A térség eredményes társadalmi felzárkózásához a lakosság szociológiai és egészségmagatartási jellemzőit vizsgáljuk. Célunk megismerni, milyen tényezők befolyásolják a lakosság egészségtudatosságának kialakulását. Meg kell ismernünk azokat a viselkedési szokásokat, amelyek befolyásolják a lakosságot az egészséges életmód választásában. A TÁMOP 615-ben elért eredményeinket egy e célra kifejlesztett prevenciós modell alkalmazásával fejlesztjük tovább.

TÁMOP 615

Áthúzódó projekt koncepció

Dél-Békés Többcélú Kistérségi Társulása, Dél-Békés Mezőgazdasági Termelőiért Közhasznú Alapítvány

BÉKÉS ÉS BARANYAI MEGYEI TARTALOM



Tartalom

[1. A projekt előzményei 2](#_Toc434100024)

[1.1. A „Kulcs egy jobb élethez” modell 2](#_Toc434100025)

[1.2. A „Kulcs egy jobb élethez” modell elterjesztése Békés, Somogy és Baranya megyékben 4](#_Toc434100029)

[2. A TÁMOP 615/13 és TÁMOP 615/14 projektek eredményeinek fenntartása, a felzárkóztatási modell továbbfejlesztése 5](#_Toc434100030)

[2.1. Célok meghatározása 5](#_Toc434100031)

[2.2. A korábbi programban bevont célcsoport egészségtudatosságának javítása 5](#_Toc434100034)

[2.3. A felhasználók számának növelése 6](#_Toc434100035)

[2.4. Az áthúzódó projekt fő szakmai tevékenységei 7](#_Toc434100036)

[3. Költségvetés 11](#_Toc434100038)

[4. Projektgazda elérhetőségei 21](#_Toc434100039)

# A projekt előzményei

## A „Kulcs egy jobb élethez” modell

A TÁMOP 615/13 „Területi emberi erőforrás fejlesztési komplex programok” keretében a Dél-Békési Többcélú Kistérségi Társulás és a Dél-Békés Mezőgazdasági Termelőiért Közhasznú Alapítvány a **„Kulcs egy jobb élethez” – Békés megye komplex emberi erőforrás-felzárkóztatási programjának kifejlesztése Dél-Békésben** című projekt keretében kidolgozta a címben szereplő felzárkóztatási modellt.

Támogatás összege: 1.371.109.900 Ft

Projekt megvalósítási szakasza: 2014.12.01.-2015.11.30.

### A projekt megvalósítása által közvetlenül érintett, kezelt problémakörök:

* A térség társadalmi részvételét súlyos egészségügyi és mentális problémák akadályozzák
* A társadalmi hátrányok tovább növekednek az egészséges lakosság és a hátrányos helyzetű családok körében egyaránt
* Alacsony az öngondoskodás és az alkalmazkodás képessége, nincs kiaknázva a közösségben rejlő potenciál
* Mindez alapvetően akadályozza a gazdasági versenyképességet, az ehhez szükséges mennyiségi és minőségi munkaerő rendelkezésre állását.

## Megvalósult szakmai tartalom:

A szakmai tevékenységeket 5 projektpillér köré csoportosítottuk:

1. **Online egészségügyi állapotfelmérő rendszer kifejlesztése és működtetése:** 
   * Olyan online felület és informatikai rendszer létrehozása, melyen a látogató egészségével kapcsolatos kérdésekre válaszolva képet kap aktuális állapotáról és egy kattintással egészségtervet generálhat magának, ami konkrét életviteli tanácsokat fogalmaz meg, ezzel elősegítve az egészséges életmódváltást
   * A kérdőíveket és az egészségterveket elismert egészségügyi szakemberek fogalmazták, azonban könnyen értelmezhetőek és megválaszolhatóak
   * Az elkészült egészségterv iránymutatást ad a háziorvos számára is, megkönnyíti a páciensek problémáinak diagnosztizálását
   * A felületen folyamatosan frissülő, egészségügyi szakemberek által készített cikkek jelennek meg a lelki- és fizikai egészség megőrzéséről
   * A digitális esélyegyenlőség jegyében a kérdőív kitöltésére és egészségterv készítésére a projekt rendezvényein személyesen is lehetőség van
   * A rendszer legalább a projekt fenntartási időszakának végéig (5 év) rendelkezésre áll, de a Megrendelő hosszú távú célja az alaprendszer továbbfejlesztése és országos szintű népszerűsítése
2. **E-learning tananyagok készítése:**

* online elérhető interaktív kisalkalmazások, videók, animációk, tesztek, képek, hangok összessége segít átadni az egészséges életvitelhez szükséges ismereteket
* hétköznapi nyelven, könnyen értelmezhető formában sajátíthatnak el a projekt honlapjára látogatók
* a tananyagok mellett tesztek, felmérők érhetőek el a témában, így mérhető válik a fejlődés mértéke és visszacsatolást kapunk a tevékenység hatékonyságáról
* a tartalmak a projekt honlapján keresztül legalább a projekt fenntartási időszakának végéig (5 év) rendelkezésre állnak, emellett közösségi videó portálokra feltöltve korlátlan ideig megtekinthetőek, alkalmazhatóak.

1. **Eredményes óvoda- és iskolakultúra adaptálása:**

* A program központja a felnövekvő generáció átfogó szemléletfejlesztése, az egészséges életvitel különböző eszközökkel történő kialakítása, olyan alapkészségek megszerzésének támogatása, melyek által hosszú távon képessé válnak életüket hatékonyan irányítani hozzájárulva egy egészségesebb, eredményesebb generáció felneveléséhez.
* Az amerikai módszertanon nyugvó program Magyarországon is jelentős eredményeket ért el
* A nemzetközileg is elismert módszer dél-békési adaptálása pedagógus képzéseken, azok eredményeinek nyomonkövetésén és utógondozásán, valamit a kapcsolódó intézmények szervezetfejlesztésén keresztül valósul meg. A képzésekről és a beépülésről visszajelzéseket adnak a résztvevők a tanácsadóknak. A képzések egy professzionálisan felépített magatartástudományi szervezetfejlesztési folyamatba vannak integrálva, ennek minden eleme egymást erősítve biztosítja az új tudás szervezeti szintű  intézményesülését és hosszú távú fenntarthatóságát
* A pedagógus képzések vizsgával zárulnak, melynek sikeres teljesítése után tanúsítványt kapnak a részvevők
* A program részvevőinek listáját a Megrendelő adta át, a kiválasztási folyamatban a vállalkozói konzorcium nem vett részt
* Az óvoda- és iskolakultúra program hosszú távra teremti meg a gyermekek jövőbeni sikerességét biztosító értékrendet és szemléletet, melyet gondozva jelentős eredményeket prognosztizál a helyi humánerőforrás versenyképességében

1. **Helyi programok, rendezvények:**

* A közvetlen kapcsolat és a személyes élmények szolgálják leginkább a projekt céljait és az eredményességet, ezért családi, iskolai, munkahelyi egészségnapokkal, sportnapokkal, sportágválasztó eseményekkel, kirándulásokkal és túrákkal kívánjuk a lakosságot mozgásra, és az egészséges életvitel választására bírni
* A célcsoporttagok tanácsadások keretében részt vehetnek készségfejlesztő és a testi-lelki állapotot javító foglalkozásokon (pl: szülői klub, prevenciós tanácsadás, főzőklub, mozogjunk együtt)
* A tanácsadások témától függően egyéni vagy csoportos formában, egyszeri részvétellel, vagy rendszeresen visszatérő célcsoporttagokkal valósulnak meg
* A programok helyszínéről, időpontjáról a projekt honlapján, szórólapokon, plakátokon olvashatnak az érdeklődők és csatlakozhatnak

