

**Előterjesztés**  
**Budapest I. Kerület Budavári Önkormányzat**  
**Népjóléti, Oktatási, Kulturális és Sport Bizottságának**  
**2023. szeptember 25-i rendes ülésére**  
**Lépcsőzz az egészségédért kampány helyszíneiről**

A bizottsági ülés formája: nyilvános ülésen tárgyalandó  
Elfogadásához szükséges többség: egyszerű többség  
Előterjesztő:

  
Fazekas Csilla

## I. Előterjesztés

A rendszeres testmozgás alapvetően hozzájárul a fizikai-szellemi-lelki jóllét eléréséhez azzal, hogy csökkenti számos megbetegedés (a magas vérnyomás, cukorbetegség, szív- és érrendszeri betegségek, rosszindulatú daganatok) kialakulásának és az idő előtti halálozás kockázatát, jelentősen növelik az egészségben és aktívan eltöltött életévek számát. A kedvezőtlen helyzet javításában jelentős szerep jut az egészségnevelésnek, az aktív életmód népszerűsítésének.

Jobboldali képviselő-társaimmal nagyon fontosnak tartjuk, hogy növeljük a kerületi lakosok egészségben eltöltött életéveinek a számát. Kiemelt célunk a lakosság egészségkultúrájának fejlesztése, valamint az egészségtudatosság növelése a lakosság egészségi állapotának további javítása érdekében. Ezen célok elérése érdekében tettünk javaslatot egy egészségkommunikációs kampány megvalósítására.

Budavár híres csodálatos lépcsősorairól. A testmozgás népszerűsítése érdekében javasoltuk kihasználni ezeket az adottságokat. Különböző figyelemfelhívó, tájékoztató táblákat helyeznénk ki a lépcsőkhöz, hasonló felirattal: „Ez a lépcső X lépés, lefelé/felfelé, Y kalória elégetését eredményezi. A lépcső napi megtétele hozzájárul a daganatos megbetegedések megelőzéséhez. Egy év alatt Z kg testsúly elérést eredményezi.”

Ezeket a feliratok ösztönzőleg hathatnak, illetve egészségkihívásokkal aktivizálhatják is a lakosságot, amennyiben elindul egy versengés, ki mennyi lépcsőt tesz meg egy nap. Az I. kerületi polgárok figyelmét szeretnénk felhívni az egészséges és aktív életmódra, rendszeres mozgásra, aktív közösségi életre sarkalljuk őket. A pontos számításokhoz mindenképpen szükség van szakemberek bevonására.

A Budavári Önkormányzat képviselő-testülete 418/2023 (VI.22) határozatában úgy döntött, hogy a kerületben található közterületi lépcsőknél egészségkommunikációs kampányt valósít meg, melynek keretében a kerület 15 helyszínén információs berendezések (figyelemfelhívó táblákat) helyez el. A Képviselő-testület a kampány lefolytatására és a helyszínek

kiválasztására a Népjóléti, Oktatási, Kulturális és Sport Bizottságot kérte fel. Azok a lépcsők, melyek alkalmasak lehetnek (megfelelő hosszúságúak és állapotúak):

Lépcső neve	Fekvése
Orvos lépcső	Naphegy/Gellért-hegy térsége
Kőműves lépcső	Naphegy/Gellért-hegy térsége
Antal lépcső	Naphegy/Gellért-hegy térsége
Franklin lépcső	vár keleti oldal
Király lépcső	vár keleti oldal
Kagyló lépcső	vár keleti oldal
Linzi lépcső	vár keleti oldal
Ilona lépcső	vár keleti oldal
Jezsuita lépcső	vár keleti oldal
Szalag lépcső	vár keleti oldal
Hunyadi lépcső	vár keleti oldal
Jávorka Sándor lépcső	vár nyugati oldal
Zerge lépcső	vár nyugati oldal
Bugát lépcső	vár nyugati oldal
Gránit lépcső	vár nyugati oldal

Az előterjesztés melléklete a lépcsők fotóit is tartalmazza. A kommunikációs felületek megtervezésével, elkészítésével a Képviselő-testület fent említett határozatával a Budavári Média és Városmarketing Kft.-t bízta meg, az utcatáblák kihelyezését a Kft. a Budapest I. kerület Budavári Önkormányzat Gazdasági Műszaki Ellátó és Szolgáltató Szervezet (Gamesz) munkatársainak közreműködésével végzi.

