

## 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 előadások neves szaktekinthelyektől, valamint tárlatbemutatók, kiállítások és természetesen elmaradhatatlan ingyenes egészségügyi műsorok, állapotfelmérések és tanácsadások.

Az idei év helyszíné-ne is rendhagyó volt. A pécsi és soproni pláziákban megtartott hasonló jellegű programsorozatok jó hírre utat nyitott a veszprémi Balaton Pláza, mint társpláza helyszíné-nek 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 elégedetten távozók arcok, a rutin, amit a gyülekezet tapasztaló tagjainak kérés 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 kiállítások standokon már az letmádklub negyedéves programjával vártuk a társak kiállítását az oldaljátogat.

A hájromnapos rendezvény keretében a NEW START angol mozaikszá egy-egy eleme elevenedett meg a 8 állomáson. Mindegyik stand az E. G. White által kiadott egészségügyi ázzenet egyszerű és még az egészségügyi letmádk szilárd alapjait lerakó témáival foglalkozott. Az egyes állomásokon belüli színes programmal vártuk a kiállításokat és a komoly érdeklődőket.

A tájpláziás szekcióban elmaradhatatlan az tárlatbemutató és kiállítás, melyre közel 400 ember volt kíváncsi, hogy kipróbálja az új ázeteket, megismerkedjen a vegetáriánus ételek alapanyagok sokszá-núsgával. Elégedett mosolyra indított bennünket, ha

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

A Mozgás szekciós

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

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

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

A

Mérlektességig táplálékban mindig nagy érdeklődés vezet a meghirdetett koleszterin-mérést, mely most sem volt másképp. A három nap délutánján összesen 100 ember részvételével a mérést a gyülekezet egészségügyi szakemberei.

A Levegő szekciós lehetőséget nyújtott

táplálékcapacitás mérésre is (kilokalória és csőcsírámlás), 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

Állomásonál ugyan sziesztára nem tudunk lehetőséget biztosítani, de a váromnyás-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 kiegészítve le a gyerekeket, akiknek számai éppen egy-egy ellenőrző mérésen vettek részt.

Á–sszessÁ©gÁ©ben elmondhatÁ³, hogy sok-sok őszinte beszÁ©lgetÁ©sre, segÁ–tsÁ©gnyÁ©jtÁ;sra, az egÁ©szsÁ©gÁ¼gyi Á¼zenetÁ¼nk hirdetÁ©sÁ©re volt lehetsÁ©gÁ¼nk, melyek Á¼lta mi is gazdagodtunk.

A gyÁ¼lekezet

tagjai pedig, akik az Á¼letmÁ³ddal az egÁ©szsÁ©gÁ©rt AlapÁ–tvÁ¼ny Á¼nkÁ©nteseikÁ©nt egy szÁ–vvel-lÁ©lekkkel vÁ©geztÁ©k a szolgÁ¼latot, igazi csapattÁ¼i kovÁ¼csolÁ³dtak, melyet minden pillanatban megtapasztalhattunk, ahogyan zÁ¼lkenőmentesen, rendezetten, jÁ³ hangulatban oldÁ³dtak meg a felvetődÁ¼tt problÁ©mÁ¼k.

Igazi Á¼ldÁ¼s volt mindannyiunk szÁ¼mÁ¼ra ez a pÁ¼r dÁ©lutÁ¼ni alkalom. IsmÁ©t magunk mÁ¼gÁ¼tt tudhatunk egy szÁ–nvonallas missziÁ³s programot, egy Á¼jbÁ¼li pozitÁ–v bemutatkozÁ¼st a vÁ¼ros előtt Á©s egy felejtethetlen tapasztalatot Istennel, ami beÁ–rÁ³dik gyÁ¼lekezetÁ¼nk emlÁ©kkÁ¼nyvÁ©be a tÁ¼bbi kÁ¼zÁ©.

KÁ¼szÁ¼net illeti a szervezőket Á©s az

Á¼ldozatkÁ©sz testvÁ©reket, de legelsősorban IstenÁ¼nknek mondunk őszinte szÁ–vvel hÁ¼lÁ¼t, mert Á¼jbÁ¼li elmondhattuk: â€žMindedig megsegÁ–tett minket az Á¼sr.â€•

Egyed Imola