1. **Szemléletformáló kommunikációs kampány**

* Az egészséges életmódra ösztönző, szemléletformáló kiadványok, plakátok, szórólapok honlap, online tanácsadó rendszer, okostelefonos alkalmazás, televíziós illetve rádiós reklámok készülnek a fejlesztés marketing tevékenységeinek keretében
* A kampány megvalósítása során kiemelt figyelmet fordítunk arra, hogy a hirdetések a helyi szokásokhoz igazodva, a lehető leghatékonyabb módon jussanak el a célcsoporttagokhoz
* A projekt nyomtatott felületein feltüntetésre kerülnek az online elérhetőségek (honlap, e-learning, online állapotfelmérő)
* A honlap gyűjti össze a fejlesztés legfontosabb tartalmait (pl. események helyszínei, időpontjai, elkészült tanulmányok, tananyagok, videók, média anyagok, stb.). A látogatók átnavigálhatnak az oldalról az online állapotfelmérő rendszerbe
* A honlap legalább a projekt fenntartási időszakának végéig (5 év) rendelkezésre áll. Az elkészült tartalmak ezt követően a Megrendelők online felületein válnak elérhetővé

### A TÁMOP-6.1.5-13-2014-0002 – projektben elért eredmények:

* partnerségi együttműködések száma: 25 db
* életvezetési tanácsadásban résztvevők száma: vállalás: 900 fő, teljesül kb. 5.000 fő
* projektbe bevont célcsoporttagok száma: vállalás: 10.000 fő, teljesül kb. 22.000 fő (2. és 4-kel együtt: kb. 33.000 fő), **ebből a prevenciós portálon egészségfejlesztési tervvel rendelkezők száma legalább 6.000 fő.**
* közösségi programokban résztvevők száma: vállalás: 3.000 fő, teljesül kb. 6.000 fő

## A „Kulcs egy jobb élethez” modell elterjesztése Békés, Somogy és Baranya megyékben

A projekt eredményeinek elterjesztése érdekében a Dél-Békési Kedvezményezettek (TÁMOP-6.1.5-13-2014-0002 - Dél-Békési program megvalósítói) három további projektben vettek részt konzorciumi partnerként, amely projektek **az alábbi eredményekkel rendelkeznek 2015. november 30-ig:**

**TÁMOP-6.1.5-14-2015-0005 - Baranya megye:**

* partnerségi együttműködések száma: 20 db
* életvezetési tanácsadásban résztvevők száma: vállalás: 500 fő, teljesül kb. 1.000 fő
* projektbe bevont célcsoporttagok száma: vállalás: 10.000 fő, teljesül kb. 7.000 fő (2. és 4-kel együtt: kb. 13.000 fő), **ebből a prevenciós portálon egészségfejlesztési tervvel rendelkezők száma 6.000 fő.**
* közösségi programokban résztvevők száma: vállalás: 2.000 fő, teljesül kb. 5.000 fő

**TÁMOP-6.1.5-14-2015-0007 - Békés megye:**

* partnerségi együttműködések száma: 20 db
* életvezetési tanácsadásban résztvevők száma: vállalás: 500 fő, teljesül kb. 1.900 fő
* projektbe bevont célcsoporttagok száma: vállalás: 10.000 fő, teljesül kb. 6.800 fő (2. és 4-kel együtt: kb. 21.000 fő), **ebből a prevenciós portálon egészségfejlesztési tervvel rendelkezők száma 7-8.000 fő.**
* közösségi programokban résztvevők száma: vállalás: 2.000 fő, teljesül kb. 13.000 fő

**TÁMOP-6.1.5-14-2015-0009 - Somogy megye:**

* partnerségi együttműködések száma: 20 db
* életvezetési tanácsadásban résztvevők száma: vállalás: 500 fő, teljesül kb. 1.400 fő
* projektbe bevont célcsoporttagok száma: vállalás: 10.000 fő, teljesül kb. 5.000 fő (2. és 4-kel együtt: kb. 13.000 fő).
* közösségi programokban résztvevők száma: vállaltunk: 2.000 fő, teljesül kb. 4.300 fő

# A TÁMOP 615/13 és TÁMOP 615/14 projektek eredményeinek fenntartása, a felzárkóztatási modell továbbfejlesztése

## Célok meghatározása

### Fő cél:

* A térség eredményes társadalmi felzárkózása

### Alcélok:

* A lakosság szociológiai és egészségmagatartásának megismerése, befolyásolása a prevenció irányába
* A lakosság fizikai és lelki egészségének fejlesztése
* A lakosság életvezetési készségeinek fejlesztése az öngondoskodó képesség javítása érdekében

## A korábbi programban bevont célcsoport egészségtudatosságának javítása

A 615 projektekben elért indikátorok (bevont személyek) nem minden esetben alkalmasak egészségmagatartással kapcsolatos információk vagy egészségügyi adatok kinyerésére, mert nem minden esetben aktív személyek.

A minőségi adatok kinyeréséhez szükséges a kliensek prevenciós mechanizmusban tartása, vagyis az egészségtervvel rendelkezők aktivitásának növelése. Emellett elengedhetetlen az új, aktív felhasználók számának növelése.

A térség társadalmi részvételét akadályozó fizikai és mentális egészségügyi problémák kezelése érdekében **a legfontosabb cél annak megismerése, hogy a lakosságot milyen szociológiai és egészségmagatartási jellemzők befolyásolják egészségtudatosságának kialakításában**. Meg kell ismernünk azokat a viselkedési szokásokat, amelyek befolyásolják a lakosságot az egészséges életmód választásában.

Ennek érdekében **szükség van egy olyan prevenciós modellre és eszköztárra, amely feltárja a különböző egészségattitűdöket,** s megmutatja, hogyan lehet az ország lakosságát a prevenció irányába fordítani.

A 615-ös projektek keretében 4 portál került megvalósításra: Baranyában és Somogyban egy-egy, a teljes megyét lefedő rendszer került kialakításra, Békésben viszont külön portál készült a Dél-Békési járás, ill. a megye fennmaradó részére.

## A felhasználók számának növelése

A bevonható lakosság elméleti maximuma az egyes térségek felnőtt lakossága, ami a KSH 2011-es népszámlálásra épülő adatai alapján becsülve a következő:

* Békés megye 270 ezer (ebből Dél-Békés 30 ezer)
* Baranya megye 290 ezer

A 615-ös projekttapasztalatok és a tudományos kutatások alapján a felhasználók számának növelésére három módszer alkalmazható:

1. **Egészségtudatos lakosság további bevonása portálok vonzerejének növelésével s támogató internetes eszközök segítségével:**

Nárai Erzsébet (2009) – Egészségstílus és szegmentáció, egészség attitűdök című, 1500 fős országos reprezentatív mintán végzett kutatása alapján Magyarország lakosságát az egészéghez való hozzáállás (magatartás-profil) szerint 9 jól elkülöníthető csoportban sorolhatjuk. Az 5 legkevésbé egészségtudatos csoport (kb. a lakosság 50%-a) az önálló életmódjavításra nem hajlandó, az ő bevonásukra internetes reklámokkal sincs esély. A fennmaradó 4 csoportot (kb. a lakosság másik felét) vizsgálva, azokat preferenciái, méretük és egészségtudatosságuk szerint súlyozva, valamint internet hozzáférést, internethasználati szokásokat és az ily módon, a 615-ös projektben már bevont személyek számát is figyelembe véve a portálok megfelelő továbbfejlesztésével és a támogató internetes kampányok segítségével ennek a csoportnak a 40%-a (teljes lakosság 20%-a) érhető el és ennek 50%-a (teljes lakosság 10%-a) vonható be ilyen módon.