Ha sikeresnek bizonyul a kampány, megfontolható, hogy a liftes társasházakban is kihelyezünk a lépcsőzés jótékony hatásaival kapcsolatos tájékoztatásokat, lépcsőzésre ösztönző liftmatricákat és plakátokat.

A szükséges fedezet átcsoportosításáról döntött már a képviselő-testület.

A Magyarország helyi önkormányzatairól szóló 2011. évi CLXXXIX. törvény (továbbiakban: Mötv.) 46. § (1) bekezdése alapján az ülés nyilvános, Mötv. 50 §-a alapján levezethető főszabály szerint a bizottság egyszerű többséggel szavaz.

Kérem a Tisztelt Bizottságot a határozati javaslat megtárgyalására és elfogadására.

## II. Döntési javaslat

Budapest I. Kerület Budavári Önkormányzat Népjóléti, Oktatási, Kulturális és Sport Bizottságának

.../2023. (...) határozata a Lépcsőzz az egészségedért kampány helyszíneiről

1. Budapest I. Kerület Budavári Önkormányzat Népjóléti, Oktatási, Kulturális és Sport Bizottsága úgy dönt, hogy az alábbi helyszíneken valósít meg egészségkommunikációs kampányt:

Lépcső neve	Fekvése
Orvos lépcső	Naphegy/Gellért-hegy térsége
Kőműves lépcső	Naphegy/Gellért-hegy térsége
Antal lépcső	Naphegy/Gellért-hegy térsége
Franklin lépcső	vár keleti oldal
Király lépcső	vár keleti oldal

Kagyló lépcső	vár keleti oldal
Linzi lépcső	vár keleti oldal
Ilona lépcső	vár keleti oldal
Jezsuita lépcső	vár keleti oldal
Szalag lépcső	vár keleti oldal
Hunyadi lépcső	vár keleti oldal
Jávorka Sándor lépcső	vár nyugati oldal
Zerge lépcső	vár nyugati oldal
Bugát lépcső	vár nyugati oldal
Gránit lépcső	vár nyugati oldal

Felelős: NOKSB

Végrehajtásban közreműködik: Budavári Média és Városmarketing Kft., Budavári Önkormányzat Gazdasági Műszaki Ellátó és Szolgáltató Szervezete

Határidő: 2023. december 31.

Budapest, 2023. szeptember 20.

