

10%

KEDVEZMÉNY

Pihenjen január 1. és június 30. között az Accent Hotels magyarországi szállodáiban 10% kedvezménnyel.

Használja a **garantiqa01** promóciós kódot.

Részletek a weboldalon: **AccentHotels.com**

SEGÍTÜNK...

ÁLMODJON, TERVEZZEN!

IRÁNY A BANK!

Garantiqa

Hitelgarancia Zrt.

BÍZZON MAGÁBAN!

INGYENES

Hitelgarancia

UniCredit Bank

KÜLÖNSZÁM

AZ MFB CSOPORT TAGJA | www.hitelgarancia.hu

KIS- ÉS KÖZÉPVÁLLALKOZÁSOK ÜZLETI LAPJA | II. SZÁM | 2018. DECEMBER

FEJLŐDŐ KKV-K

„ÉRDEMBEN SEGÍTÜNK”

DR. BÚZA ÉVA, A GARANTIQA HITELGARANCIA ZRT. VEZÉRIGAZGATÓJA:
AZ ÉLETKÉPES, DE GYENGE HITELKÉPESSÉGŰ HAZAI KKV-K
TÁMOGATÁSA A FŐ PRIORITÁS

MAGYARORSZÁG Az év első kilenc hónapját kiemelkedő eredménnyel zárta az MFB Csoporthoz tartozó Garantiqa Hitelgarancia Zrt. Az állami kezességvállalás kkv-khoz juttatását végző cég garanciaállománya megközelítette a 700 milliárd forintot. Ezzel közel 870 milliárd forint hitel került csaknem 40 ezer hazai vállalkozáshoz a cég közreműködésével. A társaság vezérigazgatóját az eredményekről és a célokról kérdeztük. [GARANTIQA]

– A Garantiqa növekedése 2018-ban sem csökkent, úgy tűnik, hogy a prosperáló gazdaságban a vállalkozások bátrabban vesznek fel hitelt, amihez jól jön nekik az állami kezességvállalás. Valóban ez a helyzet?

– A kedvező gazdasági környezet valóban jó hatással van a hazai kkv-szektor hitelfelvételi kedvére, így 2018 első kilenc hónapjában is dinamikusan bővültünk. A számok magu-

kért beszélnek: a kezességvállalási portfóliónk 2015-ben 46 milliárd forinttal, 2016-ban 76 milliárd forinttal, 2017-ben pedig 127 milliárd forinttal emelkedett, és a 2018-as év is ehhez hasonló ütemet mutat. Ez a dinamika, ez a növekedési ütem lényegesen gyorsabb volt a kkv-hitelezés bővülésénél.

FOLYTATÁS A 3. OLDALON

BESZÉLGETÉS AZ EGÉSZSÉGTUDATOS ÉLETMÓDRÓL

AZ EGÉSZSÉG FEJBEN DÖL EL

KATUS ATTILA, VILÁG- ÉS EURÓPA-BAJNOK
AEROBIKVERSENYZŐVEL

„Az emberi élet ajándék, az emberi test pedig egy csoda. Testünk a legjobb barátunk: folyamatosan kiszolgál minket, mégis legtöbbször mindent megtesznek ellene. A tudatosság az, hogy megnézzük, hogyan tudunk minél többet kihozni magunkból, az adottságainkból. A lényeg, hogy mindig önmagunkból hozzuk ki a legtöbbet, és ne másokhoz viszonyítsuk magunkat” – vallja az egészséges életmód nagykövete.



FOLYTATÁS A 8. OLDALON

KÉZ KEZET HÚZ

Egyre több hazai kkv jut forráshoz a Garantiqa segítségével

2. OLDAL

FELSZÁLLÓ ÁGBAN

Interjú dr. Nagy Róberttel, a Garantiqa Zrt. vezérigazgató-helyettesével

2. OLDAL

BANKOLÁS

A kkv-szektor szereplőinek szóló termékekkel jelent meg az UniCredit



Láttelet Magyarország egészségügyi állapotáról
Az egészségtelen életmód miatt évről évre egyre többen betegszenek meg hazánkban.

Magunknak orvosoljuk
A lakosság out-of-pocket típusú, azaz zsebből vagy biztosításból finanszírozott egészségügyi kiadásai egyre növekednek: magánegészségügyi kiadások terén tavaly 9 százalékos bővülést mértek a szakemberek.

Szívügy vagy üzlet?
Az egészséges életmóddal kapcsolatos szolgáltatások száma az utóbbi években ugrásszerűen megnőtt. De vajon melyik a leghatásosabb?

Kell a kezelés
Szűrőprogramokkal és edukációval az egészséget.

**FÓKUSZBAN
AZ EGÉSZSÉG**
6-7. OLDAL

LEGYEN KÉPBE ÖN IS!
Nézze meg tájékoztató videóinkat!



JÓL MUTATÓ SZÁMOK

EGYRE TÖBB HAZAI KKV JUT FORRÁSHOZ A GARANTIQA SEGÍTSÉGÉVEL

KÉZ KEZET HÚZ

MAGYARORSZÁG   **Jelentős bővülést ért el 2018 első kilenc hónapjában az MFB Csoporthoz tartozó Garantiqa Hitelgarancia Zrt.: a társaság garanciaállománya elérte a 700 milliárd forintot. Ezzel a teljesítménnyel mintegy 870 milliárd forint hitel került a hazai vállalkozásokhoz. A Garantiqa kezességvállalási tevékenysége az elmúlt években folyamatos növekedést mutat; a portfólió növekedési üteme gyorsabb volt a kkv-hitelezés bővülésénél. [GARANTIQA]**

A számok és tendenciák biztatóak, de nem lehet hátra dőlni: az MFB felmérése alapján továbbra is a megfelelő fedezetek hiánya jelenti a legnagyobb akadályt a hitelfelveletek során.