**A portálok javasolt fejlesztési területei az egészségtudatos lakosság bevonása céljából a következők:**

* digitális asszisztens,
* tudástár-médiatár,
* oktató/tudásfelmérő modul,
* étrend kiegészítők használatával kapcsolatos útmutatók,
* ajánlások beépítése,
* edzéstervek, táplálkozási napló, mozgási napló,
* energiafogyasztás beépítése, kognitiv képességfejlesztő játékok)

1. **A háziorvosokon keresztüli bevonás**

A 615 projekt során a Dél-Békési kistérségben kísérleti jelleggel megvalósult a családorvosok egy csoportjának bevonása a prevenciós portálok használatába. Elmondható, hogy a kísérlet pozitív visszhangra talált mind az orvosok, mind a lakosság körében, a családorvosok segítségével a lakosság jelentősé arányban mutatott hajlandóságot a rendszer használatára.

Az itthoni orvosi tevékenységek statisztikái bizonyítják, hogy **az orvos általi oktatás – de kiemelten a személyes tanácsadás 20-30 perc időtartamig** – kedvezően befolyásolja a páciens labor eredményeit még 1-2 éves távon is. Ha a konzultáció alapja a portál által generált egyéni kockázati lap és egészségterv, akkor a prevenciós tevékenység jól dokumentált az OEP számára is.

Eddigi tapasztalataink alapján úgy látjuk, hogy megfelelő tájékoztatás, képzés és anyagi kompenzáció mellett a családorvosok minimum 50%-a kész csatlakozni a kezdeményezéshez, így a lakosság 50%-át kiszolgáló családorvosi kör tud tevékenyen részt venni a lakosság további bevonásában. Tekintve, hogy egy családorvosi körzet átlagosan kb. 2.000 főt fed le és a normál terhelés mellett látszik reálisnak, **egy családorvos egy év alatt kb. 300 fő bevonását vállalhatja,** tehát 2000 főből álló körzet 15%-át. Feltételezve tehát, hogy a családorvosok 50%-a részt vesz a kezdeményezésben, **a teljes felnőtt lakosság 7,5%-a vonható be 12 hónap alatt**.

**A családorvosok tömeges bevonásának előfeltétele a portálok funkcionális fejlesztése az alábbi területen:**

* Családorvosi kapcsolattartáshoz, találkozásokhoz informatikai felület
* Analitika: lakossági és orvosi felhasználású diagramok, statisztikák a betegséggel, életmóddal kapcsolatban.

**Kiemelten fontos a bevont családorvosok megfelelő képzése, tevékenységük folyamatos monitorozása.**

1. **Mentorok, családsegítők közreműködésével történő bevonás**

A 615-ös projektek során a mentorok, családsegítők személyes felkeresésével bevont személyek száma 2000 fő. Ez a szám tartható a projekt folytatásában is.

## Az áthúzódó projekt fő szakmai tevékenységei

**II./1. Prevenciós képzések, szemléletformálás**

1. Háziorvosok, védőnők, dietetikus szakemberek modellértékű képzése a lakosság prevenciós mechanizmusban tartására, a lakosság prevencióra való ösztönzésére, a magatartásmodellek szerinti szegmentációban való közreműködésre.
2. Mentorok, pedagógusok, szociális szakemberek modellértékű képzése a családok prevenciós mechanizmusban tartására és a lakosság prevencióra való ösztönzésére, a magatartásmodellek szerinti szegmentációra.
3. **Háziorvosok általi bevonás (pilot program):** lakossági szemléletformálás háziorvos és asszisztense által a lakosság prevenciós mechanizmusban tartására, a lakosság prevencióra való ösztönzésére, a magatartásmodellek szerinti szegmentációra.

**II./2. Életvezetést támogató iskolaprogram képzései új intézmények bevonásával**

A program központja a felnövekvő generáció átfogó szemléletfejlesztése, az egészséges életvitel különböző eszközökkel történő kialakítása, olyan alapkészségek megszerzésének támogatása, melyek által hosszú távon képessé válnak életüket hatékonyan irányítani hozzájárulva egy egészségesebb, eredményesebb generáció felneveléséhez.

* A nemzetközileg is elismert módszer dél-békési adaptálása pedagógus képzéseken, azok eredményeinek nyomonkövetésén és utógondozásán, valamit a kapcsolódó intézmények szervezetfejlesztésén keresztül valósul meg.
* A képzésekről és a beépülésről visszajelzéseket adnak a résztvevők a tanácsadóknak. A képzések egy professzionálisan felépített magatartástudományi szervezetfejlesztési folyamatba vannak integrálva, ennek minden eleme egymást erősítve biztosítja az új tudás szervezeti szintű  intézményesülését és hosszú távú fenntarthatóságát. A pedagógus képzések vizsgával zárulnak, melynek sikeres teljesítése után tanúsítványt kapnak a részvevők.
* Az óvoda- és iskolakultúra program hosszú távra teremti meg a gyermekek jövőbeni sikerességét biztosító értékrendet és szemléletet, melyet gondozva jelentős eredményeket prognosztizál a helyi humánerőforrás versenyképességében

**II.3./ E-learning tartalomfejlesztés**

* Online elérhető interaktív kisalkalmazások, videók, animációk, tesztek, képek, hangok összessége segít átadni az egészséges életvitelhez szükséges ismereteket. Az áthúzódó projektben újabb témákban több szemléltető videóval és alkalmazásokkal motiváljuk a klienseket az ismeretek elsajátítására.
* A tananyagok mellett tesztek, felmérők érhetőek el a témában, így mérhető válik a fejlődés mértéke és visszacsatolást kapunk a tevékenység hatékonyságáról.
* A képzési tartalmak a projekt honlapján keresztül legalább a projekt fenntartási időszakának végéig (5 év) rendelkezésre állnak, emellett közösségi videó portálokra feltöltve korlátlan ideig megtekinthetőek, alkalmazhatóak.

**II.4./ Megyei portál tartalomfejlesztés**

* A 615-ös projektekben a fiatalok, a fiatal szülők és az időskorúak számára készítettünk meg tartalmakat. Az áthúzódó projektben pedagógiai szempontok szerint az egyes témák további szegmentálásra, mélyítésre kerülnek és **50-100%-kal növeljük a videók, animációk és tesztkérdések számát, amitől a tudásbázis élvezetesebb és részletesebb lesz.**
* **Digitális asszisztens** tartalmi továbbfejlesztése a lakosság számára: kérdések, tanácsok emailben egyén specifikusan.
* Prevenciós szemlélet fokozására **módszertan kidolgozása (egészségtudatosság, prevenciós szemlélet fajtái a lakosság különböző csoportjainak körében: szegmentáció - motivációs modell - algoritmus - algoritmus finomítás**
* Életmód specifikus tudástár - médiatár további gazdagítása a lakosság számára **a táplálkozás, a testmozgás és a mentális tevékenységek tekintetében**
* Fiatalok, szülők, idősek korosztályspecifikus **oktató - tudásfelmérő modulok** kidolgozása
* **Étrendkiegészítők használatával kapcsolatos útmutatók**, ajánlások beépítése
* Prevenciós portál **szerkesztőségi feladatok**: napra kész digitális asszisztens tartalmak, oktató és tudásfelmérő anyagok, hírek.
* **Fizikai állapot felmérésére alkalmas módszertan és eszközök,** illetve fizikai aktivitás fejlesztését célzó tartalmak: edzéstervek, táplálkozási naplók

**Kiegészítő szakmai leírás a tevékenységekhez:**

Az alaprendszert kiegészítő modulok az életmódjavítás témakörében való további elmélyedést biztosítják. A szív- érrendszeri betegségek és a cukorbetegség megelőzésében kiemelt jelentősége van az életmódbeli tényezőknek. Ezek megváltoztatásához azonban kialakult szokásainkat kell átalakítani, melyhez időre és külső támogatásra van szükségünk. Ebben nyújt segítséget a **Digitális asszisztens** modul - egy automatizált gondozási rendszer, mely személyre szabott üzeneteket küld a felhasználóknak aszerint, hogy az illető milyen válaszokat adott a kockázatbecslő kérdőívben, illetőleg milyen tanácsokat kapott a személyes egészségtervében. A modul fő fókuszterületei a testsúlycsökkentés, az egészséges táplálkozás és testmozgás.

