad, amellyel segíti a felvilágosító kampányt.

Nem ez az első mellrák ellenes akciója a Magyar Postának. A US Posttól átvéve, 2005-ben Európában elsőként bocsátották forgalomba a „Mellrák: Adunk a gyógyulásra” feláras forgalmi bélyeget. A befolyt felárbevétel az Országos Onkológiai Intézet kapta. A kibocsátás óta több mint 225 ezer bélyeg fogyott el, így már több mint 10 millió forinttal tudtak hozzájárulni az emlőrákkutatásokhoz. „Olyan ügyben hajlandó vagyok, és szeretek is részt venni, amely jó célt szolgál.” Sebestyén Márta.

<http://www.metropol.hu/mellekletek/egeszseg/cikk/537986>

Médium: Női teázó  
Dátum:2010.

## **Egy fontos százalékláb – az emlőrák ellen**

**Az adóbevallás ma mindenkit érint, adónk felajánlható 1%-áról mi döntünk. Szerencsére jogunkban áll nekünk szimpatikus, fontos, segítő civil tevékenységet támogatni. Idén segítse Ön is az Egészség Hídja Összefogás Egyesület munkáját abban, hogy legalább egy százalékkal csökkenhessen az emlődaganatos hölgyek száma.**

Az emlőrák a nők leggyakoribb daganatos betegsége, ritkábban, de egyre emelkedő számban férfiaknál is előfordul. Magyarországon évente mintegy 7500 új megbetegedést diagnosztizálnak. Jelenleg 60.000 emlődaganatos betegről tudnak, több mint kétharmaduk azonban már előrehaladott, áttétes mellrákkal kereste fel orvosát. Holott az emlődaganat a korai stádiumban igen jó eséllyel, 90%-ban gyógyítható, de csak akkor, ha idejében felismerik.

Hazánkban a 45-65 év közötti nőket két évente hívja az ÁNTSZ lakóhelyük szerint illetékes mammográfiás szűrővizsgálatra. Jelenleg a leginkább veszélyeztetett korosztályhoz tartozó nők mindössze 38%-a tesz e felhívásnak eleget, ezért az Egyesület évről-évre újabb programokkal igyekszik ösztönözni a részvételi kedvet.

Rengeteg dolgunk van! Pontosan 62%-nyi: ennyi azon veszélyeztetett nőknek az aránya, akik nem jelennek meg semmilyen szűrővizsgálaton. Ezért hirdetjük meg évről-évre, hónapról-hónapra „mozgósító” kampányainkat, ezért hangsúlyozzuk minden fórumon és rendezvényen az önvizsgálat fontosságát!

Eredményeink:

Az Egészség Hídja Összefogás Egyesület mellrák elleni kampányaihoz eddig is rengeteg támogatást, erkölcsi és anyagi segítséget kapott. Eredményeink dióhéjban:

- 2009-ben újtárra indítottuk és 2010-ben is folytatjuk a nagyszerű „Összefogás Póló” és „Összefogás Zokni” kampányainkat, amellyel cégek, hazai és külföldi világsztárok segítségével juttattunk el több mint 20 ezer háztartásba önvizsgálatra serkentő és tanító tájékoztató füzetecskét.
- Több ezren sétáltak át velünk 2002 óta a rózsaszínben pompázó Lánchídon azért, hogy a szűrések fontosságát és saját felelősségünket a betegség megelőzésében hangsúlyozzák. Lánchíd Séta programunk idén is megrendezésre kerül.
- 16 nagyvállalat 100 000 munkatársát kértük arra, hogy vigye haza üzenetünket és családjá körében népszerűsítse az országos egészségtudatosági kampányunkat, a PartnerLánc-ot, hiszen valljuk, hogy először saját házuk táján, szűk környezetünkben kell elkezdni az egészségről máshogyan gondolkodni. Tavasszal folytatódik ez a kampány is.
- A Ferencvárosi Torna Club női kosárlabda szakosztálya is csatlakozott a mellrák elleni felvilágosító kampányához. A kosárcsapat az Egyesület logóját kiemelt helyen tünteti fel szerelésén a 2009/2010-es szezon és az azt követő évad első osztályú mérkőzésein és rendezvényein.