PIACI RÉSBEN

A Magyar Fejlesztési Bank kutatása szerint az életképes mikro-, kis- és középvállalkozások negyede nem, vagy csak részben juthat hozzá forrásokhoz a kereskedelmi banki szektortól. A finanszírozási

hiányságokkal érintett vállalkozások többsége az elutasítástól tartva, fel sem vette a kapcsolatot a pénzintézetekkel. A Garantiqa kiemelten fontos célja, hogy egyre több olyan vállalkozásnak segítsen, amely életképes üzleti tervvel rendelkezik, de a rövid működési múltja, a gyengébb adóminősítése vagy a megfelelő fedezetek hiján nem juthat hozzá a további fejlődéséhez szükséges fejlesztési, beruházási és a működést biztosító forgóeszközhitelhez.

JOBBA A VÁRTNÁL

A Garantiqa mára a hazai kkv-finanszírozás meghatározó szereplője – a kezességvállalási tevékenység bővülése érdemben járul hozzá a kkv-hitelállomány növekedéséhez. Az állomány fenn tartható gazdasági növekedést támogató, előre jelzett mértéke egyébként tovább növekedett: a kkv-hitelállomány növekedését az MNB elemzései korábban az 5-10 százalékos sávban, az újabb előrejelzésekben pedig már a 10-15 százalékos sávban prognosztizálják.

A további növekedés mellett egyre fontosabb szempont az is, hogy minél több hazai mikro-, kis- és középvállalkozás ismerje meg az állami kezességvállalásban rejlő előnyöket, és olyan vállalkozások is részesülhessenek ebben a támogatási formában, amelyek korábban még nem éltek ezzel a lehetőséggel.

NÖVEKVŐ BERUHÁZÁSI KEDV A KKV-SZEKTORBAN

FELSZÁLLÓ ÁGBAN

MAGYARORSZÁG   **A Garantiqa Hitelgarancia Zrt. tapasztalatai szerint a vállalkozások és főleg a kkv-szektor szereplői részéről fokozott igény van külső forrásokra. A kereslet és a kínálat kiegyenlítődni látszik, így még a vissza nem térítendő és visszatérítendő EU-s támogatások ellenére is számottevő, növekedést mutat a kkv-hitelezés – mondta el lapunknak dr. Nagy Róbert, a Garantiqa Hitelgarancia Zrt. vezérigazgató-helyettese. [GARANTIQA]**

Az erős hazai és uniós gazdasági növekedés egyre optimistábbá teszi a vállalkozásokat, és úgy tűnik, a pozitív hangulat a hitelpia-

con is megmutatkozik. A szektor kilátásairól szóló kutatások és a Garantiqa Hitelgarancia saját tapasztalatai is ezt támasztják alá.

– A szektor szereplői egyre optimistábbak, ugyanakkor látni kell, hogy a legutóbbi pénzügyi válság tanulságait levonták

a piaci szereplők, és a pénzintézetek megtanulták a leckét: megfontoltan viszonyulnak a hitelígényekhez, amit csak a megfelelő fedezet mellett hagynak jóvá – hangsúlyozta dr. Nagy Róbert vezérigazgató-helyettes.

Most az óvatos optimizmus korszaka jellemző, és a fedezeti háttér továbbra is döntő tényező. Nem véletlen, hogy a Garantiqa kezességvállalási állománya a kkv-hitelezés bővülésénél is nagyobb növekedést mutat: ma már minden ötödik kkv-hitel a Garantiqa kezességvállalásával jön létre.

A kilátások pozitívak, ugyanakkor például a munkaerőhiány az egyik legnagyobb kihívás ma a gazdasági szereplők, így a kkv-k számára is. A megfelelő munkaerő hiánya kockázatot jelenthet a napi működésben, illetve a fejlesztések és beruházások ütemezésében is, míg költségoldalon a növekvő bérek csökkenthetik a profitabilitást.

– A Garantiqa számára ennek azért van jelentősége, mert ezen kockázatok növekedése óvatosságra inthetik a bankokat, akik a kedvező hiteldöntést csak további biztosítékok bevonása mellett hajlandók meghozni. A vállalkozásoknak ekkor jöhet jól a Garantiqa biztosítékpótló szerepe: kezességvállalásunkkal megvalósulhat az életképes cégek finanszírozáshoz jutása abban az esetben is, ha a hitelfedezetek hiánya megghiúsította, vagy jelentősen megrágitotta volna a hitelfelvételt – érvelt dr. Nagy Róbert.

Ettől az évtől kezdve a kezességvállalási folyamatokban az úgynevezett portfóliógaran-

cia bevezetése jelent új mérföldkövet. Ennek keretében a kezességvállalással kapcsolatos ügyintézés időigénye gyakorlatilag nullára csökken, hiszen a bankok saját maguk dönthetnek a Garantiqa kezességvállalásának bevonásáról, amelyről csak egy egyszerű adatszolgáltatást kell küldeniük.

A hazai gyakorlatban egyedülálló eljárás bevezetését az Európai Beruházási Alappal 2017 októberében kötött megállapodás teszi lehetővé: a COSME-program keretében közel 3500 hazai kkv-juthat, mintegy 80 milliárd forintnyi hitelhez a Garantiqa segítségével. A COSME-program további fontos előnye, hogy akár egymilliárd forint összegű hitelek is garantálhatóak, ami elsősorban a fejlesztési hiteleknek kedvez. A beruházások ösztönzése az árazásunkban is megjelenik: a beruházási hitelekhez nyújtott COSME-garancia kezességvállalási díja hitelösszegre vetítve alig több mint fél százalék, annak ellenére, hogy a garancia mértéke akár 90 százalék is lehet.

– A tavaly 25 éves Garantiqa Hitelgarancia Zrt. eddigi működése során több mint 400 ezer szerződés keretében 5000 milliárd forintot meghaladó hitelhez nyújtott kezességvállalást. A vállalkozások számára biztosított kezességvállalások eredményeként évente a Garantiqa a teljes magyar GDP-növekedéshez 0,3 százalékponttal járul hozzá – adta meg a legfontosabb támpontokat a vezérigazgató-helyettes.

