

## ÍRÁSBELI EMLÉKEZTETŐ

Projekt megnevezése:

Egészségünk megőrzése a helyi értékek mentén

A felhívás kódszáma: VP6-19.2.1.-11-4-17

### A támogatott szervezet adatai:

A pályázó szervezet hivatalos neve: Turmalin Egészségmegőrző és Rendezvényszervező Egyesület

A pályázó szervezet székhelye: 4031 Debrecen Szoboszlói u. 20.

A pályázó szervezet telephelye: 4114 Bojt Ady Endre u. 4.

A szervezet hivatalos képviselőjének / képviselőinek neve: Koczka- Kiss Ilona

### A szervezet elérhetőségei:

Levelezési (értesítési) cím: 4033 Debrecen Mohács u. 4.

Telefonszáma(i): +36-30-3430254

E-mail: turmalin.ica@gmail.com

Honlap címe: www.turmalin.hu

### A támogatott projekt főbb adatai

Az intézkedés megnevezése: a Bihar - Sárét Vidékfejlesztési Egyesület illetékességi területén működő települési és kisebbségi önkormányzatok, nonprofit szervezetek és egyházak támogatása

A pályázat címe: Egészségünk megőrzése a helyi értékek mentén

A projekt kezdete: 2019. 04. 01.

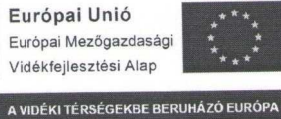
A projekt végleges megvalósításának az ideje:

A projekt megvalósításának helyszíne: Községi Ház, Bojt Ady Endre u. 4.

Az elnyert támogatás összege: 1 999 982,- Ft

Az utolsó kifizetési kérelemmel jóváhagyott elszámolt támogatási összeg: Nem releváns.

A támogatás intenzitása: 95%



## 1. A megvalósult tevékenységek/eredmények bemutatása

Egészségünk megőrzése a helyi értékek mentén címmel a Turmalin Egészségmegőrző és Rendezvényszervező Egyesület rendezvénysorozatát valósította meg Bojt községben.

A programot a Bihar- Sárrét Vidékfejlesztési Egyesület működési területére meghirdetett VP6-19.2.1.-11-4-17 kódszámú, Bihar-Sárrét Vidékfejlesztési Egyesület- Helyi értékek bemutatása című felhívására benyújtott pályázat keretén belül valósítottuk meg.

Az első rendezvényre 2020. 09. 12. 9:00-tól 13:00 óráig került sor. A rendezvényen az alábbi előadásokat hallhatták az érdeklődők:

### Nagy Varga Renáta

Az orvosi pióca jótékony hatása az emberi szervezetre

Renáta előadását érdeklődve figyelte a hallgatóság, s bár ősi módszer, a pióca terápia, mégsem tudnak sokat róla az emberek. Ezek a kicsi rendkívül intelligens állatok, olyan kémiai folyamatokat indítanak el a szervezetben, ami néha felfoghatatlan, ám bizonyos esetekben a csodával határos változásokat indítanak be a szervezetbe, helyre állítva a szervezet öngyógyító mechanizmusát

### Nagy Margit

A nyirokrendszer az elfeledett hős a szervezetünk szennyvíztisztító rendszere:

Margit kolléganőnk csak és kizárólag a nyirokmasszázsral foglalkozik, elismert komoly eredményeket felmutató szakember. Nyugodt lelkiismerettel mondhatjuk, az élete a szakmája.

Magával ragadó előadásmódja, nagy érdeklődést keltett. A nyirokrendszerről sem tudják nagyon sokan, hogy a vérkeringésünk után a második legfontosabb tényező a szervezetünkben a nyirokrendszerünk működése- Tulajdonképpen ez a szervezet immunrendszere. Ha itt bármilyen elakadás, blokk van, akkor bizony akár a rákosodási folyamat is elindulhat a szervezetünkben.

Az előadásból megtudhatták a kedves érdeklődők, hogy mennyire fontos a nyirokmasszázs és a táplálkozás az egészségünk megtartása végett,

### Némeczky Krisztina

Lelki egészség védelem : A stressz hatásai a szervezetünkre

Kolléganőnkől megtudhattuk, hogy a 3-as egység mennyire fontos. Test lélek szellem összhangja. Ha nincs a lelkünkben béke, akkor ennek a kivetülése a testre mint betegség fog tükröződni. A legnagyobb gyilkos a stressz, amely hatással van idegrendszerünkre.

### Koczka-Kiss Ilona

Egészségünk kulcsa a gerincünkben rejlik

Az előadásból megtudhattuk, hogy egész testünk fő váza a gerincünk. Az agytól kiindulva a gerincvelőn keresztül valamennyi belső és külső szervünk idegvégződése érzékelhető, ezért fontos, hogy a gerincünk rendben legyen, hisz akkor van megfelelő vér és energia ellátás a testünkben, ha a csigolyák megfelelő távolságra vannak egymástól és a porckorongunk kellőképpen feltöltött kollagénnel.