### **III. Melléklet**

a helyszínekről készült fotók

Orvos lépcső



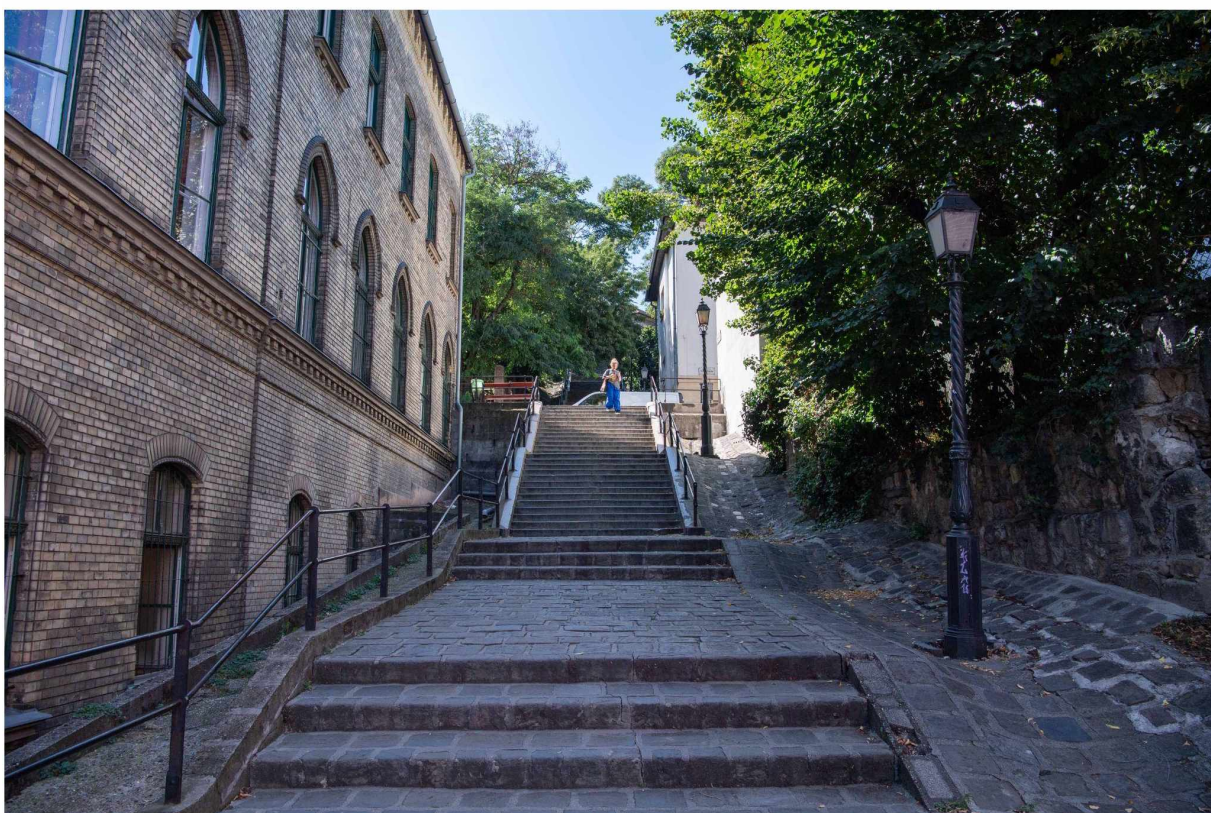