DR. BÚZA ÉVA, A GARANTIQA HITELGARANCIA ZRT. VEZÉRIGAZGATÓJA

ÉRDEMBEN SEGÍTENI



Dr. Búza Éva: A Garantiqa mára a hazai kkv-finanszírozás meghatározó szereplője

FOLYTATÁS AZ 1. OLDALRÓL

– Hogy néz ki most a kkv-hitelezési piac: mit mutatnak a számok, és milyenek a kilátások?

– Azt minden kereskedelmi banki partnerünk visszaigazolja, hogy a kkv-knak nagyon nagy a finanszírozási igénye. És ez még annak ellenére is igaz, hogy a kkv-k finanszírozáshoz jutását uniós forrású, kedvezményes hitelek is támogatják. Szóval a kkv-szektor kielégítetlen finanszírozási igénye továbbra is jelentős: a Magyar Fejlesztési Bank nemrég felmérése szerint az életképes mikro-, kis- és középvállalkozások negyede nem, vagy csak részben juthat hozzá forrásokhoz a kereskedelmi banki szektortól. A finanszírozási hiányságokkal érintett vállalkozások többsége az elutasítástól tartva fel sem vette a kapcsolatot a pénzintézetekkel. Ez fontos jellemzője a piacnak, amire válaszként kell találnunk nekünk is...

– És milyen válaszokat tud adni erre az állami háttérű kezességvállalással, tulajdonképpen a kkv-hitelezés multiplikátoraként is működő Garantiqa?

– Nagyon fontos feladatunk, és egyben kihívás is számunkra, hogy

minél több olyan vállalkozás mellé tudjunk odaállni, amelyek kezességvállalás nélkül nem tudnának forráshoz jutni. Minden felmérésünk azt mutatja, hogy még mindig a megfelelő biztosítékok hiánya bizonyul az egyik legfőbb hitelfelvételi akadálnak, így a kezességvállalásunknak fontos szerepe van a kkv-k finanszírozáshoz jutásában. 2018-ban már minden ötödik hitelfelvétel a Garantiqa kezességvállalásával valósult meg: a Garantiqa mára a hazai kkv-finanszírozás meghatáro-

„Azt szeretnénk, ha minél több olyan vállalkozás jusson forráshoz és kapja meg a fejlődés, a fejlesztés lehetőségét, amelyek esetleg erről korábban nem is álmodhattak”

zó szereplője. Ugyanakkor nagyon fontos számunkra, hogy minél több hazai mikro-, kis- és középvállalkozást sikerüljön megismertetni az állami kezességvállalásban rejlő előnyökkel. Ennek érdekében egyébként ettől az évtől szakmai partnerekkel és érdekepviseletekkel működünk együtt az ismeret-terjesztő, edukációs tevékenységünk erősítése végett. A cél egyértelmű: azt szeretnénk, ha minél több olyan vállalkozás jusson forráshoz és kapja meg a fejlődés, a fejlesztés lehetőségét, amelyek esetleg erről korábban nem is álmodhattak. Ami pedig a konkrétumokat illeti: az Európai Beruházá-

si Alappal még 2017 októberében kötött megállapodásunk lehetővé teszi, hogy az úgynevezett COSME viszontgarancia-program keretében közel 3500 hazai kkv juthasson mintegy 80 milliárd forintnyi hitelhez. Ez új lehetőséget jelent a szektor számára csakúgy, mint az idén indult Irinyi Garanciaprogram, amely az Irinyi-tervben kiemelt ágazatok támogatását elősegítő kezességvállalási konstrukciónk. Szintén a COSME-program tette lehetővé a portfóliógarancia termékünk bevezetését is, ami azért mérföldkő a társaságunk életében, mivel a portfóliógarancia esetében a kezességvállalások átfutási ideje nullára csökkent.

– Ez hazai kis és közepes vállalkozások meglehetősen nagy tömegének lehet jó hír. Mire alapozható ez az optimista megközelítés?

– Egyszerűsítve azt lehet mondani, hogy a gazdasági konjunktúrára. Az erős hazai és uniós gazdasági növekedés egyre optimistábbá teszi a finanszírozókat és a vállalkozásokat, így a pozitív hangulat a hitelpiacon is megmutatkozik. Ráadásul ezt az óvatos optimizmust támasztják alá a szektor kilátásairól szóló kutatások és a saját tapasztalataink is. Noha egyre optimistabban a szektor szereplői, azért a válság tanulságait mindenki levonta, a bankok megfontoltan viszonyulnak a hitelígényekhez, amiket csak a megfelelő fedezet mellett hagynak jóvá. Ezért van nagy tere a Garantiqa kezességvállalásának, és ezért tudunk érdemben segíteni a hazai kkv-szektor egyre több szereplőjének.

IRINYI GARANCIAPROGRAM AZ ÚJRAIPAROSÍTÁSÉRT

FÓKUSZBAN A BERUHÁZÁSOK

MAGYARORSZÁG   **A tavasszal indult Garantiqa Irinyi Garanciaprogram alapjául a kormány által kidolgozott Irinyi Terv szolgál. A stratégia az újraiparosítást, a nemzeti összterméken belül az iparból származó bevétel további növelését tűzte ki célul, összhangban az Európai Unió újraiparosítási stratégiájával. [GARANTIQA]**

A tervben a kiemelt ágazatok meghatározása során olyan szempontokat vettek figyelembe, mint a globális iparfejlesztési trendek, az exportképesség, a magas hozzáadott értékű termelés vagy a munkahelyteremtő és -megtartó képesség.

Az Irinyi Terv kiemelten fejlesztendő és támogatandó területként azonosítja a járműipart, a specializált gépi- és járműgyártást, az „egészséggazdaságot” (például gyógyszeripart, orvosi berendezés- és eszközgyártást), a turizmust, az élelmiszeripart, a „zöldgazdaság” fejlesztését (megújuló energia, bioüzemanya-

gok), az infokommunikációs és távközlési szektort, a kihelyezett üzleti szolgáltatásokat (SSC), valamint a védelmi ipart.

