



## MAGYAR DIETETIKUSOK ORSZÁGOS SZÖVETSÉGE

Cím: 1134 Budapest, Angyalföldi u. 5a. Lion Irodaház 225.

Telefon: +36 1 269 2910

E-mail: [mdosz@mdosz.hu](mailto:mdosz@mdosz.hu)

Honlap: [www.mdosz.hu](http://www.mdosz.hu)

[www.facebook.com/TeritekenAzEgeszseg](https://www.facebook.com/TeritekenAzEgeszseg)

Elnök: Szűcs Zsuzsanna MSc

Főtitkár: Erdélyi-Sipos Alíz MSc

---

### SZÖVEGES BESZÁMOLÓ KÖZHASZNÚ TEVÉKENYSÉGRŐL

#### 2025.

A Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége (MDOSZ) 2025-ben az alapító okiratában foglalt közhasznú célkitűzéseinek megfelelően végezte tevékenységét.

Szövetségünk 1991-ben alakult, országos szinten látja el feladatait. Taglétszáma megközelíti a 2500 főt – elsősorban főiskolát végzett dietetikusok, valamint egyetemet végzett táplálkozástudományi szakemberek, jelentős számban dietetikus hallgatók, illetve pártoló tagként jogi személyek alkotják a tagságot.

Az MDOSZ célkitűzései megvalósítása érdekében 2025-ben a következő feladatokat végeztük el:

1. Betegségmegelőzés, a lakosság egészségi állapotának megőrzése és javítása, az egészséges, illetve aktuális állapotnak megfelelő táplálkozási gyakorlat és szokások kialakítása pozitív befolyásolás útján.

A hazai táplálkozási szokások pozitív befolyásolása, valamint az egészséges táplálkozás népszerűsítése érdekében 2016-ban Szövetségünk létrehozta és 2021-ben frissítette a felnőtt, 2017-ben összeállította az iskoláskorú, 2024-ben pedig elkészítette az óvodáskorú lakosságnak szóló táplálkozási ajánlását, az **OKOSTÁNYÉR®**-t. Az ajánlás ismertségének növelése elsődleges kommunikációs célkitűzéseink egyike, a hazai lakosság, illetve pedagógusok, valamint az egészségügyben dolgozó szakemberek felé.

A szakemberek elérése szempontjából az egyik leghatékonyabb és leghitelesebb eszköz a szakmai fórumokon, konferenciákon történő előadás tartása, illetve publikáció szakmai lapokban. A Szövetség szakértői 2025-ben összesen 38 hazai tudományos rendezvényen vettek részt szakmai előadással, illetve panelbeszélgetések résztvevőiként az ajánlás népszerűsítése érdekében a prevenció és az egészségügyi ellátás területén tevékenykedő szakemberek, döntéshozók (orvosok, népegészségügyi szakemberek, egészségfejlesztési irodák, védőnők, szakpolitikusok stb.) körében.

A lakosság irányába nagy elérést biztosító rendezvényeken, szakmai/média együttműködésekön keresztül, valamint hagyományos és közösségi média csatornák felhasználásával kommunikálunk. Az ajánlás honlapján ([www.okostanyer.hu](http://www.okostanyer.hu)) 2025-ben is havi rendszerességgel helyeztünk el friss tartalmakat (pl. szezonális receptek, hasznos információk) formájában az ajánlás hétköznapi megvalósításának támogatására.

2025-ben a Magánygyógyászok Egyesületével kötött együttműködés részeként országsszerte közel 70 patikában helyeztünk el az ajánlást népszerűsítő plakátokat és információs kártyákat.

Közhasznú szervezetként az OKOSTÁNYÉR® kommunikációjára sem a hagyományos, sem a közösségi médiában nem tudunk marketing keretet biztosítani, kizárólag owned és earned media eszközökkel, nem támogatott posztokkal, organikusan növeljük üzeneteink elérését.