Kőműves lépcső



Antal lépcső



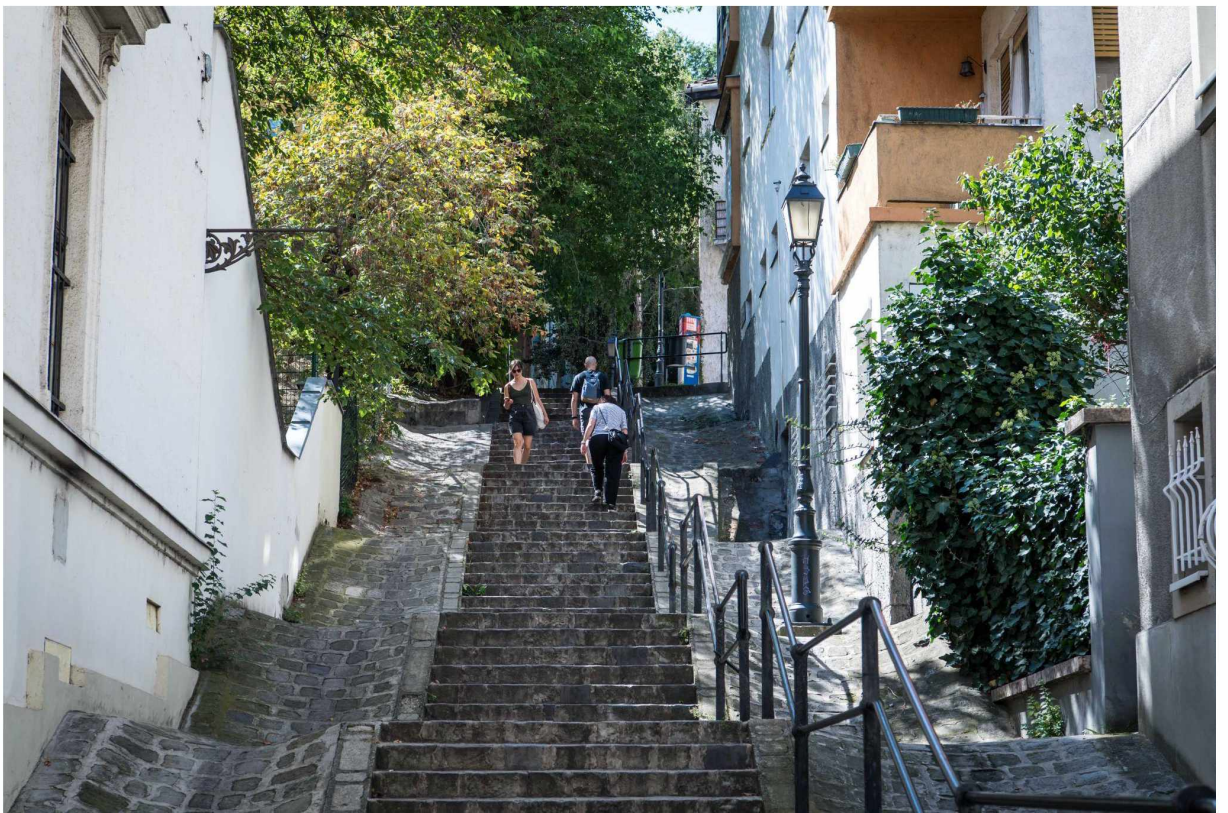
Franklin lépcső



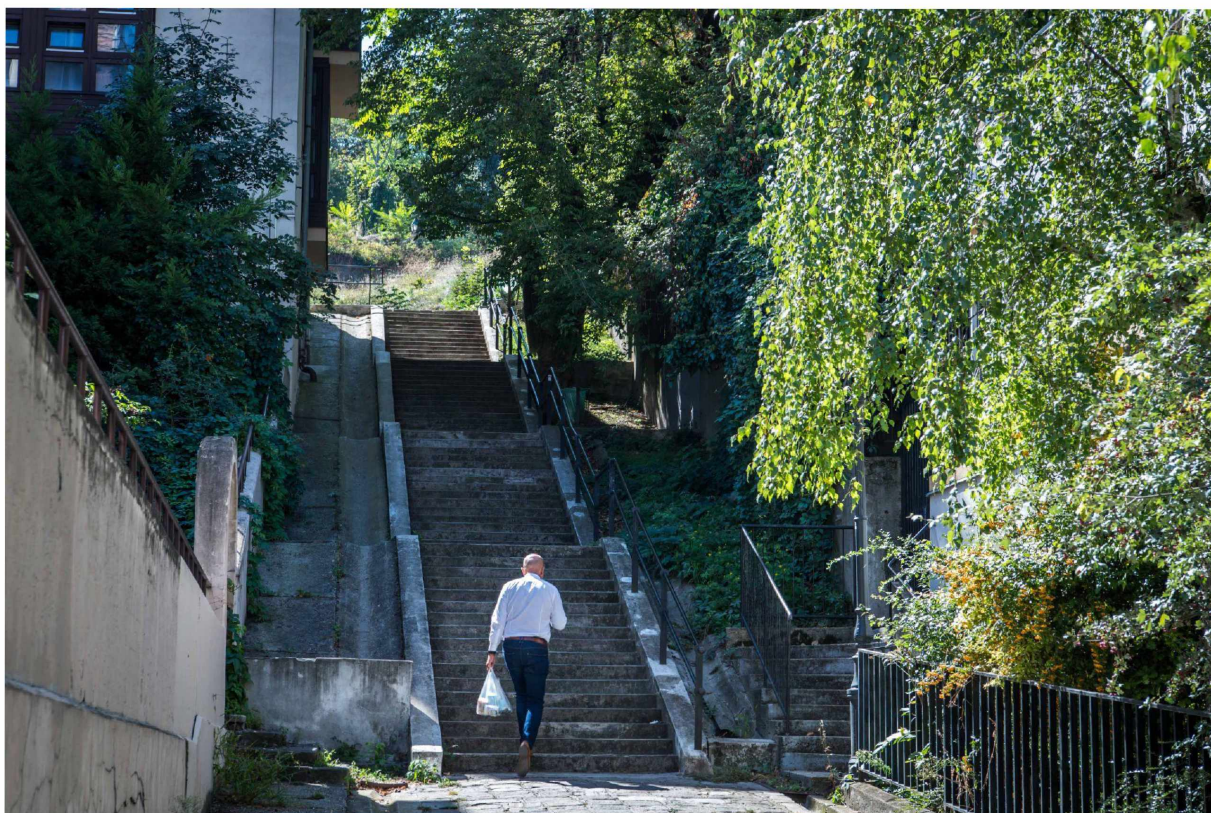
