

Egészség Expo Veszprémben

2015. október 14-16-ig Egészség Expo-t szervezett a Veszprémi Gyülekezet a Nagyvárosi Evangelizációs gyereahogyvagy programja keretében.

Az expo megrendezése nem új keletű a gyülekezet életében, hiszen tavról tavra a Széchenyi Világnapjához kapcsolódóan tartott már ilyen témájú programot. A korábbi években egynapos rendezvényről volt szó, melynek programjában felváltva szerepeltek értékes előadók neves szaktekintélyektől, valamint a teljesség kedvéért kóstolók és természetelmaradhatatlan ingyenes egészségügyi műsorok, állapotfelmérések és tanácsadások.

Az idei év helyszínévé is rendhagyó volt. A pécsi és soproni pláziákban megtartott hasonló jellegű programsorozatok jó hírre utat nyitott a veszprémi Balaton Pláza, mint társpláza helyszínévé való megszerzésére. A komplexum vezetőivel folytatott sikeres egyeztetések, tárgyalások hamar egyetértelművé tették, hol lesz az idei expo otthona. A házigazdák pozitív és maximálisan együttműködő hozzáállásait tákrázi, hogy a kijelölt területet ingyen juttatták rendelkezésünkre.

A szervezés kezdeti sikerein kívül az idei program népszerűségét előrevetette a korábbi években az egészségügyi expok iránt tapasztalt nagy érdeklődés a városról, a mindig előgedetten távozó arcok, a rutin, amit a gyülekezet összes tagjainak közösen munkájában láthatunk, és nem utolsósorban az évek óta fennálló, a városban jó hírnevet kiválóan a letmádklub működése.

Az expo mindig is egy óvadnyit rendezvénye volt az letmádklubnak, melyen már a klub foglalkozásaira is invitáltuk a vendégeket. Most sem tartott ez másként, hiszen a különböző standokon már az letmádklub negyedéves programjával vártuk a tábbek között az oldaljátogatókat.

A hájromnapos rendezvény keretében a NEW START angol mozaikszá egy-egy eleme elevenedett meg a 8 állomáson. Mindegyik stand az E. G. White által írttt egészségügyi ázenet egyszerű és mégis az egészségös életmód szilárd alapjait lerakó témáival foglalkozott. Az egyes állomásokon belüli színes programmal vártuk a kíváncsiskodókat és a komoly érdeklődőket.

A tájpláziás szekcióban elmaradhatatlan az életbemutató és kóstoló, melyre közel 400 ember volt kíváncsi, hogy kipróbálja az új zöveget, megismerkedjen a vegetáriánus ételek alapanyagok sokszínűségével. Előgedett mosolyra indított bennünket, ha

nemely vendég a lencsepáztomot tepertőkrémnek készítette, és árnyalással ajánlottuk az elkészített ételek receptjeit.

A Mozgás szekciós

vezetői terheléses pulzuszámra vérték a résztvevőket, illetve a szívbetegség kockázatát mértek teszt formájában.

A Víz szekciós gyakorlati módon inspirálta a vízivás fontosságát, illetve testszárra mérésre volt lehetőség.

A Napfény állomáson tesztelték BMI (testtömeg-index) mérést végeztek a jelentkezőknek.

A

Mérlektelenség témakörében mindig nagy érdeklődés kíséri a meghirdetett koleszterin-mérést, mely most sem volt másképp. A három nap délutánján összesen 100 ember részvételével a mérést a győlekezet egészségügyi szakemberei.

A Levegő szekciós lehetőséget nyújtott

tárhőkapacitás mérésre is (kilógramm és csőcsírási), melyet egy-egy sportolási esetben már a készítőik sem tudott mérni. Ugyanakkor a biológiai életkor teszt sok embert komolyan elgondolkodtatott jelenleg folytatott életmódjáról, helytelen szokásairól.

A Pihenés

Állomáson is ugyan sziesztára nem tudunk lehetőséget biztosítani, de a ványomás-mérés és a stressz-teszt elmaradhatatlan program volt.

A

Bizalom szekciós lelki betörő alakult, ahol az itt helyet foglalók mentálhigiénés szakemberrel, szociális munkással, lelki gondozóval beszélgethettek, mondhatták el gondolataikat vagy éppen árnyalásukat.

Nem

utolsó sorban idén egy extra állomással egészült ki a sorozat, mely a Gyermek-foglalkoztatás volt, ahol játékokkal, kiegészítő feladatokkal kísérték le a gyerekeket, akiknek számai éppen egy-egy ellenőrző mérésen vettek részt.

Á–szessÁgÁben elmondhatÁ, hogy sok-sok őszinte beszÁlgetÁsre, segÁ-tsÁgnyÁjtÁsra, az egÁcszsÁgÁgyi ÁzenetÁnk hirdetÁsÁre volt lehetősÁgÁnk, melyek Álta mi is gazdagodtunk.

A gyÁlekezet

tagjai pedig, akik az Á%oletmÁddal az egÁcszsÁgÁrt AlapÁtvÁjny ÁnkÁnteseikÁnt egy szÁ-vvel-lÁlelkel vÁgeztÁk a szolgÁlatot, igazi csapattÁ; kovÁcsolÁdtak, melyet minden pillanatban megtapasztalhattunk, ahogyan zÁkkenőmentesen, rendezetten, jÁ hangulatban oldÁdtak meg a felvetődÁtt problÁmÁk.

Igazi ÁjldÁs volt mindannyiunk szÁmÁra ez a pÁjr dÁlutÁni alkalom. IsmÁt magunk mÁgÁtt tudhatunk egy szÁ-nvonalas missziÁs programot, egy ÁjbÁli pozitÁ-v bemutatkozÁst a vÁjros előtt Ás egy felejtethetetlen tapasztalatot Istennel, ami beÁ-rÁdik gyÁlekezetÁnk emlÁkkÁnyvÁbe a tÁbbi kÁzÁ.

KÁszÁnet illeti a szervezőket Ás az

ÁldozatkÁsz testvÁreket, de legelsősorban IstenÁnknek mondunk őszinte szÁ-vvel hÁlÁt, mert ÁjbÁli elmondhattuk: â€žMindaddig megsegÁ-tett minket az Ásr.â€•

Egyed Imola