

## Tartalom

### FELMÉRÉSEK

- Táplálkozni ésszerűen, mozogni rendszeresen  
A gyermekkori elhízás mértéke 10–14 éves gyermekek körében 2

*Gregor Beáta–Ignác Julianna–Tatai Mónika–Sztergár Tímea*

- Középiskolás fiatalok étkezési szokásai és ezek hatása  
saját táplálkozási magatartásuk megítélésére 9

*Dr. Pikó Bettina–Keresztes Noémi*

- Szexuális kommunikáció 16

*Dr. Váradyné Horváth Ágnes–Petrovics Maja*

- Ép testben ép lélek 23

*Budai Livia–Budai Marianna*

### GYAKORLATI KÉRDÉSEK

- Munkahelyi stressz: kezeljük hatékonyan! 28

*Galgóczi Dóra*

- A sífutás egészségfejlesztő hatása 31

*Hídvégi Péter*

### HELYI KEZDEMÉNYEZÉSEK

- Újbuda Egészségnap 33

*P. Lestár Izabella*

### TOVÁBBKÉPZÉS

- Az „egészség” fogalmának újraértelmezése II. rész 36

*Prof. Dr. Székely Lajos, Dr. Frans Vergeer, Prof. Dr. Simon Tamás*

### KÖNYVISMERTETÉS

- Egészségfejlesztési szöveggyűjtemény 48

*Szerkesztette: Dr. Gritz Arnoldné–Dr. Sipos Kornél*

### HÍREK, INFORMÁCIÓK

- Szív- és érrendszeri megbetegedések  
megelőzési stratégiái a színtereken 49

*Galgóczi Dóra*

- Megtérülő szívesség: a munkahelyi egészség 50

*Kelemen Andrea*

- Férfiak Egészségének Nemzetközi Hete 51

*Prof. Dr. Métényi János*

Health  
Development

## EGÉSZSÉG- FEJLESZTÉS

Az Országos Egészségfejlesztési Intézet folyóirata.

A lap alapítói: prof. dr. Métényi János,  
prof. dr. Vilmon Gyula

A szerkesztőbizottság tagjai:  
prof. dr. Balázs Péter, dr. Gyárfás Iván,  
prof. dr. Hollán Zsuzsa, dr. Kovács Attila,  
dr. Makara Péter (a szerkesztőbizottság  
elnöke), prof. dr. Molnár Péter,  
prof. dr. Simon Tamás

Főszerkesztő: Gábor Edina

Felelős szerkesztő:  
prof. dr. Simon Tamás

Vezető szerkesztő:  
Háromszéki Zsuzsanna

Szerkesztőség: OEFI,  
1096 Budapest, Nagyvárad tér 2.  
Levelezési cím: 1395 Budapest, Pf. 433.  
Telefon: (1) 428-8272.  
Fax: (1) 428-8273.  
E-mail: titkarsag@oeffi.hu  
Honlap: www.oeffi.hu

Kiadja:  
az Országos Egészségfejlesztési Intézet.

Terjeszti: előfizetésben a Magyar Posta  
Rt. Hírlap Üzletága, 1080 Budapest,  
Orczy tér 1. Előfizethető valamennyi  
postán, a kézbesítőknél,  
e-mailen: hirlapelofizetes@posta.hu,  
faxon: 303-3440.  
További információ: 06-80-444-444

Megjelenik kéthavonta.  
Egy példány ára 2000 Ft.  
Előfizetési díj egy évre 12 000 Ft,  
fél évre 6000 Ft.  
Index: 25 214, ISSN 1786-2434

Tipográfia és tördelés:  
Reneszánsz Tipográfiai Műhely  
Nyomdai munkálatok:  
Porszinter Nyomda  
1033 Budapest, Benedek Elek u. 1–3.



Országos  
Egészségfejlesztési  
Intézet