

ELŐTERJESZTÉS KÍSÉRŐ LAP

E-szám: 47/2025.

Tárgy: Döntés a Kék Zóna Projektben történő részvételről

Előterjesztő neve: Kiszelné Mohos Katalin polgármester

Előadó: dr. Halmosi-Rokaj Odett aljegyző

Az előterjesztés aláírás előtti előzetes ellenőrzése

Vezetői ellenőrzés

- az előterjesztés tartalmilag és formailag *megfelelő* - *nem megfelelő*

előadó osztályvezetője

Pénzügyi ellenőrzés

- az előterjesztés tartalmilag és formailag *megfelelő* - *nem megfelelő*


pénzügyi osztályvezető

Törvényességi ellenőrzés

- az előterjesztés tartalmilag és formailag *megfelelő* - *nem megfelelő*

Nagykovácsi, 2025. április 9.


jegyző

Az előterjesztés kiküldhető – *nem küldhető ki.*

Nagykovácsi, 2025. április 9.


polgármester



Tisztelt Képviselő-testület!

Nagykovácsi Nagyközség Önkormányzatát megkereste az Einstein Akadémia képviselőjében Turcsán Emese tréner, aki a **Kék Zóna Projekt** ötletgazdája és vezetője.

A Kék Zónák olyan különleges helyek a világban, ahol az emberek nemcsak hosszabb ideig élnek, hanem egészségesebben, boldogabban és olyan közösségekben, ahol az egymás iránti támogatás természetes. Ezek a régiók - például Okinawa Japánban vagy Szardínia Olaszországban – azt mutatják, hogy a hosszú élet titka nem csodaszerekben rejlik, hanem egyszerű követhető szokásokban: természetes mozgás, kiegyensúlyozott, helyi alapanyagokra épülő táplálkozás, erős közösségi kapcsolatok és a stressz kezelésének tudatos módja.

A Kék Zóna Projekt egy 1 éven át tartó átfogó egészség- és életmódfejlesztési folyamat, amely bemeneti és kimeneti mérésekkel követi az eredményeket. Célja, hogy közösségünk minden tagja érezze: kis lépésekkel is hatalmas változás érhető el egészség és jólét terén.

A program fő elemei:

➤ **Egészségügyi állapotfelmérések**

A program elején minden résztvevőn díjmentes egészségügyi vizsgálatot végeznek, amelyek megmutatják a kiindulási állapotot. Egy év után láthatóak a pozitív változások.

➤ **Díjmentes közösségi programok**

A közösségi programok közös főzések, természetjáró túrák lesznek és interaktív előadásokra is sor kerül meghívott előadókkal.

➤ **Életmódtanácsadás**

A résztvevők egyszerű, a mindennapokba könnyen beépíthető tippeket kapnak a táplálkozás, mozgás, stresszkezelés és közösségi kapcsolatok erősítése terén.

➤ **Közösségépítés**

A program célja, hogy ne csak az egyéni életmódot, hanem az egész település közösségi szellemét erősítse, hiszen a hosszú boldog élet egyik legfontosabb titka az egymás iránti törődés.

A Projekt szervezői vállalásuk szerint negyedévente írásbeli jelentést készítenek a projekt előrehaladásáról, a projekthez szakképzett személyzetet biztosítanak és folyamatos tájékoztatást nyújtanak a Képviselő-testületnek.

Az **Önkormányzat** részéről az alábbi **kötelezettségvállalások** szükségesek:

- helyszín biztosítása a workshopok, közösségi programok és edukációs programok lebonyolításához,
- a helyi médiával való kapcsolattartás biztosítása a program népszerűsítése és a lakosság tájékoztatása érdekében,
- helyi közösség programba történő aktív bevonásának elősegítése, és a helyi cégekkel történő együttműködés támogatása,
- annak vállalása, hogy az Önkormányzat a programból 1 éven belül nem lép ki.

A tisztán szponzori bevételekből megvalósuló **Kék Zóna Projekt** jelenleg két településen Noszvajon és Nagyredén indul el.

Nagykovácsi lenne a program következő települése.

Kérem a tisztelt Képviselő-testületet az előterjesztés megtárgyalására és a határozati javaslat elfogadására. A határozat elfogadásához egyszerű többség szükséges.

Nagykovácsi, 2025. április 9.

Kiszelné Mohos Katalin
polgármester

HATÁROZATI JAVASLAT

Tárgy: Döntés a Kék Zóna Projektben történő részvételről

Nagykovácsi Nagyközség Önkormányzata Képviselő-testülete úgy dönt, hogy 1 éves időtartamra részt vesz az Einstein Akadémia **Kék Zóna Projektjében** oly módon, hogy a Projekt megvalósításához ingyenes helyiséghasználatot és helyi médiában történő megjelentést biztosít.

Felhatalmazza a Polgármestert a Kék Zóna Projektben történő részvételre vonatkozó megállapodás aláírására.

Határidő: azonnal

Felelős: polgármester