Az OKOSTÁNYÉR népszerűsítése mind a proaktív, mind a reaktív kommunikációban kiemelt helyen szerepelt. Kommunikációs tevékenységeink 2025-ben:

- sajtóközlemények, kishírek (1 db/hó + ad hoc szakértői aktivitások reaktívan)
- Táplálkozási Akadémia hírlevelek: havi időzítéssel juttatjuk el a hírlevélre feliratkozók és a Szövetség tagjai felé, valamint egy folyamatosan frissített média listára
- okostanyer.hu oldal tartalomfrissítése
- Terítéken az Egészség Facebook és Instagram oldalunkon, valamint LinkedIn csatornákon posztok, infografikák, receptek, videók megjelentetése hetente több alkalommal
- 5 új epizódot készítettünk „Az egészség menőség” podcast csatornákra az egészséges táplálkozáshoz kapcsolódó változatos témákban
- ingyenes lakossági esemény: 2025-ben már negyedik alkalommal rendeztük meg az MDOSZ családi pikniket (2025. szeptember 7., Budapest, Puskás Aréna Nyugati Park) ahol táplálkozási tanácsadással, testösszetétel méréssel, játékokkal vártuk az érdeklődőket.
- partnereink eseményein való megjelenés, előadások, tanácsadás tartásával, információs kiadványok biztosításával. MÁÉSZ, Egy Csepp Figyelem Alapítvány eseményei, CEOSZ eseményei, iskolai egészségnapok, foglalkozások, Magyar Szabadidősport Szövetség eseményei és Kihívás Napja kampány, Magyar Diáksport Szövetség – Aktív Iskola program, Egészségesebb Munkahelyekért Egyesület Lép a Cég kampánya, Auchan és Kék Fehér Szív Alapítvány áruházi aktiváció
- dietetikus kollégáink számára, egészségfejlesztő tevékenységük segítésére ingyenes szóróanyagot biztosítunk (A4 és A5 méretben) a gyermek és a felnőtt táplálkozási ajánlás népszerűsítésére, 2025-ben összesen több mint 6.100 példányban támogattuk kollégáink munkáját

A Szövetség felé érkező média megkeresések esetén az üzeneteket úgy közvetítjük, hogy az OKOSTÁNYÉR® szinte minden alkalommal említésre kerüljön.

Az egészséges táplálkozáshoz kapcsolódó üzeneteink, kezdeményezéseink népszerűsítése érdekében végzett média tevékenységünkkel 2025-ben összesen 52.666.492 főt értünk el, melynek PR értéke összesen 597.020.600 Ft volt. Közösségi média tevékenységünk („Terítéken az Egészség” Facebook és Instagram oldal, LinkedIn oldalunk, podcast csatornánk okostányér kommunikációja – pl. Táplálkozás és Hidratáció hete, receptek, okostányér posztok formájában közel 1.100.000 emberhez jutott el. Az okostanyer.hu oldalt több, mint 15.000 egyedi látogató keresi fel havonta. Partneri együttműködéseink (pl. MÁÉSZ, Magyarország Cukormentes tortája verseny, CEOSZ receptverseny, Aktív Iskola program, Kor Kontroll Társaság receptverseny, Crohn-Colitis Egyesület) keretében üzeneteinket 1.600.000 emberhez sikerült eljuttatni. Emellett kb. 45.000 embert szólítottunk meg események formájában (MDOSZ Családi piknik, Föld Napja, Diabetes világnapi események, egészségnapok, iskolai előadások). Kollégáink egészségfejlesztő tevékenységét több mint 6.100 db ingyenes okostányér szóróanyag átadásával támogattuk.

A hazai lakosság egészségi állapotának javításában kulcsfontosságú a gyermekek oktatása. Ebből a célból hozta létre Szövetségünk 2014-ben a **GYERE® (Gyermekek Egészsége) programot**, melynek célja a gyermekkori elhízás megelőzése, valamint az egészséges táplálkozás népszerűsítése. A kezdeményezést az ország 24 városának 24 általános iskolájában valósítottuk meg, 5.500 gyermek és családjuk bevonásával 2022-2024 között. 2025-ben pedig elvégeztük a program eredményességét felmérő kutatást 3 magyarországi régióban, 1025, 6-12 éves gyermek bevonásával. A gyermekek antropometriai adatainak elemzése igazolta oktatóprogramunk hatékonyságát. A felmérésben részt vett gyermekek esetében

csekély, de kedvező irányú változás mutatkozott a testtömeg-indexben, különösen a lányoknál, a nagyobb gyermekeknél, illetve a Közép-magyarországi régióban. A kutatás eredményeit sajtóközlemény, valamint tudományos konferenciákon tartott előadás formájában megosztottuk a széles nyilvánossággal, illetve a szakmai, tudományos közösséggel. 2025-ben megújítottuk a GYERE® (Gyermekek Egészsége) program védjegytalmát további 10 évre.