A Garantiqa Irinyi Garanciaprogramjának célja a fenti ágazatokban működő vállalkozások kiemelt támogatása. A programban nem csak kkv-nak minősülő vállalkozások vehetnek részt, a kezességet tulajdonképpen méretre, illetve tulajdonosi körrel való korlátozás nélkül igényelheti minden Magyarországon működő vállalkozás. Egyetlen feltétel, hogy a vállalkozás főtevékenysége vagy a hitelcélja Irinyi Tervben szereplő ágazatokhoz kapcsol-

ódjon. Mivel a kezességet a Garantiqa saját kockázatra vállalja, az állami támogatási szabályokat nem kell alkalmazni.

Egy ügyfélcsoport vonatkozásában a maximálisan vállalható kezesség 800 millió forint. Mivel a kezességvállalás százalékos mértéke választható (de legfeljebb 80 százalék), így például 50 százalékos kezesség mellett egy 1,6 milliárd forintos ügylet is garantálható. A program a folyószámlahitel kivételével minden hitel- és garanciakonstrukció számára elérhető. A program keretében a kezesség kedvezményes 1 százalékos díjon vehető igénybe.



BÁTRAN BELEVÁGHAT



DR. NAGY RÓBERT, A TÁRSASÁG VEZÉRIGAZGATÓ-HELYETTESE

KIFEJEZETTEN A KKV-SZEKTOR SZEREPLŐINEK SZÓLÓ TERMÉKEKKEL JELENT MEG AZ UNICREDIT

CÉLKERESZT BEN AZ EGYSZERŰSÉG

Két új, kifejezetten a kkv-szektor szereplőinek szóló termékkel is megjelent az UniCredit az őszyamán. Az egyik számlacsomag, a másik folyószámlahitel, de legalább egy tulajdonságban mindkettő megegyezik: egyszerű logika mentén alkották meg őket.

AZ ÜGYFELEK IGÉNYE SZERINT

Orosz Zsuzsanna, a bank kisvállalati értékesítési vezetője elmondta, hogy a Flexi Business névre keresztelt számlacsomagot olyan alapelvek mentén hozták létre, mint az átláthatóság, illetve az egyszerűség. A hangsúly nem véletlenül került erre a két megközelítésre: az UniCredit idén nyáron megjelent nagy mintás, a hazai kis- és középvállalkozói réteget célzó országos reprezentatív kutatásából egyebek mellett az derült ki, hogy az ilyen méretű cégeknek ezek a legfontosabb szempontok.

„A kkv-k vezetői nem akarnak bankügyekkel foglalkozni, legfeljebb ha az elkerülhetetlen” – emelte ki a szakember. Ugyan számtalan termék közül választhatnak a bankoknál, ezek túlnyomó többsége viszont annyira bonyolult, hogy a vállalkozók inkább nem is akarják megérteni a működésüket.

Az UniCredit viszont a kusza koncepciók helyett egyszerűséget kínál a Flexi Business számlacsomaggal, pontosabban azt, hogy ne kelljen mértani pontossággal megterveznie a vállalkozásnak, hogy mikor, melyik számláról utal, fél szemmel arra figyelve, hogy még belefér-e a havi ingyenes tranzakciószám-ba. „Mi azt ajánljuk az ügyfeleknek, hogy mi követjük a számla-aktivitását, az utalások számát és nagyságát. A díjak mértékét pedig a forgalom alapján sávosan állapítjuk meg, fix összeg-gel, előre stabilan kalkulálható-

MAGYARORSZÁG

Manapság a legválatozatosabb konstrukciókkal igyekeznek megszólítani a bankok a kis- és közepes vállalati szektort. Hiába széles azonban a választék, ha az ajánlatok sok esetben bonyolultak és átláthatatlanok. Az UniCredit átlátható és egyszerű megoldást kínál.

[GARANTIQA]



Orosz Zsuzsanna

Mindig jobbat akarok.
Ezért vagyok itt.

Előremutató folyószámlahitel

Vállalkozásának¹ középtávú likviditást biztosító finanszírozásra van szüksége? Az UniCredit Előremutató folyószámlahitele gyors és rugalmas megoldást jelenthet a cégének, hiszen arra használhatja fel, amire szeretné.

- 3 éves futamidőre rögzített összegű, szabadon felhasználható és automatikusan feltöltődő forint- vagy euró-hitelkeretet biztosít², évenkénti kötelező felülvizsgálattal.
- Kedvező feltételeket kínál.
- A hitel igénybevételéhez nem szükséges sem tárgyi fedezet, sem üzleti terv.

www.unicreditbank.hu/eloremutatohital

unicreditbank.hu [unicredit-bank-hungary](https://www.linkedin.com/company/unicredit-bank-hungary) [/UniCreditBankHu](https://www.facebook.com/UniCreditBankHu)

A bank mindenhez,
ami számít.



A tájékoztatás nem teljes körű. A részletes kondíciókat az UniCredit Bank általános üzleti feltételei, üzletszabályzatai, kondíciós listái, illetve az adott termékre vonatkozó hirdetményei tartalmazzák. A bank fenntartja a hitelbírálat és a kondíciók változtatásának jogát.

¹ A hitelt igényelheti: devizabeltől – a KKV. tv. (2004. évi XXXIV. tv.) szerint meghatározott – kft., zrt., nyrt., kkt., bt., szövetkezeti formában működő társas vállalkozás vagy egyéni vállalkozás, egyéni cég; kivéve egyéni ügyvéd, ügyvédi iroda, közjegyző, östermelő.

² A keret rendelkezésre tartása évenkénti a banki ügyfélminősítés alapján hosszabbítható, amennyiben az ügyfél a minősítéshez szükséges dokumentumokat a rendelkezésre tartási periódus lejárata előtt a bank részére eljuttatja.

an” – sorolta Orosz Zsuzsanna. Vagyis a papírmunka marad a bankra, a cégvezetőnek pedig elég néhány tételt megjegyeznie, amikor a számlafenntartás díját kalkulálja.