Elsősorban a 30 feletti korosztály számára készült az alaprendszerben szereplő betegségekhez kapcsolódó **Alap prevenciós oktatócsomag** (szív- és érrendszeri betegségek, cukorbetegség, emlő-, prosztata-, tüdő-, és vastagbélrák, demencia). Itt is, mint a többi oktatócsomagnál, van kiegészítő **Tudásfelmérő** csomag.

A 15-30 évesek számára készült a **Fiatalok modul,** amely az alaprendszer által biztosított, prevenciós szemléletű megközelítést egészíti ki a korosztály speciális igényeinek megfelelően, a korosztály ízlése szerinti stílusban. Itt az intenzív fejlődés időszakában élő egyén számára a testi-lelki egészség területét érintő célok választhatók ki, mely célokhoz rendelt kérdőívek alapján a rendszer az adott célok elérését segítő, személyre szabott tanácsokat biztosít.

A modulhoz kapcsolódik továbbá a korosztály számára készült a **Fiatalok oktatócsomag**, mely a táplálkozás, mozgás, lelki egészség, szex, szerelem témakörökben biztosít komplett, interaktív, videókkal, animációkkal tarkított tudásátadó és kvíz alapú tudásellenőrző anyagot.

A fiatal (3-14 éves) gyermekek szüleit célozza a **Fiatal szülők oktatócsomag**, mely a táplálkozás, gyermekkori betegségek, védőoltások, vészhelyzetek, ill. a gyermekek fejlődése és lelki egészsége területeket fedi le a fentihez hasonló megjelenésű eLearning anyagok formájában. A fiatalkori kognitív fejlődést méri és támogatja, az időskori kognitív hanyatlás megelőzését segíti a rendszer részét képező **Kognitív játékok** csomag. A portálhoz kapcsolódnak még az **Étrendek** és fizikai fittséget mérésében és fejlesztésében használható **Edzéstervek.**

**II.5./ Megyei portál informatikai szoftverfejlesztés**

* Kongnitiv képességfejlesztő játékok a szellemi frissesség karbantartására
* Digitális asszisztens funkcionális továbbfejlesztése az egészségattitűdök szerinti szegmentált működésnek megfelelően az adott szegmensek megfelelő motiválása céljából.
* Családorvosi kapcsolattartáshoz, találkozásokhoz informatikai felület.
* Analitika: lakossági és orvosi felhasználású diagramok, statisztikák a betegséggel, életmóddal kapcsolatban.
* Egészségügyi hírportállal való összekapcsolás
* Rendszer üzemeltetése (adatbázis adminisztráció, rendszeradminisztráció, mentések stb.)

**II.6./ A lakosság fizikai és lelki egészségének fejlesztése személyes bevonás útján**

### Az egészséges életmód elemeinek elfogadtatása, folyamatos fejlesztése

* + - a **mozgás kultúrájának, és igényének felkeltése**, és fenntartása egyre hatékonyabb módon és tudományosan megalapozott eszközökkel, szakember vezetésével és irányításával kidolgozott program mentén.
    - a **táplálkozási szokások tudatos befolyásolása** az egészségesebb élelmiszerek, és ételek irányába, - felhasználva a helyben termelt egészséges szezonális élelmiszereket.
    - **a káros szenvedélyekkel való küzdelem** területén fokozott figyelmet fordítunk a megelőzésre és a felvilágosításra. Célkeresztben az alkohol, a kábítószerek, és a gyógyszerek ellenőrzés nélküli fogyasztása.

1. **Szűrővizsgálatok:**
   * + Aktív korúak egészségállapot felmérését szolgáló szűrővizsgálatok
     + Fiatalok egészségállapot felmérését szolgáló szűrővizsgálatok
     + Nők egészségállapot felmérését szolgáló szűrővizsgálatok
2. **A mentális, lelki egészség figyelemmel kísérése, és támogatása a programon belül**
   * + módszertani, kutatások és felmérések végzésével és figyelembe vételével a lelki egészség és a mentális állapotra nagy gondot fordítunk. Ezzel a pszichés támogatással a lakosság életminőségét, és a lelki betegségek, a stressz alapjain kialakuló szomatikus betegségek kialakulását kívánjuk megakadályozni. fő irány az önbizalom, és a stressz tűrő képesség növelése.
     + az adatokból láthatóan a területen probléma elsősorban a férfiak körében az erőszakos halálokok kérdése, ami leginkább a magas öngyilkossági mutatókban jelenik meg. A programban kapcsolódni kívánunk ilyen jellegű megelőző tevékenységhez, amely az országban néhány területen már kialakulóban van, és célzottan működik.
     + a család szerepének hangsúlyozása és erősítése, az oktatás és képzés fokozott kiemelése.
3. **Mentorálás (Hátrányos helyzetű emberek alapvető életkészségeinek fejlesztését támogató tanácsadás)**

* A "prevenciós mechanizmusban" tartáshoz a különböző hátrányos helyzetű célcsoport szegmensek bevonása és bent tartása.

**II.7.) Rendezvények**

Sportnap

Családi egészségnap

**II.8.) Fiatalok munkaerőpiaci esélyeit támogató életvezetési tanácsadás és tananyagfejlesztés**

* Személyiségfejlesztő tanácsadás: havonta 1 tanácsadás tartása járásonként, 9 x 12 hó = 108 nap
* Gyakorlatorientált képzési programok kidolgozása a felnőttképzésben: egészséghez, egészségiparhoz kapcsolódó tananyagfejlesztés
* Képzők képzése az egészségfejlesztés területén
* Egészségipari konferenciák szervezése: sportkonferencia
* Szakértői testület díjazása 3 tanácsadó x 5 nap x 12 hó (cikkek írása, elkészült tartalmak minőségbiztosítása, tanácsadás és szakértői testületeken való részvétel)
* Szakértői testület szervezése

**II.9.) Kommunikáció, szemléletformálás**

* Egészségfejlesztő kiadvány
* Plakátok, programokra figyelemfelkeltő szóróanyagok
* Megyei újság prevenciós melléklet
* Online tanácsadás: online játékok módszertani tervezése, arculati tervezése és szakmai menedzselése. A prevenciós mechanizmus gondozásához, az adatok gyűjtéséhez, értékeléséhez, az üzenetek tervezéséhez, a kampányok menedzseléséhez, a motiválás, a toborzás alakításához tanácsadó csapat.
* Videók elkészítése egészségfejlesztés témakör: prevenciós mechanizmusban tartás céljával jópélda videók, mozgásprogramok, dietetikai tanácsadás stb.
* Hirdetés helyi televíziókban
* Közösségi média szervezése, toborzás.