2025-ben is megszerveztük az Auchan Alapítványtól elnyert újabb és az Aktív Magyarország programtól kapott támogatásnak köszönhetően **OKOSTÁNYÉR® Országos Diák Tudáspróba** című országos tanulmányi versenyünket. A versenyt az ország mind a 2400 általános iskolájában meghirdettük a 6. és 7. osztályos tanulók számára. A szeptemberben és októberben tartott online fordulóban a diákokból verbuvált 3 fős csapatok mérhették meg az egészséges táplálkozással kapcsolatos tudásukat egy külön erre a célra létrehozott microsite-on. A vármegyénként legjobban teljesítő csapatokat pedig november 15-én az országos döntőn vártuk, ahol egy 16 állomásból álló pályán mérkőztek meg a diákok az értékes díjakért. A versenyben a tavalyi évhez képest 70 százalékkal több, összesen 1.417 csapat vett részt.

A nők nemcsak saját, hanem családjuk egészségét is befolyásolhatják a táplálkozáson keresztül, tekintettel arra, hogy hazánkban a háztartások 91%-ában a nők felelnek az élelmiszerek beszerzéséért és az ételek elkészítéséért. A női közönség számára szolgál hiteles, de közérthető táplálkozási információval a Magyar Dietetikusok Országos Szövetségének (MDOSZ) „**Nők Iskolája**” 2021-ben indított kezdeményezése, melyet a Miniszterelnökségtől elnyert támogatás révén folytatni tudtunk 2025-ben. A program részeként három, az OKOSTÁNYÉR® ajánláshoz kapcsolódó témában készítettünk receptvideókat, e-learning anyagokat és infografikákat, melyeket az okostanyer.hu oldalunk mellett a közösségi médiában is népszerűsítettünk.

2025-ben táplálkozási ajánlásunk védjegytalma lejárt, azt újabb tíz évre megújítottuk.

2. A dietetikus munkai szakmai színvonalának emelése, kutatások, képzések, elsősorban továbbképzések, konferenciák szervezése és támogatása.

2025-ben tagjaink számára nyolc online és fizikai jelenléttel járó **szakmai továbbképzést, konferenciát** szerveztünk, amely tudásuk frissítését, elmélyítését, valamint a jobb minőségű dietetikai ellátást szolgálta. Tudományos továbbképzéseinken 2025-ben kb. 1.700 kollégánk vett részt.

2025-ben **támogattuk** három tagunk részvételét az **Európai Dietetikus Szövetség (EFAD) 15. Konferenciáján**, amelyre október 24-25-én a svédországi Malmöben került sor.

Hagyományosan részt vettünk a hazai dietetikusképzéssel foglalkozó felsőoktatási intézmények (Debreceni Egyetem, Pécsi Tudományegyetem, Semmelweis Egyetem) **Tudományos Diákköri Konferenciáján**, illetve a 37. OTDK-n, ahol különdíjakkal jutalmaztuk a legjobb dietetikai előadásokat.

3. A tagok szakmai ismereteinek elmélyítése, hazai és nemzetközi tudományos eredmények követése, egységes szakmai szemlélet kialakítása, szakmai protokollok létrehozásában közreműködés.

Az MDOSZ 2025-ben is folytatta tevékenységét a dietetikusok, táplálkozástudományi szakemberek szakmai ismereteinek bővítésében. **Új Diéta** lektorált szakmai folyóiratunk négy száma jelent meg 2025-ben digitális formában. Emellett a lap weboldalán (ujdieta.hu) elérhető vé tettük 2020-ig az archív lapszámokat. mdosz.hu weboldalunk „**Tudástár**” felületén új szakmai összefoglalókat, videókat tettünk elérhetővé. Honlapunkon megosztjuk a táplálkozástudományi területet érintő friss nemzetközi és hazai irányelveket, szakmai ajánlásokat, jogszabályokat, más társaságok által szervezett eseményeket. Elkészítettük a **Dietetikai Kisokos** 12. számát. Útmutatót dolgoztunk ki a pályakezdő és a vállalkozó dietetikusok számára.

Elkezdtek a növényi alapú étrendek egészséghatásaival foglalkozó **állásfoglalásunk** frissítését átfogó szakirodalmi kutatás formájában. Az országos kollegiális vezető házi orvos felkérésére frissítettük az Alapellátás fejlesztés - krónikus betegségmenedzsment programok és prevenciók programok dietetikai tartalmát. Véleményeztük az Országos Tisztifőorvos módszertani levelét a diétás étkeztetésről az NNGYK Táplálkozás-egészségügyi Főosztálya felkérésére. Részt vettünk az „Ápolói kompetenciák az egészségügyi ellátásban” dokumentum véleményezésében a MESZK Dietetikai tagozat felkérésére. Egyeztetünk a Belügyminisztérium Egészségügyi Államtitkárságával a táplálkozástudomány területén felmerülő kuruzslás problémájáról, valamint a táplálkozási tanácsadó képzések által generált fogyasztóvédelmi és népegészségügyi kockázatokról, valamint a dietetikai licence-k kérdéséről. Egyeztetést kezdeményeztünk az OKFŐ-vel a személyi szakmai minimumfeltételek rendezéséről.