Ráadásul, ha szezonális iparágban tevékeny a vállalkozás, akkor sem kell figyelmet fordítania csomagváltásra, hiszen az UniCredit díjai maximálisan igazodnak az adott hónap üzleti eredményéhez. A rugalmasság mellett jó hír, hogy a havi költségek magukban foglalják az elektronikus úton indított belföldi forint átutalásokat bankon belül és kívül egyaránt.

GYORSAN ÉS KÖNNYEN

A Garantiqa Hitelgarancia Zrt. készfizető kezességvállalásával futó Előremutató folyószámlahitel főképp annak az igénynek tesz eleget, hogy az ügyfelek szeretik, ha a hitelkeret (amely forint- és euróalapú is lehet) szabadon használható fel. Még az is előny, hogy az UniCredit semmiféle tárgyi fedezetet, sőt üzleti tervet sem kér, ráadásul a költségek is kedvezőek. A kamat mértéke jelenleg 1 százalék, a futamidő a szokásos egy vagy két évvel szemben hároméves, vagyis kedvező választ jelent a középtávú likviditási kérdésekre. „A hitelbírálat gyors és egyszerűsített, bankkártyával és a rendelkezésre álló elektronikus csatornák bármelyikén azonnal hozzáférhető a hitelkeret” – emelte ki a bank kisvállalati értékesítési vezetője. A hitelkeret mértéke legalább 500 ezer, legfeljebb pedig 100 millió forint. Éppen azt szem előtt tartva, hogy az idő pénz jelent a vállalkozások életében, bár évente felülvizsgálják a meg-



állapodást, ha mindent rendben találnak, akkor nincs szükség új szerződés megkötésére.

A BIZALOM JEGYÉBEN

Orosz Zsuzsanna arról is beszélt, hogy a már említett kkv-kutatás egyértelművé tette, hogy egy banki váltásnál az

árak mellett a bizalom és a személyes kapcsolatok esnek a legnagyobb súllyal a latba. A kutatást időről időre megismétlik majd, a mostani termékektől pedig azt remélik, hogy olyan ügyfeleket is meg tudnak szólítani velük, amelyek eddig nem mutattak nyitottságot. „A kkv-k derűlátóak, számos innovatív

beruházást terveznek. Az UniCreditnél olyan termékeket szeretnénk kínálni, amelyekre valóban szükségük van” – tette hozzá.

Banki termék igénybevétele előtt minden esetben tájékozódjon a részletes feltételekről!

Nálam minden
átlátható.
A vevőimnek is
ez számít.

Flexi Business kisvállalati számlacsomag

Új Flexi Business számlacsomagunk kiszámíthatóságot és rugalmasságot kínál vállalkozásának.

Csökkentse költségeit, bankoljon velünk!

Kisvállalati tanácsadóink készséggel tájékoztatják bankfőlkjainkban.

unicreditbank.hu [unicredit-bank-hungary](https://www.linkedin.com/company/unicredit-bank-hungary) [/UniCreditBankHu](https://www.facebook.com/UniCreditBankHu)

A bank mindenhez,
ami számít.



A tájékoztatás nem teljes körű, és nem minősül szerződéses ajánlattételnek. A további részletes feltételeket a vonatkozó kondíciós listákban, hirdetményekben, a bank Vállalati és önkormányzati üzletszabályzatában és az Általános üzleti feltételekben találja meg.

MAGYARORSZÁG EGÉSZSÉGÜGYI ÁLLAPOTA A STATISZTIKÁK TÜKRÉBEN

NAGYVIZIT

MAGYARORSZÁG   A magyar lakosság egészségügyi állapota elamarad az EU fejlettebb tagországhoz képest, egyes keringési és rosszindulatú daganatos betegségek terén az „élvonalba” tartozunk. Az egészségtelen életmód miatt évről évre egyre többen betegszenek meg hazánkban. Tegyük az egészségünkért, tegyük magunkért! [GARANTIQA]

A magyar lakosság egészségi állapota nem fest túl jól a nemzetközi összehasonlításokban. Az egészségtelen életmód (40 százalékban járul hozzá a kedvezőtlen egészségügyi mutatókhoz...), a túlsúly, az elhízás számátalan betegség oka: a szív- és érrendszeri betegségek, a magas vérnyomás, a 2-es típusú cukorbetegség, valamint egyes rákbetegségek többnyire ezekre vezethetők vissza.

Dohányzásban, elhízásban, rák- és szívhalálozásban tartjuk a helyünket a legrosszabb eredményt felmutató országok között – derül ki az OECD (Gazdasági Együttműködési és Fejlesztési Szervezet) legfrissebb egészségügyi pillanatképéből, a Health at a Glance 2017 című jelentésből, amely 36 országot vett górcső alá.

A születéskor várható élettartam közel négy évvel, 75,7-re emelkedett ugyan, azonban még mindig öt évvel az uniós átlag

alatt van. A magyar férfiak esetében azonban ez a szám csaknem hlt évvel kevesebb, mint a nőknél (72,3 év, szemben a nők 79 évével).

Magyarországon a fő halálozási okot ötven százalékban a szív- és érrendszeri, míg 26 százalékban a rákos megbetegedések jelentik. A mozgásszervi és mentális problémák, a cukorbetegség szintén sok egészségügyi probléma forrása.