Király lépcső



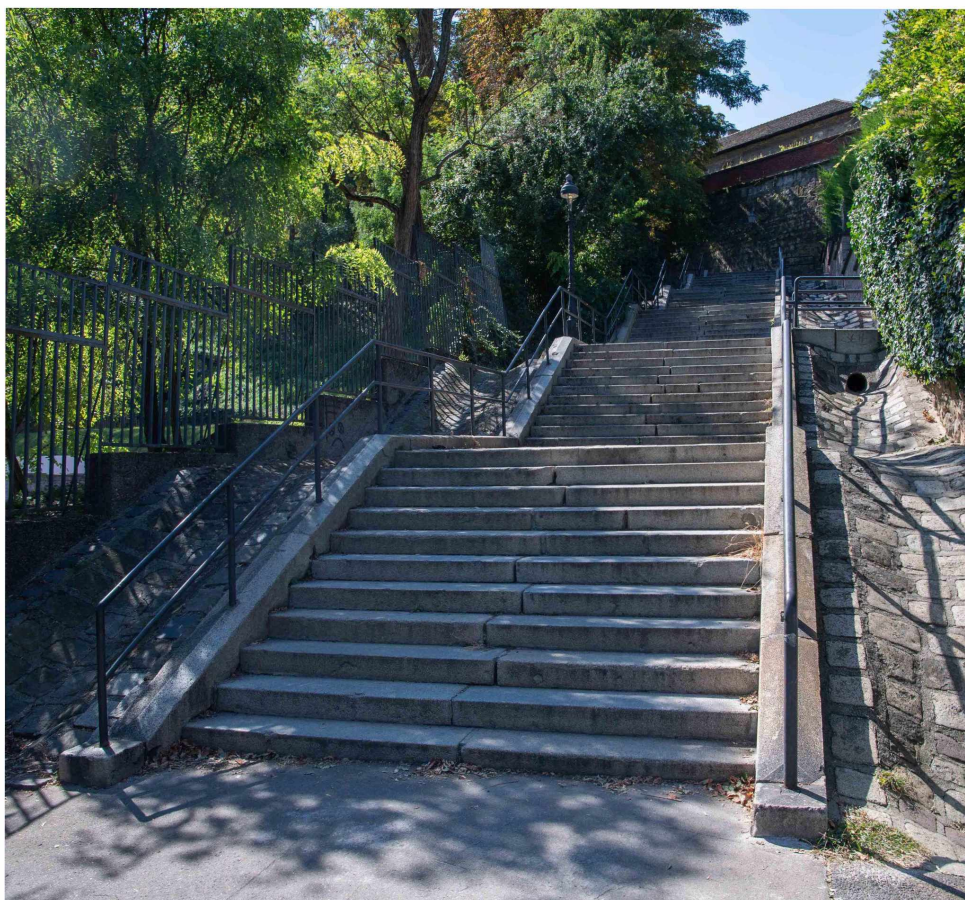
Kagyló lépcső



Linzi lépcső

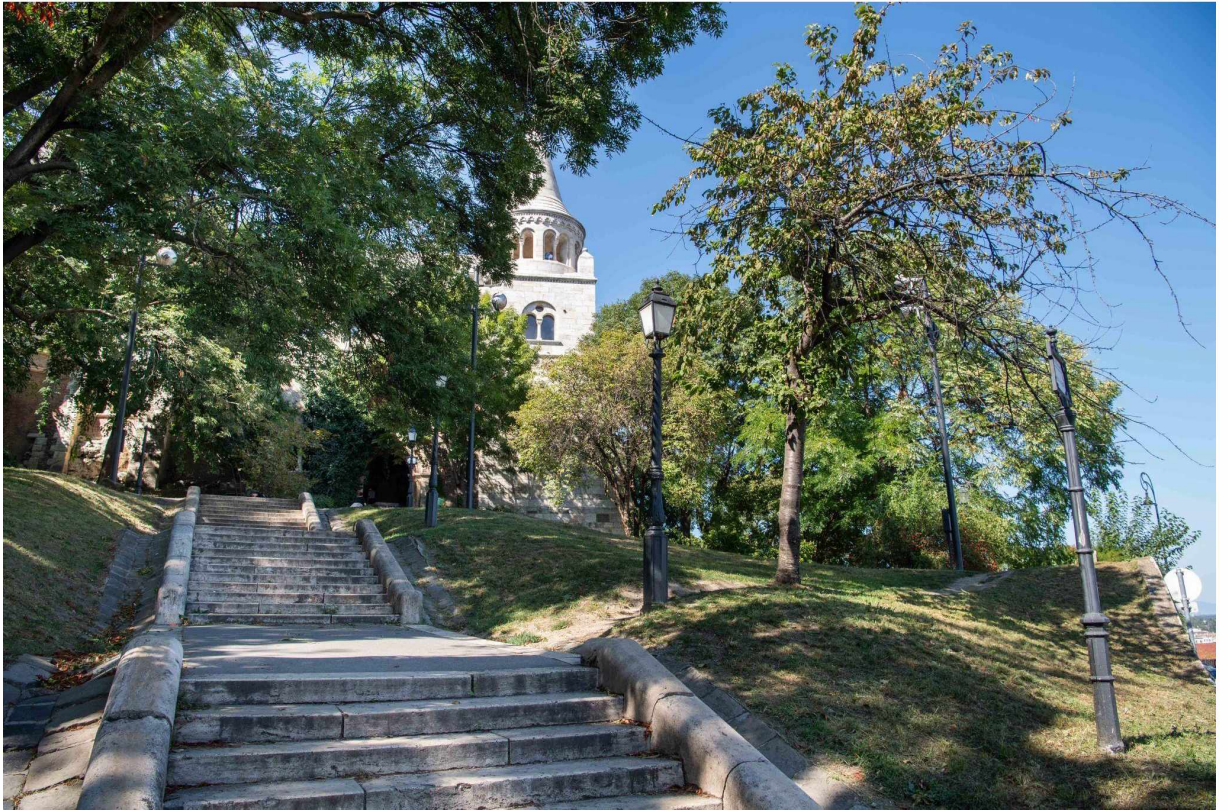