# 3. Költségvetés

Békés és Baranyai megyei költségvetés szöveges indoklással.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Modellprogram kifejlesztése a lakosság egészségtudatosságának javítása érdekében (Békés megye - 12.000 fő digitális belépő esetén, további 10.000 új belépővel, tartalomfejlesztéssel)** | | | | | |
| **Sorszám** | **Tevékenységek / Munkacsomagok** | **ME.** | **Db.** | **Egységár (bruttó)** | **Ár (bruttó)** |
| **I.** | **BÉRJELLEGŰ KÖLTSÉGEK** |  |  |  | **32 773 500 Ft** |
| **I/1.** | **Projektmenedzsment bérjellegű kiadásai** |  |  |  | **21 973 500 Ft** |
| 1. | Projektmenedzser (napi 8 óra) | hó | 18 | 350 000 Ft | 6 300 000 Ft |
| 2. | Pénzügyi vezető (napi 8 óra) | hó | 18 | 350 000 Ft | 6 300 000 Ft |
| 3. | Pénzügyi asszisztens (napi 8 óra) | hó | 18 | 250 000 Ft | 4 500 000 Ft |
|  | Szocho 27% | hó | 18 | 256 500 Ft | 4 617 000 Ft |
|  | Szakképzési hozzájárulás 1,5% | hó | 18 | 14 250 Ft | 256 500 Ft |
| **I/2.** | **Szakmai megvalósítás bérjellegű kiadásai** |  |  |  | **10 800 000 Ft** |
| 1. | Szakmai vezető (napi 8 óra) | hó | 18 | 350 000 Ft | 6 300 000 Ft |
| 2. | Szakmai asszisztens 1. (napi 8 óra) | hó | 18 | 250 000 Ft | 4 500 000 Ft |
| 3. | Szakmai asszisztens 2. (napi 8 óra) | hó | 18 | 250 000 Ft | 4 500 000 Ft |
|  | Szocho 27% | hó | 18 | 229 500 Ft | 4 131 000 Ft |
|  | Szakképzési hozzájárulás 1,5% | hó | 18 | 12 750 Ft | 229 500 Ft |
| **II.** | **SZOLGÁLTATÁSOK** |  |  |  | **1 400 572 793 Ft** |
| **II./1.** | **Előkészítés** |  |  |  | **6 300 000 Ft** |
| 1. | Megvalósíthatósági tanulmány | nap | 50 | 90 000 Ft | 4 500 000 Ft |
| 2. | Keretközbeszerzés konzultációjának lefolytatása | nap | 20 | 90 000 Ft | 1 800 000 Ft |
| **II./2.** | **Prevenciós képzések és szemléletformálás** |  |  |  | **388 950 200 Ft** |
| 1. | Háziorvosok, védőnők, dietetikus szakemberek modellértékű képzése a lakosság prevenciós mechanizmusban tartására, a lakosság prevencióra való ösztönzésére, a magatartásmodellek szerinti szegmentációban való közreműködésre (**a képzési program kidolgozása 120 nap,** a képzés 300 fő részére 10 fős csoportokban 30 csoport x 30 órás képzés = 120 nap, mindösszesen 240 nap) | nap | 240 | 152 400 Ft | 36 576 000 Ft |
| 2. | Mentorok, pedagógusok, szociális szakemberek modellértékű képzése a családok prevenciós mechanizmusban tartására és a lakosság prevencióra való ösztönzésére, a magatartásmodellek szerinti szegmentációra (**az egészségügyi szakemberek részére kidolgozott képzési program adaptációja 60 nap,** a képzés 120 fő részére 10 fős csoportokban 30 órás képzés = 48 nap mindösszesen 108 nap) | nap | 108 | 152 400 Ft | 16 459 200 Ft |
| 3. | **Háziorvosok általi bevonás (pilot program):** lakossági szemléletformálás háziorvos és asszisztense által a lakosság prevenciós mechanizmusban tartására, a lakosság prevencióra való ösztönzésére, a magatartásmodellek szerinti szegmentációra (**100 bevont háziorvos** x 180 fővel foglalkozik (ismétlődést számolva mindösszesen 2-3000 ember bevonása HO által) Egy háziorvos asszisztensével együtt bruttó 1 órát tud egy betegre szánni, 180 fő/8 óra = 23 nap/háziorvos, vagyis **100 háziorvos x 23 nap = 2300 nap** adja ki a tanácsadói napok számát) | nap | 2300 | 146 050 Ft | 335 915 000 Ft |
| **II./2.** | **Életvezetési tréningek** |  |  |  | **100 520 500 Ft** |
| 1. | Életvezetést támogató iskolaprogram képzései: rendkívüli igény van az iskolai életvezetési program folytatására újabb iskolák bevonásával | nap | 300 | 266 700 Ft | 80 010 000 Ft |
| 2. | Képzési program tananyagok megírása | nap | 50 | 105 410 Ft | 5 270 500 Ft |
| 3. | Konzultáció, szupervízió, mentoring az alsó tagozatban | nap | 100 | 152 400 Ft | 15 240 000 Ft |
| 4. | Konzultáció, szupervízió, mentoring a felső tagozatban | nap | 100 | 152 400 Ft | 15 240 000 Ft |
| 5. | Konzultáció, szupervízió, mentoring az óvodában | nap | 100 | 152 400 Ft | 15 240 000 Ft |
| **II./3.** | **E-learning tartalomfejlesztés** |  |  |  | **52 539 900 Ft** |
| 1. | E-learning programok tananyagfejlesztés (prevenciós mechanizmusban tartáshoz a fiatalok, a fiatal szülők és az idősek számára) **12 program** x 30 nap = 360 | nap | 360 | 127 000 Ft | 45 720 000 Ft |
| 2. | Tanácsadás, az elsajátított ismeretek nyomonkövetése (**havi 5 nap**, 12 x 5 nap = 60 nap) | nap | 60 | 113 665 Ft | 6 819 900 Ft |
| **II./4.** | **Tartalomfejlesztés: fókuszban a fiatalok, a fiatal szülők és az időskorúak (megyénként differenciált tartalom!)** |  |  |  | **133 731 000 Ft** |
| 1. | Digitális asszisztens tartalmi továbbfejlesztése a lakosság számára: kérdések, tanácsok emailben egyén specifikusan | nap | 150 | 68 580 Ft | 10 287 000 Ft |
| 2. | Prevenciós szemlélet fokozására módszertan kidolgozása (egészségtudatosság, prevenciós szemlélet fajtái a lakosság különböző csoportjainak körében: szegmentáció - motivációs modell - algoritmus - algoritmus finomítás) | nap | 720 | 68 580 Ft | 49 377 600 Ft |
| 3. | Életmód specifikus tudástár - médiatár további gazdagítása a lakosság számára a táplálkozás, a testmozgás és a mentális tevékenységek tekintetében | nap | 220 | 68 580 Ft | 15 087 600 Ft |
| 4. | **Fiatalok, szülők, idősek** korosztály specifikus oktató - tudásfelmérő modulok kidolgozása | nap | 150 | 68 580 Ft | 10 287 000 Ft |
| 5. | Étrendkiegészítők használatával kapcsolatos útmutatók, ajánlások beépítése | nap | 180 | 68 580 Ft | 12 344 400 Ft |
| 6. | Prevenciós portál szerkesztőségi feladatok: napra kész digitális asszisztens tartalmak, oktató és tudásfelmérő anyagok, hírek. | nap | 320 | 68 580 Ft | 21 945 600 Ft |
| 7. | Fizikai állapot felmérésére alkalmas módszertan és eszközök, illetve fizikai aktivitás fejlesztését célzó tartalmak: edzéstervek, táplálkozási napló, mozgási napló, energia felvétel, illetve fogyasztás mérése. | nap | 210 | 68 580 Ft | 14 401 800 Ft |
| **II./5.** | **Megyei portál informatikai szoftverfejlesztés** |  |  |  | **95 808 800 Ft** |