A népegészségügyi prevenciós program 2010-2017 közötti statisztikái alapján szintén reális képet kapunk a lakosság jelenlegi egészségügyi helyzetéről. Az egészségvédelmi szűrések – hét év alatt ötmillió vizsgálat és több mint tízmillió kitöltött kérdőív – eredményei azt mutatják, hogy legalább hárommillió embernek van magas vérnyomása, egymillió honfitársunk cukorbeteg, a lakosság 40 százaléka pedig túlsúlyos. Az uniós átlaghoz képest



ORVOSOLANDÓ PROBLÉMÁK

ELRETTENTŐ SZÁMOK

(A NÉPEGÉSZSÉGÜGYI PREVENCIÓS PROGRAM KÉRDŐÍVE ALAPJÁN)

- A szív- és érrendszeri szűrővizsgálatok során a lakosság 9 százalékánál találtak eltérést.
- A vércukorszint vizsgálatok 8 százalékukban mutatott kóros értékeket.
- A koleszterinérték 29-36 százalékuknál tért el a normális értéktől.
- A nők és a férfiak körében közel egyforma volt a krónikus vesebetegség (2-3%), cukorbetegség (5%), légúti betegség, allergia (24%) előfordulási gyakorisága.
- Laktózintolerancia a látogatók közel 10 százalékát érintette.
- A családi anamnézisben a magas vérnyomást 65,3, a szívinfarktust 27, az agyvérzést 20, a daganatos megbetegedést közel 50, az anyagcsere-betegséget pedig 40-44 százalékban említették.
- A daganatos megbetegedések a lakosság közel felét, az anyagcsere-betegségek pedig több mint 44 százalékát érintik.
- A középkorúak esetében a vastagbél-daganat rizikóesztíje közel 14 százalékban sorolja kitöltőjét a veszélyeztetett kategóriába.
- A résztvevők 24 százaléka, vagyis minden negyedik ember dohányzik.

SZÜRŐPROGRAMOKKAL ÉS EDUKÁCIÓVAL EGY EGÉSZSÉGESEBB ORSZÁGÉRT

KELL A KEZELÉS

MAGYARORSZÁG   Egészségügyi állapotunk javulásában kulcsszerepet játszanak a szűrőprogramok és az edukáció. Nem véletlen, hogy ezek a kormányzati egészségügyi stratégia kiemelt pontjai. [GARANTIQA]

Magyarország egészségügyi stratégiája 2014-2020 között a prevencióra, a lakosság egészségi állapotának javulására, a gyógyulási esélyek javítására és a születéskor várható élettartam növekedésére fókuszál. Kiemelt cél továbbá, hogy az egyes területek lakóinak egészségügyi állapota között csökkenjen a különbség. Lényeges továbbá, hogy az egészségügyi szolgáltatásokhoz mindenki hozzáférjen, és ebben se legyenek társadalmi különbségek. Népegészség-

ügyi prioritás, hogy csökkenjen a népbetegségek kialakulásának a kockázata, de amennyiben a betegség már kialakult, azt a lehető legkorábban felismerjük és kezeljük. A felismerésben a komplex szűrőprogramok segítenek leginkább, amelyeket szakmai ajánlások, nemzetközi gyakorlatok és a hazai szükségletek figyelembevételével alakítottak ki.

– A stratégia a szűréseket kiemelt helyen kezeli, de a megvalósítás igencsak nehézkes. Bizonyos szűrőprog-

ramok, mint például a vastagbél-szűrés egyáltalán nem indult el, a mellrák szűrése kicsit jobban áll ugyan, ám amíg a behívó rendszert nem teszik hatékonyabbá, addig az is stagnálni fog. A háziorvosok bevonása szintén szükséges lenne ahhoz, hogy minden érintett kielégítően informálódjon a lehetőségekről – szögezte le dr. Sinkó Eszter egészségügyi közgazdász, a SOTE Egészségügyi Menedzserképző Központjának igazgató-helyettese.

A népegészségügyi rendszer átfogó fejlesztésének fókuszában a megelőzés mellett az egyén és a közösség egészségtudatosságának fejlesztése áll.

– Edukáció terén van mit javítani. A Magyar Orvosi Kamara már számtalanszor ki-

fejezte szándékát, hogy a nemzeti alaptantervbe építsék bele az egészségtant, de eddig ez a kezdeményezés nem ért célrt. Az emberek többsége egészség témakörben is leginkább az interneten infor-

málódik, éppen ezért fontos lenne egy olyan fórum is, ahol kontrollált, hiteles információk olvashatóak – tette hozzá dr. Sinkó Eszter.

A stratégiával párhuzamosan már készül az új népegészségügyi program is, amelyet akár már az idén elfogadhatnak. A program gerince az öt leggyakoribb betegségcsoportra (onkológiai, keringési, mozgásszervi, gyermekgyógyászati és mentális betegségek) épül.



EGÉSZSÉGTUDATOSSÁG: SZÍVÜGY VAGY ÜZLET?

NEMCSAK ETETNEK

MAGYARORSZÁG   Az egészséges életmóddal kapcsolatos szolgáltatások száma az utóbbi években ugrásszerűen megnőtt – már számtalan módszer közül választhatunk. De vajon melyik a leghatásosabb? [GARANTIQA]



Kutas Kelly

Jogosan merül fel bennünk a kérdés, hogy a szolgáltatók szívügyként tekintenek saját módszereikre, vagy csupán üzletet látnak benne... Szerencsére többségük-nél a kettő együtt jár, most ezeket a szakembereket mutatjuk be.

Az egészség megőrzése mellett a hiúság a legnagyobb motiváló eszköz, főleg a nők körében, ezért a különböző fogyókúrás módszereknek se szeri, se száma. Az étrend természetesen sokat nyom a latba, ezért számtalan táplálkozási szakértő és élelmiszer-, táplálék-kiegészítő márká próbálja meg kiszolgálni az egészséges étkezésre éhes közönséget.

Kutas Kelly életmódnagykövet, funkcionális edző az egészséges életmód, táplálkozás és testmozgás hármásában hisz.

„Az én feladatom az, hogy tanácsaimmal, tapasztalataimmal segítsek másoknak egy jobb minőségű és egészségesebb életet élni. Célunk közös: egy betegségtől és allergiától mentes, tiszta élet” – beszélt küldetéséről Kutas Kelly.

A fogyókúrabizniszhez szorosan köthető a kalóriaszegény, ugyanakkor egészséges táplálkozás. Olyan hiteles arcok és egyben nagy nevek ételkiszállító cégei tartkítják a palettát, mint Katus Attila vagy éppen Béres Alexandra. Ők természetesen – múltjuknak köszönhetően – a mozgásban is tudnak segíteni, fitnessz, itt sem kell messzire mennünk a nagy nevekért: Szentgyörgyi Rómeo aerobik- vagy Pírner Alma rúdanc-világbanok is saját módszerrel, edzéstervet fejlesztett ki, amelyek a közösségi háló segítségével futótűzként terjednek.