Ilona lépcső

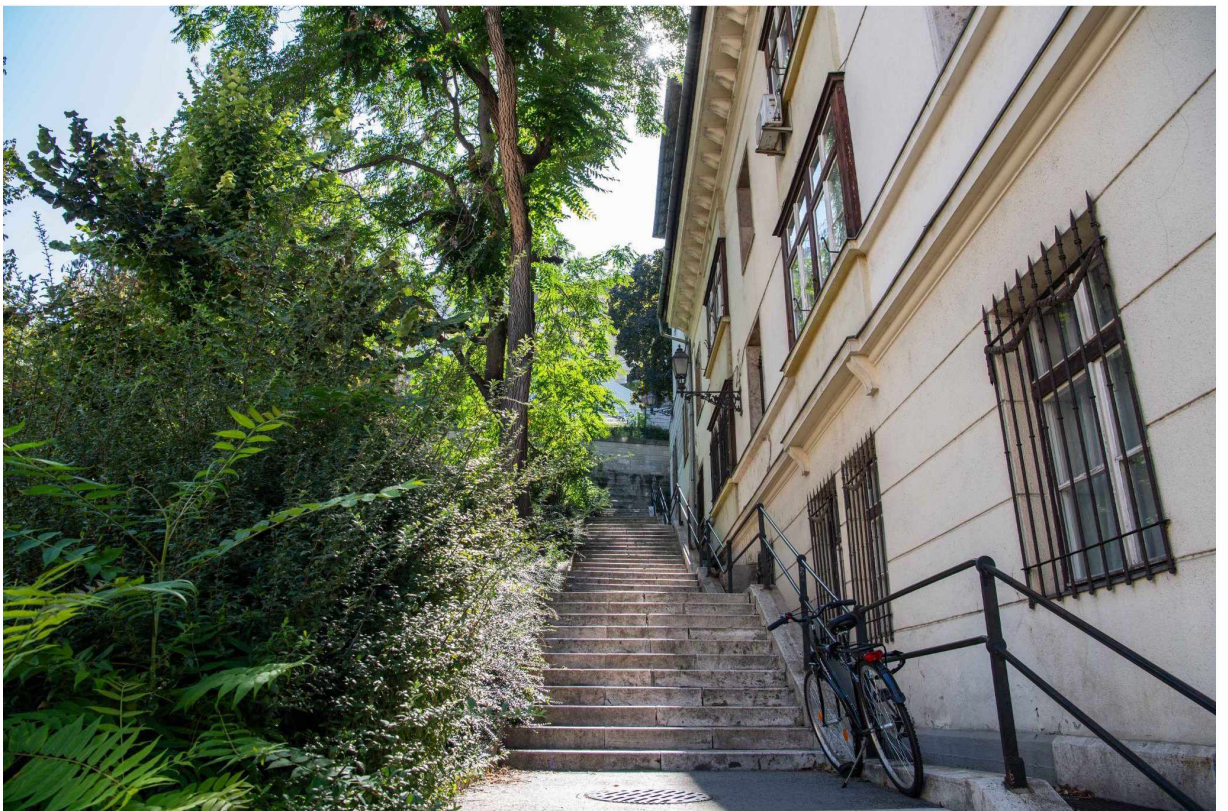




Jezsuita lépcső



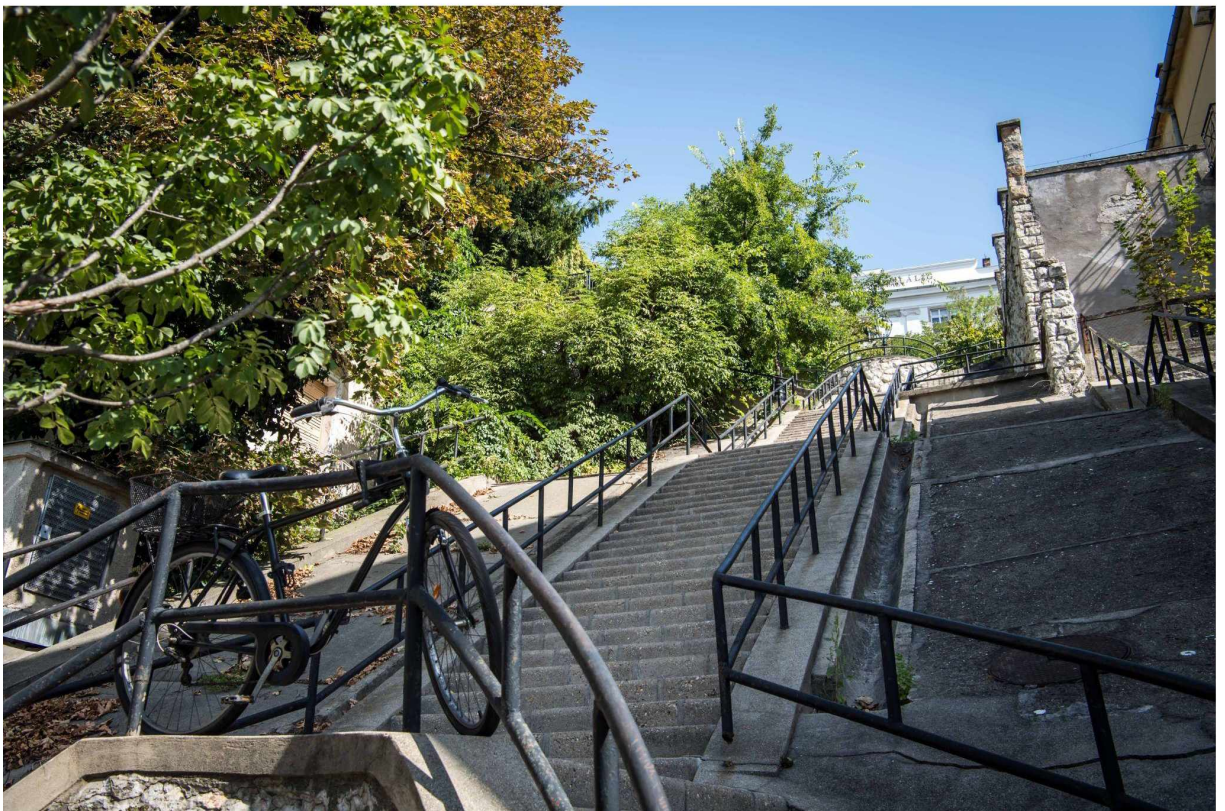
Szalag lépcső



Hunyadi lépcső



Jávorka Sándor lépcső



Zerge lépcső



Bugát lépcső



Gránit lépcső