#### 4. A dietetikusi munka társadalmi megismertetése és elismertetése.

A hiteles táplálkozási információk átadása kulcsfontosságú az egészség megőrzése, javítása érdekében. A dietetikai tevékenység presztízsének növelése érdekében 2025-ben is megrendeztük a „Dietetikusok Hete” kezdeményezést, melynek során közösségi médiacsatornáinkon kommunikáltuk a bizonyítékokon alapuló táplálkozásterápia fontosságát.

Magyarország 2023-ban csatlakozott az ONCA (Optimal Nutritional Care for All) nemzetközi kezdeményezéshez, melynek célja a betegséggel összefüggő alultápláltság kiszűrése és az egészségügyi ellátórendszerben a megfelelő táplálkozási ellátás biztosítása. Emellett fontos üzenet a dietetikai tevékenységhez történő hozzáférés elérhetővé tétele mindenki számára. A program részeként 2025. márciusában tudományos és betegszervezetek, valamint egészségpolitikai döntéshozók részvételével megszerveztük az első hazai multidiszciplináris ONCA workshopot. Részt vettünk az ONCA nemzetközi konferenciáján Athénban. 2025-ben is megszerveztük az „Alultápláltság Hete” kampányt, melyhez sikerült elnyernünk a Belügyminisztérium Egészségügyért felelős Államtitkárságának erkölcsi támogatását. A kezdeményezéshez kapcsolódó közösségi médiatartalmaink és sajtóközleményünk közel 200.000 emberhez jutott el.

Folyamatos párbeszédet folytatunk a dietetikai tevékenység által érintett szakmai szervezetekkel, egészségpolitikai döntéshozókkal, intézményekkel (pl. Magyar Egészségügyi Szakdolgozói Kamara, Belügyminisztérium, NNGYK, OKFŐ). 2025-ben csatlakoztunk a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara Mentés Munkacsoportjához, a dietetikai, táplálkozástudományi aspektusok érvényesítésére a speciális táplálkozási igényeket kielégítő termékek kapcsán.

Szövetségünk 2015-ben hívta életre az Országos Dietetikus Címtárat abból a célból, hogy a lakosság számára megkönnyítse a hozzáférést a hiteles táplálkozási információkhoz és a dietetikai szakellátáshoz. 2025-ben együttműködésben a Magángyógyszerészek Országos Szövetségével országszerte közel 70 patikában az országos dietetikuskereső alkalmazásunkat és táplálkozási ajánlásokat népszerűsítő szóróanyagokat és plakátokat helyeztünk el.

#### 5. A szövetség tagjainak szakmai képviselése hazai és nemzetközi fórumokon.

Az MDOSZ 1994 óta tagja az Európai Dietetikusok Szövetségének (European Federation of the Associations of Dietitians), 2008 óta pedig a Dietetikusok Világszövetségének (International Confederation of Dietetic Associations), amely egyúttal a szakmai szervezet nemzetközi elismerését is jelenti. 2025-ben is aktívan részt vettünk mindkét nemzetközi szervezet tudományos munkájában. Az MDOSZ vezetősége 2025-ben összesen több mint 80 hazai szakmai eseményen képviselte a dietetikus közösséget.

Társadalmi, edukációs kezdeményezéseink, médiatevékenységünk, tudományos és szakmapolitikai aktivitásaink jelentős elérése egyértelműen demonstrálja, hogy a rendelkezésünkre álló emberi és anyagi erőforrásokkal 2025-ben is hatékonyan gazdálkodtunk. Szakmai szervezetünk jelentős társadalmi és tudományos értékű teljesítményéhez hozzájárul a Szövetség vezetőinek, munkatársainak, önkénteseinek elkötelezettsége, az MDOSZ jó megítélése, szakmai hitelessége, illetve az egészség – ezen belül a helyes táplálkozás - kiemelt társadalmi és népegészségügyi jelentősége.

Budapest, 2026. április 27.



Szűcs Zsuzsanna

elnök