| 1. | Kognitív képességfejlesztő játékok a szellemi frissesség karbantartására | nap | 220 | 104 140 Ft | 22 910 800 Ft |
| 2. | Digitális asszisztens funkcionális továbbfejlesztése az egészségattitűdök szerinti szegmentált működésnek megfelelően az adott szegmensek megfelelő motiválása céljából | nap | 150 | 104 140 Ft | 15 621 000 Ft |
| 3. | Családorvosi kapcsolattartáshoz, találkozásokhoz informatikai felület | nap | 100 | 104 140 Ft | 10 414 000 Ft |
| 4. | Analitika: lakossági és orvosi felhasználású diagramok, statisztikák a betegséggel, életmóddal kapcsolatban | nap | 100 | 104 140 Ft | 10 414 000 Ft |
| 5. | Egészségügyi hírportállal való összekapcsolás | nap | 180 | 104 140 Ft | 18 745 200 Ft |
| 6. | Rendszer üzemeltetése (adatbázis adminisztráció, rendszeradminisztráció, mentések stb.) | nap | 170 | 104 140 Ft | 17 703 800 Ft |
| **II./6.** | **Mentorálás, személyes motiválás** |  |  |  | **283 273 500 Ft** |
| 1. | A fizikai erőnlét javítását szolgáló közösségi sportfoglalkozások: cél a lakosság személyes motiválása a prevenciós szemléletre a sportoláson keresztül. Cél minél több sportág, minél több mozgásforma rendszeres művelése. Cél a családok elhízásának megakadályozása vagy csökkentése, a betegségmegelőzés. Cél a megyei használatának ösztönzése, a prevenciós szemlélet elsajátítása. **Hetente 9 foglalkozás tartása (járásonként 1 db), 50 héttel számolva 450 nap.** | nap | 450 | 116 840 Ft | 52 578 000 Ft |
| 2. | Táplálkozási szokások fejlesztésére irányuló dietetikai szakértői szolgáltatás: cél a lakosság személyes motiválása a prevenciós szemléletre az egészségtudatos étrend elsajátításán keresztül. Cél a család elhízásának megakadályozása vagy csökkentése, a betegségmegelőzéshez szükséges információk elsajátítása. Cél a prevenciós portál használatának ösztönzése, a prevenciós szemlélet elsajátítása. **Hetente 9 foglalkozás tartása (járásonként 1 db), 50 héttel számolva 450 nap.** | nap | 450 | 120 650 Ft | 54 292 500 Ft |
| 3. | Lelki egészség támogatását célzó foglalkozások (A célcsoporttagok lelki-mentális állapotának feltárására és fejlesztésére irányuló szakértői szolgáltatás). **Havonta 1 tanácsadás tartása járásonként, 9 x 12 hó = 108 nap** | nap | 108 | 120 650 Ft | 13 030 200 Ft |
| 4. | Szenvedélybetegség megelőzése. A szenvedélybetegségben szenvedő, vagy veszélyeztetett célcsoporttagok fejlesztésére irányuló szakértői szolgáltatás. **Havonta 1 tanácsadás tartása járásonként, 9 x 12 hó = 108 nap** | nap | 108 | 127 000 Ft | 13 716 000 Ft |
| 5. | Aktív korúak egészségállapot felmérését szolgáló szűrővizsgálatok: **járásonként kéthavonta 1 szűrés** (összesen 9 járás x 6 db szűrés) | nap | 54 | 406 400 Ft | 21 945 600 Ft |
| 6. | Fiatalok egészségállapot felmérését szolgáló szűrővizsgálatok: **járásonként kéthavonta 1 szűrés** (összesen 9 járás x 6 db szűrés) | nap | 54 | 406 400 Ft | 21 945 600 Ft |
| 7. | Nők egészségállapot felmérését szolgáló szűrővizsgálatok: **járásonként kéthavonta 1 szűrés** (összesen 9 járás x 6 db szűrés) | nap | 54 | 406 400 Ft | 21 945 600 Ft |
| 8. | Mentorálás (Hátrányos helyzetű emberek alapvető életkészségeinek fejlesztését támogató tanácsadás) A "prevenciós mechanizmusban" tartáshoz a különböző hátrányos helyzetű célcsoport szegmensek bevonása és bent tartása. Mindösszesen 3.000 fő mentorálásával számolunk. Egy nap maximum 4 egyénnel vagy családdal tud foglalkozni egy mentor, 750 mentornap. | nap | 750 | 111 760 Ft | 83 820 000 Ft |
|
| **II./7.** | **Rendezvények** |  |  |  | **30 689 550 Ft** |
| 1. | Sportnap | nap | 9 | 1 524 000 Ft | 13 716 000 Ft |
| 2. | Családi egészségnap | nap | 9 | 1 885 950 Ft | 16 973 550 Ft |
| **II./8.** | **Fiatalok munkaerőpiaci esélyeit támogató életvezetési tanácsadás és tananyagfejlesztés (422 D)** |  |  |  | **92 876 543 Ft** |
| 1. | Személyiségfejlesztő tanácsadás: **havonta 1 tanácsadás tartása járásonként, 9 x 12 hó = 108 nap** | nap | 108 | 80 000 Ft | 8 639 983 Ft |
| 2. | Gyakorlatorientált képzési programok kidolgozása a felnőttképzésben: egészséghez, egészségiparhoz kapcsolódó tananyagfejlesztés | nap | 300 | 105 410 Ft | 31 623 000 Ft |
| 3. | Képzők képzése az egészségfejlesztés területén | nap | 300 | 107 950 Ft | 32 385 000 Ft |
| 4. | Egészségipari konferenciák szervezése: sportkonferencia | nap | 2 | 1 206 500 Ft | 2 413 000 Ft |
| 5. | Szakértői testület díjazása 3 tanácsadó x 5 nap x 12 hó (cikkek írása, elkészült tartalmak minőségbiztosítása, tanácsadás és szakértői testületeken való részvétel) | nap | 90 | 63 500 Ft | 5 715 000 Ft |
| 6. | Szakértői testület szervezése | nap | 12 | 1 008 380 Ft | 12 100 560 Ft |
| **II./9.** | **Kommunikáció, szemléletformálás** |  |  |  | **204 982 800 Ft** |
| 1. | Egészségfejlesztő kiadvány (színes 8 oldalas) | db | 20000 | 826 Ft | 16 510 000 Ft |
| 2. | Plakátok, programokra figyelemfelkeltő szóróanyagok **(járásonként 300 db x 10 féle plakát x 9 járás = 27.000)** | db | 27000 | 508 Ft | 13 716 000 Ft |
| 3. | Megyei újság prevenciós melléklet | db | 100000 | 635 Ft | 63 500 000 Ft |
| 4. | Online tanácsadás: online játékok módszertani tervezése, arculati tervezése és szakmai menedzselése. A prevenciós mechanizmus gondozásához, az adatok gyűjtéséhez, értékeléséhez, az üzenetek tervezéséhez, a kampányok menedzseléséhez, a motiválás, a toborzás alakításához **2 fős tanácsadói team szükséges a projekt teljes ideje alatt.** 2 fő x 220 nap = 440 nap | nap | 440 | 95 631 Ft | 42 077 640 Ft |
| 5. | Videók elkészítése egészségfejlesztés témakör: prevenciós mechanizmusban tartás céljával (30 db videó x 12 nap = 360 nap) A videók a következő szempontok szerint készülnek: 10 db videó jópélda bemutatásával (pl. jó anyuka, aktív nagyi stb.), 10 videó mozgásprogramot mutat be, 10 videón dietetikai tanácsadást hallhatunk. | nap | 360 | 95 631 Ft | 34 427 160 Ft |
| 6. | Videók sokszorosítása új belépők számára | db | 8000 | 600 Ft | 4 800 000 Ft |
| 7. | Hirdetés helyi televíziókban (járásonkénti műsorok havonta, 6 x 9 járás = 54 műsor | db | 54 | 508 000 Ft | 27 432 000 Ft |