Minél egészségtudatosabb valaki, annál jobban a mélyére ás a dolgoknak, szűrőseken



Posta Renáta

és kivizsgálásokon vesz részt, és ezek közül egyre gyakoribbak az ételérzékenységgel kapcsolatos szűrések.

Posta Renáta cukor-, glutén-, tejtermékmentes étrendeket állít össze és recepteket fejleszt immár kilenc éve. Motivációja, hogy ő maga inzulinrezisztenciából gyógyult meg, és három hónap alatt lefogzott körülbelül húsz kilót a speciális étrendnek köszönhetően.

„Ennél jobb módszert még én sem találtam, pedig már minden létező fogyókúrát kipróbáltam. A receptjeim élvezeteseek, finomak, egyszerűen beszerezhetők a hozzávalók, nem kell számolgatni kalóriát, szénhidrátot, mégis egy hónap alatt egy ruhaméretet lehet fogyni” – mondta el Posta Renáta, a nevét viselő fogyókúrás program szülőanyja.

Mindenki boldog, kiegyensúlyozott szeretne lenni, általános jóérzéssel párosuló testi-lelki harmóniára vágyik. A wellneszmé-nyek például ebben próbálnak segíteni nekünk. Létezik számos más alternatív módszer is, amely ezt a célt szolgálja, érdemes megtalálnunk a hozzánk leginkább passzoló verziót.

A deeksha egy olyan módszer, amely segít elmozdulni az öröm, a nyugalom és a belső béke állapotába. A szó jelentése áldás, a programok lényege pedig nem más, mint megemlíni a tudatszintet, elindítani egy mély belső átalakulást.

„Általa közelebb kerülünk valódi életcélunkhoz, szívünk legbelsőbb vágyaihoz. Lecsendesíthetjük az elménket, és magasabb perspektívából láthatunk rá élethelyezeitinkre, kapcsolatainkra” – mesélt erről az indiai módszerrel Bretán Krisztina, aki egészségtr-nerként tart ilyen programokat.

Hát..., csak győzzünk okosan választani...



DIKTÁL A BETEG, ÍRJA A DOKTOR

EGYRE NÉPSZERŐBBEK A MAGYAR MAGÁNEGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLTATÓK

MAGUNKNAK ORVOSOLJUK

MAGYARORSZÁG   A lakosság out-of-pocket típusú, azaz zsebből vagy biztosításból finanszírozott egészségügyi kiadásai egyre növekednek, a „zsebből kifizetett” magánegészségügyi kiadások terén tavaly 9 százalékos bővülést mértek a szakemberek. [GARANTIQA]

A magánegészségügyi szolgáltatók és az őket igénybe vevő páciensek száma dinamikus növekszik. A magánszektor szolgáltatásainak minősége azonban nem kellően kontrollált, bár léteznek már olyan kezdeményezések, amelyek ezt hivatottak orvosolni. A Primus Magán Egészségügyi Szolgáltatók Egyesülete például a „kifehérített” működés, a betegközpontú szolgáltatás és a szolgáltatás szakmai színvonalának garantálása érdekében idén nyáron komplex auditra és próbavásárlásra épülő védjegyrendszert vezetett be.

A minőségi garancia azonban csak része a problémák orvoslásának, a legnagyobb gond, hogy a magán- és a közszféra „egymásra van csúsztva”. Éppen ezért lépett életbe az a

szabályozás, hogy állami esz-közökkel az állami ellátás kere-tein belül nem lehet magánellátást nyújtani.

„A magán- és a közszolgáltatói ellátásoknak egészséges egyensúlyban kellene lenniük, a magánegészségügyi szolgáltatóknak kiegészítő és nem helyettesítő jelleggel kellene működniük” – fejtette ki lapunknak dr. Sinkó Eszter egészségügyi közgazdász, majd hozzátette: ehhez elsősorban az állami finanszírozási oldalt lenne szükséges rendbe tenni.

A Primus és a Szinapszis felmérése szerint az elmúlt két év során a magyarok 67 százaléka járt már egészségügyi magánszolgáltatónál. A páciensek a jóval rövidebb várakozási idő, illetve a nagyobb törődés miatt fordulnak a magánszektor felé.

„A háztartások egészségügyi költségeinek terén egyértelmű, évi 4-5 százalékos növekedés tapasztalható: a jelenlegi 1000 milliárd forint körüli összegből a magánegészségügyi szektor részesedése 300 milliárd forint” – tudtuk meg Leitner Györgytől, a Primus Magán Egészségügyi Szolgáltatók Egyesületének elnökétől.

Elsősorban vidéki kórházak esetében figyelhető meg, hogy magánrendelőt nyitnak járóbetegnek az intézmény közvetlen közelében. Így ki tudják szolgálni azokat, akik szakorvost kívánnak igénybe venni, és nem szeretnék sokat várni a vizsgálatokra. Míg néhány évvel ezelőtt a magánszektor főleg a járóbetegek keresték fel, ma már a kisebb, egynapos műtétek iránti kereslet is élénk.

KATUS ATTILA, TÖBBSZÖRÖS VILÁG- ÉS EURÓPA-BAJNOK AEROBIKVERSENYZŐ, AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD NAGYKÖVETE

„AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD MEGSZERETTETHETŐ”

MAGYARORSZÁG   **Az egészségünk a tudatosságban rejlik – vallja Katus Attila, aki az aktív életmód magyarországi nagyköveteinek egyik jól ismert alakja. Sport nélkül képtelen létezni, és személyi edzőként, életmód-tanácsadóként másoknak is jó szívvel ajánlja, hogy mozogjanak rendszeresen, és éljenek egészségesebb, teljesebb életet. [GARANTIQA]**

– Többszörös világ- és Európa-bajnok aerobikversenyzőként mit jelent számodra az egészségtudatosság?