Büszkék vagyunk arra, hogy az Egészség Hídja Összefogás Egyesület hazánkban az első PPP (public private partnership), azaz a kormányzat, az üzleti élet és a civil szféra összefogásán alapuló kezdeményezés.

Pártállástól, üzleti érdekektől függetlenül tudunk megszólítani és összefogásra buzdítani politikusokat, szervezeteket, sztárokat és üzletembereket. „Reméljük, hogy ezekkel a kezdeményezésekkel minél több hölgyhöz jut el üzenetünk, hogy törődjön az egészségével, hogy ne feledkezzen meg a szűrésről, mert az időben felismert mellrák több mint 90 százalékos hatékonysággal gyógyítható. Az egészség rajtunk múlik!” – mondja Körtvélyes Éva, az egyesület elnöke.

Hálásak vagyunk mind a médiának, mind a közszereplőknek azért, hogy eljuttatták üzeneteinket a célcsoporthoz. 2010-ben is számítunk az együttműködésükre! Adójának 1%-a, a mi Egészség Hídja Összefogásunkban egy olyan tartó láb lehet, amellyel anyák, feleségek, nagymamák, lányok túlélési esélyeit javíthatjuk.

Az emlőrákban elhunytak száma korábban nőtt, a nyugati országokban ma már csökken. Magyarországon az utóbbi években a növekedés megállt, és talán a daganatos halálozás csökkenése is megkezdődött. Hisszük, hogy ebben az önvizsgálatra való felhívásnak, az ösztönző programoknak is szerepük volt.

Csatlakozzon hozzánk és támogassa az Egészség Hídja Összefogás Egyesület munkáját személyi jövedelemadója 1 %-val!

Egészség Hídja Összefogás az Egészségért, a Mellrák Ellen Egyesület székhely:  
1135 Budapest, Lehel út. 61. 4. em.  
nyilvántartási szám: Fővárosi Bíróság 12.165  
bankszámla szám: 12011351-00142577-00100009  
adószám: 18123869-2-41

[http://www.noiteazo.hu/index.php?mod=news&&kat=14&&news\\_id=1792](http://www.noiteazo.hu/index.php?mod=news&&kat=14&&news_id=1792)

Médium: Borsonline

Dátum: 2010.03.17.

## **Olivia Newton-John csodaszerrel kampányol Pesten**

**Budapestre érkezett Olivia Newton-John. A Pomádé sztárja mostanában inkább az esőerdők kincseivel foglalkozik, mint zenei karrierjével, de elárulta: visszatér a rivaldafénybe.**

VISSZATÉRÉS - Még legfanatikusabb hívei sem ismernék fel a pesti utcán, pedig a diszkókorszakban szinte minden férfiöltöző ajtaján ott virított a képe. Olivia Newton-John tegnap érkezett Magyarországra, csinos volt, elegáns, de nem emlékeztetett a Pomádé szőke fruskájára. Nem is csoda, nagymamakorba lépett: 62 éves.

A négyszeres Grammy-díjas énekesnő nem új filmjét vagy lemezét népszerűsíti hazánkban, hanem egy új terméket, a Zamut. Férje, John Easterling az amazóniai őserdőkben utazva figyelt fel az ott termő gyümölcs áldásos hatásaira, amelyeket étrend-kiegészítőként és bőrápolóként hasznosít.

– Ezek a termékek rengeteg energiát adnak. A Zamu és a szerelem az, ami fiatalon és szépen tart – hirdeti Olivia Pesten, de szavainak hitelét némileg aláássa, hogy arcán jól láthatók a plasztikai beavatkozás nyomai.

Az énekesnő számára ma már a jótékonykodás a legfontosabb: nemrégiben az esőerdők megmentéséért kampányolt, s létesített egy gyógyközpontot is rákbetegek számára.

– Én is túlélő vagyok. Mellrákom volt, de legyőztem. Rá kellett jönnöm: ehhez arra volt szükség, hogy ne csak a testemet kezeljék, hanem a lelkemet és a szellememet is. Az ausztráliai központban ezt teszik a betegekkel – mesélte Olivia, aki nem tűnt el teljesen a rivaldafényből: múlt hónapban mutatták be új filmjét, a Score-t.