| 8. | FB oldal havi menedzsment (2 oldal menedzselése x 18 hó: **békés megyei oldal, valamint a megyei portálhoz célcsoport toborzási céllal létrehozott** FB-oldal) | db | 36 | 70 000 Ft | 2 520 000 Ft |
| **II./3.** | **Egyéb szolgáltatások** |  |  |  | **10 900 000 Ft** |
| 1. | Könyvvizsgálat | db | 1 | 500 000 Ft | 500 000 Ft |
| 2. | Nyilvánosság | db | 1 | 5 000 000 Ft | 5 000 000 Ft |
| 3. | Eredményesség mérése | nap | 60 | 90 000 Ft | 5 400 000 Ft |
| **III.** | **Eszközvásárlás** |  |  |  | **5 500 000 Ft** |
| 1. | Eszközök sportoláshoz | lista | 1 | 3 000 000 Ft | 3 000 000 Ft |
| 2. | Eszközök tanácsadáshoz | lista | 1 | 1 500 000 Ft | 1 500 000 Ft |
| **3.** | Eszközök irodához | lista | 1 | 1 000 000 Ft | 1 000 000 Ft |
| **IV.** | **Működés** |  |  |  | **3 600 000 Ft** |
|  | Projektiroda működése (papír, posta, bank stb.) | hó | 18 | 200 000 Ft | 3 600 000 Ft |
|  | **Összesen:** |  |  |  | **1 441 246 293 Ft** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  | **Szolgáltatáscsoportok** |  |  |  | **Bruttó Ft** |
|  | 1. Képzés (szakdolgozói és lakossági prevenció) |  |  |  | 388 950 200 Ft |
|  | 2. Iskolai és óvodai életvezetési programok |  |  |  | 100 520 500 Ft |
|  | 3. E-learning |  |  |  | 52 539 900 Ft |
|  | 4. Tartalomfejlesztés |  |  |  | 133 731 000 Ft |
|  | 5. Szoftverfejlesztés |  |  |  | 95 808 800 Ft |
|  | 6. Mentorálás, személyes bevonás (foglalkozások, HH lakosok bevonása) |  |  |  | 283 273 500 Ft |
|  | 7. Sportrendezvények |  |  |  | 30 689 550 Ft |
|  | 8. Főiskola + szakértői testület |  |  |  | 92 876 543 Ft |
|  | 9. Kommunikáció |  |  |  | 204 982 800 Ft |
|  |  |  |  | Controll | **1 383 372 793 Ft** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Modellprogram elterjesztése a lakosság prevenciós mechanizmusban tartása érdekében (Baranya megye - 6.000 fő digitális belépő esetén, további 6.000 új belépővel)** | | | | | |
| **Sorszám** | **Tevékenységek / Munkacsomagok** | **ME.** | **Db.** | **Egységár (bruttó)** | **Ár (bruttó)** |
| **I.** | **BÉRJELLEGŰ KÖLTSÉGEK** |  |  |  | **22 491 000 Ft** |
| **I/1.** | **Projektmenedzsment bérjellegű kiadásai** |  |  |  | **16 191 000 Ft** |
| 1. | Projektmenedzser (napi 8 óra) | hó | 18 | 350 000 Ft | 6 300 000 Ft |
| 2. | Pénzügyi vezető (napi 8 óra) | hó | 18 | 350 000 Ft | 6 300 000 Ft |
|  | Szocho 27% | hó | 18 | 189 000 Ft | 3 402 000 Ft |
|  | Szakképzési hozzájárulás 1,5% | hó | 18 | 10 500 Ft | 189 000 Ft |
| **I/2.** | **Szakmai megvalósítás bérjellegű kiadásai** |  |  |  | **6 300 000 Ft** |
| 1. | Szakmai vezető (napi 8 óra) | hó | 18 | 350 000 Ft | 6 300 000 Ft |
|  | Szocho 27% | hó | 18 | 94 500 Ft | 1 701 000 Ft |
|  | Szakképzési hozzájárulás 1,5% | hó | 18 | 5 250 Ft | 94 500 Ft |
| **II.** | **SZOLGÁLTATÁSOK** |  |  |  | **629 155 040 Ft** |
| **II./1.** | **Előkészítés** |  |  |  | **6 300 000 Ft** |
| 1. | Megvalósíthatósági tanulmány | nap | 50 | 90 000 Ft | 4 500 000 Ft |
| 2. | Keretközbeszerzés konzultációjának lefolytatása | nap | 20 | 90 000 Ft | 1 800 000 Ft |
| **II./2.** | **Prevenciós képzések és szemléletformálás** |  |  |  | **152 781 000 Ft** |
| 1. | Háziorvosok, védőnők, dietetikus szakemberek, mentorok modellértékű képzése a lakosság prevenciós mechanizmusban tartására, a lakosság prevencióra való ösztönzésére, a magatartásmodellek szerinti szegmentációban való közreműködésre (**a képzési program kidolgozása - békési adaptáció - 60 nap,** a képzés 200 fő részére 10 fős csoportokban 20 csoport x 30 órás képzés = 80 nap, mindösszesen 140 nap) | nap | 140 | 152 400 Ft | 21 336 000 Ft |
| 3. | **Háziorvosok általi bevonás (pilot program):** lakossági szemléletformálás háziorvos és asszisztense által a lakosság prevenciós mechanizmusban tartására, a lakosság prevencióra való ösztönzésére, a magatartásmodellek szerinti szegmentációra (Összesen **legalább 900 orvosnap**. Egy orvos maximum 300 fővel tud foglalkozni egy évben. Reálisan maximum 150 háziorvos vonható be egy megyében.) | nap | 900 | 146 050 Ft | 131 445 000 Ft |
| **II./3.** | **Életvezetési tréningek** |  |  |  | **80 010 000 Ft** |
| 1. | Életvezetést támogató iskolaprogram képzései: rendkívüli igény van az iskolai életvezetési program folytatására újabb iskolák bevonásával | nap | 300 | 266 700 Ft | 80 010 000 Ft |
| **II./4.** | **Prevenciós e-learning tudásbázis bővítése** |  |  |  | **22 860 000 Ft** |
| 1. | E-learning programok tananyagfejlesztés (prevenciós mechanizmusban tartáshoz a fiatalok, a fiatal szülők és az idősek számára) **6 program** x 30 nap = 180 | nap | 180 | 127 000 Ft | 22 860 000 Ft |
| **II./4.** | **Tartalomfejlesztés: fókuszban a fiatalok, a fiatal szülők és az időskorúak (Békés megyei program adaptációja)** |  |  |  | **26 746 200 Ft** |
| 1. | Digitális asszisztens tartalmi továbbfejlesztése a lakosság számára: kérdések, tanácsok emailben egyén specifikusan | nap | 30 | 68 580 Ft | 2 057 400 Ft |
| 2. | Prevenciós szemlélet fokozására módszertan kidolgozása (egészségtudatosság, prevenciós szemlélet fajtái a lakosság különböző csoportjainak körében: szegmentáció - motivációs modell - algoritmus - algoritmus finomítás) | nap | 144 | 68 580 Ft | 9 875 520 Ft |
| 3. | Életmód specifikus tudástár - médiatár további gazdagítása a lakosság számára a táplálkozás, a testmozgás és a mentális tevékenységek tekintetében | nap | 44 | 68 580 Ft | 3 017 520 Ft |
| 4. | **Fiatalok, szülők, idősek** korosztály specifikus oktató - tudásfelmérő modulok kidolgozása | nap | 30 | 68 580 Ft | 2 057 400 Ft |
| 5. | Étrendkiegészítők használatával kapcsolatos útmutatók, ajánlások beépítése | nap | 36 | 68 580 Ft | 2 468 880 Ft |
| 6. | Prevenciós portál szerkesztőségi feladatok: napra kész digitális asszisztens tartalmak, oktató és tudásfelmérő anyagok, hírek. | nap | 64 | 68 580 Ft | 4 389 120 Ft |
| 7. | Fizikai állapot felmérésére alkalmas módszertan és eszközök, illetve fizikai aktivitás fejlesztését célzó tartalmak: edzéstervek, táplálkozási napló, mozgási napló, energia felvétel, illetve fogyasztás mérése. | nap | 42 | 68 580 Ft | 2 880 360 Ft |