– Az emberi élet ajándék, az emberi test pedig egy csoda. Testünk a legjobb barátunk: folyamatosan kiszolgál minket, mégis legtöbbször mindent megtesznek ellene. A tudatosság az, hogy megnézzük, hogyan tudunk minél többet kihozni magunkból, az adottságainkból. A lényeg, hogy mindig önmagunkból hozzuk ki a legtöbbet, és ne másokhoz viszonyítsuk magunkat.

– Az életmódváltás sokunknál központi téma, hiszen ki ne szeretne egészségesebb, karcsúbb és kiegyensúlyozottabb lenni... Szerinted hogyan lehet sikeres egy életmódváltó?

– Nem életmódváltásról beszélnek, a helyes megfogalmazás inkább a változtatás. Ehhez hozzá tartozik a fokozatosság, a rendszeresség és a kitartás. Sokszor félünk az életmódunkon változtatni, mert azt gondoljuk, hogy az csupa szenvedéssel, kinnal jár. Fel kell mérni a lehetőségeinket és a képességeinket, és ezeknek megfelelően kell meghatározni a helyes irányt. Teljesíthető, reális célokat kell kitűzni – ez a siker titka.

– Hogyan lehet az embereket mozgásra ösztönözni?

– Egy edzőnek inspirálónak kell lennie. Kedvet kell csinálnia a mozgáshoz, kedves és barátságos, nem erőltetett stílusban. Akik az óráimra járnak, azok azért jönnek, mert jó társaságban, jó hangulatban, barátok között szeretnék eltölteni a szabadidejüket és közben a testüket edzeni.

„Jövőnk döntései sorozatán múlik, senki sem úszhatja meg, hogy elhatározza, mit szeretne valójában, és előbb-utóbb dönteni kell.”

– Az egészséges életmód nagykövetei mi az életfilozófiád?

– Azt vallom, hogy az élet lényege az energia, az önbizalom és a vállalkozó kedv – ezek visznek minket előre. Szerintem az egészség egyáltalán nem magánügy. Közügyről van szó, hiszen az, hogy egészségesesek vagyunk, kihat a környezetünkre, befolyásolja a közelünkben élőket, tehát egyértelműen közös érdekről van szó. Közösségben jobban működünk, sokkal hatékonyabbak vagyunk, ezért az életmód-változtató céljaink megvalósításához szükség van a társaságra is.

– Te magad mi mindent teszel az egészségtudatos nevelés terén?

– Ha változást szeretnénk az egészséges életmód területén, akkor elsősorban a fiatal korosztályt kell megszólítanunk. Minden gyerekben benne van a mozgás szeretete, nem szabad ezt belőlük kioltni. Az egészséges életmód megszerettethető, minden csak kommunikáció, vagy épp találás kérdése. Az egészségtudatosság népszerűsítése nem egyszerű feladat, de személyes példamutatással nem is lehetetlen. Nekem ez a módszerem, erre használom az ismertségemet. A mindennapos testnevelés nagyon fontos, és ha ehhez hozzászoknak a gyerekek, sokkal nagyobb lesz az esély arra, hogy felnőtt korukban is rendszeresen mozognak majd.

– Hogyan tudod az egészséges életmóddal kapcsolatos üzeneteidet eljuttatni a gyerekekhez?

– Közel száz iskolát látogatok meg egy évben, hátrányos

helyzetű gyerekeknek tartok rendhagyó testnevelésórákat. Humorral és nyitottsággal színt

te bármit el lehet érni náluk. Rengeteg visszajelzést kapok a gyerekektől, tetszenek nekik az óráim és mindaz, amiről ezeken szó esik, legyen szó a táplálkozásról vagy éppen az életmódról. Minden gyerek menő akar lenni, nemcsak a közösségimédia-felületeken, hanem a való világban is. Szinte az életük minden mozzanatát posztolják, hogy mit ettek, milyen ruhát vettek fel

aznap, sőt nem ritkán edzés közben is készítenek magukról fotókat.

– Nehéz meggyőzni vagy befolyásolni őket?

– Az emberek sokszor hasonlóan reagálnak dolgokra, ezért ha már bejött egy módszer, szívesen vetem be másik iskolában is. Személyes példákat hozok, és olyasmikről mesélek nekik, amik érdekelhetik őket. A történeteim szereplői között biztosan találunk olyat, akivel azonosulni tudnak, és ha ez sikerült, már be is vontam őket a közös munkába.

Katus Attila üzen

„Ha az egészségünk az első, akkor amellet, hogy az étkezésünkre is odafigyelünk, mozognunk is kell. Heti egyszer, egy óra edzéssel 50, míg háromszor egy óra edzéssel 80 százalékos lesz testünk állapota. Érdemes a mozgásra, egészséges életmódra időt szakítani, mert ha nem tesszük meg, akkor nagy valószínűséggel betegeskedéssel töltjük majd a napjainkat. El lehet dönteni, hogy mi éri meg jobban... Az egészség ugyanis kihat az egész lényünkre, a gondolkodásunkra, a testünk és a lelkünk állapotára is.

– És mi a helyzet a felnőttekkel?

– Az emberek döntő többségénél nem fizikai akadály van annak, hogy nem mozognak, hanem a gondolataik gátolják meg őket ebben. Az emberekben nagy az önsajnálát, ez pedig passzívvá teszi őket. Gyakori hiba, hogy más álmaikat szeretnék

valóra váltani, nem a magukékat. Jövőnk döntései sorozatán múlik, senki sem úszhatja meg, hogy elhatározza, mit szeretne valójában, és előbb-utóbb dönteni kell. A hajónak kell, hogy legyen kapitánya, különben csak céltalanul bolyong a tengeren. A siker titka abban rejlik, hogy felállítunk egy értékrendet, majd annak mentén haladunk előre.

„Teljesíthető, reális célokat kell kitűzni – ez a siker titka.”