– Élveztem, hogy újra forgatok, ezért fontolgatom, hogy elkészítek még néhány filmet, s ha lesz egy kis szabadidőm, nekilátok az új albumomnak is – árulta el Newton- John.

<http://www.borsonline.hu/news.php?op&hid=28082>



Médium: Progresszív Magazin  
Dátum: 2010.03.04.

## **Interjú - Csak az igazat szabad elmondani - Hackl Mónika, a Tesco kommunikációs vezetője**

**Bár világéletében marketing- és kommunikációs szakemberként dolgozott, Hackl Mónika egy cseppet sem bánja, hogy első végzettsége programozó matematikus. A Tesco új kommunikációs vezetője fél éve van még csak a cégnél, munkájának eredménye azonban máris jól érzékelhető.**

Mondana néhány szót szakmai pályafutásáról?

Idén 15. éve dolgozom a marketing és kommunikáció terén, ebből több mint 13 évet töltöttem vezető beosztásban. Eleinte közszolgálati cégeknél – a postánál és az energiaszektorban – tevékenykedtem, Szegeden, a szülővárosomban és Győrben. Később úgy hozta az élet, hogy Budapestre költöztem, ahol a HungaroControl, – amely a légiforgalmi irányítás szervezete Magyarországon – teljes külső és belső kommunikációját irányítottam. Bár eredeti végzettségem programozó matematikus, később közgazdászdiplomát is szereztem, valamint PR és EU szakértői diplomám is van.

Nem nehéz megbirkózni a Tescóhoz kapcsolódó, sokszor negatív előítéletekkel?

Komoly kihívást jelent, mert egy ekkora nagyvállalatnál a negatív dolgokat, a rossz híreket sokkal hamarabb észreveszik, nem ritkán felfűjják őket.

A két alapelv, amelyben hiszek és a jó sajtókapcsolatok alapjának tartom, hogy mindig elérhetőnek kell lenni, másrészt mindig válaszolni kell, és a válasz nem tartalmazhat valótlan állítást. Ez természetesen nem azt jelenti, hogy mindig mindent el kell mondani, mert nyilvánvalóan lehetnek olyan információk, amelyek nem publikusak. De csak az igazat szabad elmondani. Mindemellett egy jó szóvivőnek a cége minden területét legalább alapjaiban ismernie kell. Úgy érzem, az elmúlt fél évben ezen a téren is sokat fejlődtem, a kezdeti hatalmas mennyiségű információáradatot lépésről lépésre feldolgoztam, ma már minden területről megfelelő ismeretanyaggal rendelkezem. Most már egyre inkább koncentrálnék az imidzsünk javítására, amiben segít, hogy számos pozitív dolog történik nálunk, elsősorban a CSR területén. A nehéz az, hogy a média olyan falat épít az ilyen jellegű információk elé, amelyet nehéz áttörni.

Mik a vállalat tervei idén az expanzió terén, illetve befolyásolta-e a terveket a válság?

A kialakult válság természetesen a mi életünket is befolyásolja. Ennek ellenére igyekszünk a korábbi terveinket megvalósítani. Magyarországon a Tesco a legnagyobb kiskereskedelmi üzletlánc, jelenleg 18 százalékos piaci részesedéssel bírunk, és ebben az évben is tovább bővítjük üzleteink számát. A hipermarketek mellett megjelent a „Tesco Expressz” formátumunk, ami egy szupermarket méretű, általában belvárosokban elhelyezkedő üzlet típus, a mindennapi bevásárlások színtere, de a termékek a hipermarketekben megszokott kedvező áron kerülnek a polcokra.

Már eddig is igyekeztünk üzleteinket a lehető legtöbb kényelmi szolgáltatással ellátni, az új üzletekben ez még inkább így lesz. Ma már nem nyílnak áruházunk gyógyszertár nélkül, és reményeink szerint egyre több Tescóban elérhető lesz a postai szolgáltatás is.

Új áruházainkat környezetbarát megoldásokkal látjuk el. Mindemellett igyekszünk olyan tetszetős, bevásárlóbarát környezetet kialakítani, melyben élmény a vásárlás. A régebbi üzleteinkben is megvalósítjuk mindezt, azok lépésről lépésre történő felújítása, átalakítása során.