| **II./5.** | **Megyei portál informatikai szoftverfejlesztés** |  |  |  | **88 519 000 Ft** |
| 1. | Kongnitiv képességfejlesztő játékok a szellemi frissesség karbantartására | nap | 150 | 104 140 Ft | 15 621 000 Ft |
| 2. | Digitális asszisztens funkcionális továbbfejlesztése az egészségattitűdök szerinti szegmentált működésnek megfelelően az adott szegmensek megfelelő motiválása céljából | nap | 150 | 104 140 Ft | 15 621 000 Ft |
| 3. | Családorvosi kapcsolattartáshoz, találkozásokhoz informatikai felület | nap | 100 | 104 140 Ft | 10 414 000 Ft |
| 4. | Analitika: lakossági és orvosi felhasználású diagramok, statisztikák a betegséggel, életmóddal kapcsolatban | nap | 100 | 104 140 Ft | 10 414 000 Ft |
| 5. | Egészségügyi hírportállal való összekapcsolás | nap | 180 | 104 140 Ft | 18 745 200 Ft |
| 6. | Rendszer üzemeltetése (adatbázis adminisztráció, rendszeradminisztráció, mentések stb.) | nap | 170 | 104 140 Ft | 17 703 800 Ft |
| **II./6.** | **Mentorálás, személyes motiválás** |  |  |  | **105 867 200 Ft** |
| 1. | A fizikai erőnlét javítását szolgáló közösségi sportfoglalkozások: cél a lakosság személyes motiválása a prevenciós szemléletre a sportoláson keresztül. Cél minél több sportág, minél több mozgásforma rendszeres művelése. Cél a családok elhízásának megakadályozása vagy csökkentése, a betegségmegelőzés, a prevenciós szemlélet elsajátítása. **Járásonként 18 foglalkozás, mindösszesen 180 foglalkozás.** | nap | 180 | 116 840 Ft | 21 031 200 Ft |
| 2. | Táplálkozási szokások fejlesztésére irányuló dietetikai szakértői szolgáltatás: cél a lakosság személyes motiválása a prevenciós szemléletre az egészségtudatos étrend elsajátításán keresztül. Cél a család elhízásának megakadályozása vagy csökkentése, a betegségmegelőzéshez szükséges információk elsajátítása, a prevenciós szemlélet elsajátítása. **Járásonként 18 foglalkozás, mindösszesen 180 foglalkozás.** | nap | 180 | 120 650 Ft | 21 717 000 Ft |
| 3. | Lelki egészség támogatását célzó foglalkozások (A célcsoporttagok lelki-mentális állapotának feltárására és fejlesztésére irányuló szakértői szolgáltatás). **Legalább 2 havonta 1 tanácsadás tartása járásonként, 10 járás x 1 nap x 6 hó = 60 nap** | nap | 60 | 120 650 Ft | 7 239 000 Ft |
| 8. | Mentorálás (Hátrányos helyzetű emberek alapvető életkészségeinek fejlesztését támogató tanácsadás) A "prevenciós mechanizmusban" tartáshoz a különböző hátrányos helyzetű célcsoport szegmensek bevonása és bent tartása. Mindösszesen **2.000 fő mentorálásával számolunk.** Egy nap maximum 4 egyénnel vagy családdal tud foglalkozni egy mentor, **500 mentornap** | nap | 500 | 111 760 Ft | 55 880 000 Ft |
|
| **II./7.** | **Szakértői testület** |  |  |  | **4 572 000 Ft** |
| 5. | Szakértői testület díjazása 2 tanácsadó x 3 nap x 12 hó (cikkek írása, elkészült tartalmak minőségbiztosítása, tanácsadás és szakértői testületeken való részvétel) | nap | 72 | 63 500 Ft | 4 572 000 Ft |
| **II./9.** | **Kommunikáció, szemléletformálás** |  |  |  | **130 599 640 Ft** |
| 1. | Egészségfejlesztő kiadvány (színes 8 oldalas) | db | 20000 | 826 Ft | 16 510 000 Ft |
| 2. | Plakátok, programokra figyelemfelkeltő szóróanyagok **(járásonként 300 db x 10 féle plakát x 9 járás = 27.000)** | db | 27000 | 508 Ft | 13 716 000 Ft |
| 3. | **Témaspecifikus újságok** nyomtatása a lakosság részére, 6 alkalommal. | db | 72 000 | 635 Ft | 45 720 000 Ft |
| 4. | Online tanácsadás: online játékok módszertani tervezése, arculati tervezése és szakmai menedzselése. A prevenciós mechanizmus gondozásához, az adatok gyűjtéséhez, értékeléséhez, az üzenetek tervezéséhez, a kampányok menedzseléséhez, a motiválás, a toborzás alakításához **2 fős tanácsadói team szükséges a projekt teljes ideje alatt.** 2 fő x 220 nap = 440 nap | nap | 440 | 95 631 Ft | 42 077 640 Ft |
| 6. | **Békési videók terjesztése** | db | 8000 | 600 Ft | 4 800 000 Ft |
| 7. | Hirdetés helyi televíziókban 12 alkalommal. | db | 12 | 508 000 Ft | 6 096 000 Ft |
| 8. | FB oldal havi menedzsment (1 oldal menedzselése x 18 hó: **a megyei portálhoz célcsoport toborzási céllal létrehozott** FB-oldal) | db | 18 | 70 000 Ft | 1 680 000 Ft |
| **II./3.** | **Egyéb szolgáltatások** |  |  |  | **10 900 000 Ft** |
| 1. | Könyvvizsgálat | db | 1 | 500 000 Ft | 500 000 Ft |
| 2. | Nyilvánosság | db | 1 | 5 000 000 Ft | 5 000 000 Ft |
| 3. | Eredményesség mérése | nap | 60 | 90 000 Ft | 5 400 000 Ft |
| **III.** | **Eszközvásárlás** |  |  |  | **5 500 000 Ft** |
| 1. | Eszközök sportoláshoz | lista | 1 | 3 000 000 Ft | 3 000 000 Ft |
| 2. | Eszközök tanácsadáshoz | lista | 1 | 1 500 000 Ft | 1 500 000 Ft |
| **3.** | Eszközök irodához | lista | 1 | 1 000 000 Ft | 1 000 000 Ft |
| **IV.** | **Működés** |  |  |  | **3 600 000 Ft** |
|  | Projektiroda működése (papír, posta, bank stb.) | hó | 18 | 200 000 Ft | 3 600 000 Ft |
|  | **Összesen:** |  |  |  | **659 546 040 Ft** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Szolgáltatáscsoportok** |  |  |  | **Bruttó Ft** |
| 1. Képzés (szakdolgozói és lakossági prevenció) |  |  |  | 152 781 000 Ft |
| 2. Iskolai és óvodai életvezetési programok |  |  |  | 80 010 000 Ft |
| 3. E-learning |  |  |  | 22 860 000 Ft |
| 4. Tartalomfejlesztés |  |  |  | 26 746 200 Ft |
| 5. Szoftverfejlesztés |  |  |  | 88 519 000 Ft |
| 6. Mentorálás, személyes bevonás (foglalkozások, HH lakosok bevonása) |  |  |  | 105 867 200 Ft |
| 8. Szakértői testület |  |  |  | 4 572 000 Ft |
| 9. Kommunikáció |  |  |  | 130 599 640 Ft |
|  |  |  | Controll | **611 955 040 Ft** |
|  |  |  |  |  |

# Projektgazda elérhetőségei

Dél-Békési Kistérség Többcélú Társulása

5666 Medgyesegyháza, Kossuth tér 1.

[kisterseg@medgyesegyhaza.hu](mailto:kisterseg@medgyesegyhaza.hu)

Dél-Békés Mezőgazdasági Termelőiért Közhasznú Alapítvány

5665 Pusztaottlaka, Felszabadulás u. 14.

[delbekes.alapitvany@gmail.com](mailto:delbekes.alapitvany@gmail.com)