A válság következtében korábbi terveinket felülvizsgáltuk, működésünket folyamatosan racionalizáljuk. A megváltozott piaci környezetben még fontosabb, hogy jó minőségű, kedvező árú termékekkel várjuk vásárlóinkat.

A termékkörben terveznek-e bővülést?

Természetesen igen. Hogy csak a legaktuálisabbat említsem, a napokban kerül a polcokra új, „Light Choices” termékcsaládunk. A család majdnem minden kategóriában kínál csökkentett zsír- és cukortartalmú megoldást a diétázóknak. A Tesco saját márkás termékek esetében nagy gondot fordítunk arra, hogy feltüntessük mind a termék tápanyag-összetételére, mind pedig a napi ajánlott tápanyagbevitelre vonatkozó adatokat, ez így lesz az új termékcsalád esetében is. Ezen kívül rugalmasan alkalmazkodunk a piac igényeihez, ha a vásárló keres egy terméket, vagy egyéb okból szükségesnek ítéljük, akkor az gyorsan megjelenik áruházaink polcain.

Mit tesz az üzletlánc a környezetvédelemért? Mi történt például a szmogriadó napján? (Azóta az élelmiszerszállítók mentesültek a korlátozások alól.)

Elkötelezettek vagyunk a környezet védelme mellett. Folyamatosan szaporodik zöld áruházainak száma, mind az újonnan épült üzletek, mind a régiek átalakításával korszerű környezetbarát, energiatakarékos módszereket valósítunk meg.

Áruházaink egyre „zöldebbek”. Ez azt jelenti, hogy komoly erőfeszítéseknek köszönhetően, élen járunk a hazai áruházláncok tekintetében az energiatakarékos és a környezetszennyezés csökkentését célzó megoldások alkalmazásában. Ide tartozik többek között, hogy minél többet tegyünk a légkör szén-dioxid koncentráció emelkedésének, a légkör felmelegedésének megakadályozásáért: a 2006-hoz, mint bázisévhez képest 2020-ig a fajlagos szén-dioxid-terhelést a felére kívánjuk csökkenteni, és ennek érdekében működésünk során olyan technológiákat vezetünk be, amelyek e cél elérését szolgálják. Együttműködünk az energiagazdálkodásban és a környezetvédelem területén több intézménnyel: mint például az Energiagazdálkodási Egyesülettel és a Budapesti Műszaki Egyetemmel.

Ma már egy sor áruházban alkalmazunk energiatakarékos megoldásokat:

Sátoraljaújhely volt Közép-Európa első „zöld” áruháza, amelyet 2006-ban nyitottunk meg, majd a sor folytatódott több energiatakarékos áruházzal Várpalotán, Dorogon, Gyömrőn, Bonyhádon és Szolnokon, s raktárainkban is figyelmet fordítunk a környezetbarát technológiára: gyáli frissraktár bázisunkon napkövető napelemes rendszert használunk villamosenergia-nyerésre. Meglévő áruházainkban is megkezdtük azokat az átalakításokat, amelyek az előbb említett célokat szolgálják: mozgásérzékelőket szerelünk be a hátsó területeken, melyek lekapcsolják a világítást, ahol nincs személyzet, energiatakarékos égőket használunk, az eladótérben a fagyasztókat üvegajtókkal fedjük le.

Az úgynevezett zöld tető, geotermikus energiák használata, mini szélérőművek, szolár panelek, szeletív hulladékgyűjtés áruházainkban, környékükön, valamint irodáinkban, lebomló bevásárlószatyrok kínálata ma már napi működésünk részévé vált.

A szelektív gyűjtőszigetek már régóta megtalálhatóak áruházainkban, a nagyobbak a parkolóknak, a kisebbek az üzlettérben. Januárban vezettük csak be, de máris hihetetlenül népszerű az egyutas PET palackokat és aludobozokat visszagyűjtő akciónk. Többféle környezetbarát bevásárlótáskát kínálunk vásárlóinknak, az egyik

visszaváltható, tehát elegendő csupán egyszer megvásárolni. Az eddig ingyenesen osztogatott bevásárlószatyorért több áruházunkban 5 Ft-ot kérünk. Az eredmények megdöbbentőek: máris tizedére csökkent a fogyásuk. Ezzel hangsúlyozottan nem többletbevételt akarunk, hiszen az összegyűjtött összeget, amely 20 millió forint, országsszerte egy-egy kiválasztott helyi szervezetnek adtuk át ez év elején.

Március 6-án indítjuk el „Suli” akciónkat, amelyben iskolák versenyeznek PET palack és aludoboz visszaváltásban. A legtöbbet visszahozó osztályok osztálykirándulását anyagilag segítjük, de az egész mozgalom fő célja, hogy tudatosítsuk a gyerekekben és a szülőikben, hogy a hulladék érték, amit szelektíven kell gyűjteni.

A szmogriadóra visszatérve: váratlanul jött, az élelmiszerszállítást nem lehet ilyen hirtelen leállítani, és mint azóta kiderült, erre a későbbiekben sem leszünk kötelezve. Mint említettem önként vállaltuk, hogy 2020-ig a 2006-os évinek felére csökkentjük szén-dioxid kibocsátásunkat, reméljük más cégek is követik példánkat.

A CSR terén hogyan döntenek el, hogy a környezetvédelmen kívül mire helyezik a hangsúlyt?

Évek óta meghatározott irányt vett a támogatásunk, elsősorban a hátrányos helyzetű fiatalok, gyermekek sorsának javítására fókuszálunk. Hangsúlyozom, hogy ez nemcsak pénzüsszegek osztogatását jelenti. A Salva Vita alapítvánnyal fennálló együttműködésünknek köszönhetően, számos áruházunkban foglalkoztatunk megváltozott munkaképességű, fogyatékkal élő munkatársakat, akik szívvel-lélekkel és állandó lelkesedéssel dolgoznak.

„Év Támogatottja” programunk már nyolc éve fut, és nemcsak az újonnan kiválasztottakat, hanem az előző partnereket is igyekszünk segíteni. Az Egészség Hídja mozgalmat is rendszeresen támogatjuk, és állandó kapcsolatban vagyunk a Vöröskereszttel és az Élelmiszerbankkal is.

Minden településen, ahol hipermarketet nyitunk, kiválasztunk egy helyi szervezetet, amelyet félmillió forinttal támogatunk.

Sokan a szakmán belül panaszkodnak a Tescóra, mert annyira kemény anyagi feltételeket szab beszállítóinak, amelyeknek csak „alapanyag kispórolással”, éppen ezért minőségromlással lehet eleget tenni.

Valamennyi szállítói szerződésünk a partnerrel közösen kerül kialakításra. Fontos szem előtt tartani, hogy aki áruházláncunk beszállítója, komoly volumennel szerepel kínálatunkban, amely jelentős értékesítési lehetőséget jelent számára. Stabil üzleti partnerek vagyunk. Aki pedig megnyeri valamely saját márkás termékünk tenderét, négy országba szállíthat be.

Mi a véleménye arról, hogy esetleg törvénybe iktatják, hogy az áruházak polcain 80 százalékban magyar termékeket kell árusítani.

Nehéz definiálni a magyar áruk fogalmát. Bár erre több elképzelés is született, mindez jelenleg még nem került véglegesítésre. Egyetértünk a magyar termelők támogatásának szándékával, nekünk azonban elsősorban a vásárlóink érdekeit kell szem előtt tartani, akik közül sokaknak az a legfontosabb, hogy olcsón hozzá tudjon jutni az alapvető élelmiszerekhez. A tárgyalássorozatokban mi is részt vettünk, és igyekeztünk konstruktívan segédkezni véleményünk, javaslataink és tapasztalataink ismertetésével.

[http://74.125.77.132/search?q=cache:aL7\\_52vI0sJ:www.progressziv.hu/index.php%3Flink%3Dmagazin.tmp%26sz\\_id%3D1518%26funk%3D5+progressz%C3%ADv+magazin+eq%C3%A9szs%C3%A9g+h%C3%ADdja&cd=1&hl=hu&ct=clnk&gl=hu](http://74.125.77.132/search?q=cache:aL7_52vI0sJ:www.progressziv.hu/index.php%3Flink%3Dmagazin.tmp%26sz_id%3D1518%26funk%3D5+progressz%C3%ADv+magazin+eq%C3%A9szs%C3%A9g+h%C3%ADdja&cd=1&hl=hu&ct=clnk&gl=hu)