

**TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01106** azonosító számú, az „Egészséges Püspökladányért,,  
című projekt lebonyolításának záró beszámolója

Az „Egészséges Püspökladányért,, című, TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01106 azonosító számú rendezvény 2021. június 12.-én-én, 13.00 órától lett megrendezve Püspökladányban ,az Ifjúsági Házban 84150 Püspökladány, Bocskai u.21 szám).

A pályázat megírásakor elsődleges célunk az volt, hogy a mai internet uralta világban minél több embert az egészséges életmódra ösztönözzünk. Sajnos, manapság az emberek nehezen mozdulnak ki otthonuk komfortzónájából. Keveset sportolnak, egészségtelen ételeket esznek, nem vigyáznak tudatosan az egészségükre. Napjainkban nagyon sok szív és érrendszeri beteg van, az elhízás és egészségtelen életmód miatt, valamint nagyon sok embernél kialakult a másodlagos cukorbetegség is. Itt közre játszik a gyorséttermekből való, kalóriadús, szénhidráttal teli ételek fogyasztása. Rendezvényünkkel mi azt szerettük volna, megmutatni a hogyan lehet életmódot váltani reformételek megismerésével, kóstolásával, és aktív sportolással. A célcsoport igazából nemcsak a fiatalok voltak, minden korosztályt szívesen vártunk. Ha fiatal, ha idős vagy középkorú valaki, akkor is válthat egészséges életmódra.



A rendezvény előkészítése már a tavalyi évben elkezdődött. Sajnos közbeszólt a Koronavírus járvány. A rendezvény időpontját a koronavírus ideje alatt hozott szabályok és törvények miatt már a harmadik időpontra módosítottuk. A törvények pontos betartása mellett a járvány ideje alatt egyébként sem akartunk semmiféle tömegrendezvényt szervezni, így is nagyon örültünk, hogy eljutottunk a rendezvény lebonyolításához.

Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01106

Név: Püspökladányi Labdarúgó Egyesület

Székhely: 4150 Püspökladány, Vajda u.8. sz.

Projektcím: Az egészséges Püspökladányért!

A pályázati felületen az instrukciókat, módosításokat, engedélyezéseket folyamatosan csináltuk. Közben elkezdtük a rendezvény szervezését, előkészítését. Már hónapokkal ezelőtt versenyeztettük a rendezvényszervezést, elkészítettük a dokumentumokat. Forgatókönyv, rendezvényterv készült. A Helyi Akciócsoportnak is teljesítettük a hirdetés leadását. A rendezvény meghívója, plakátja is megtalálható a HACS Gazdasági Ellátó szervezet honlapján. Megterveztük a meghívókat, plakátokat, roll-up, molinó szövegét, valamint megrendeltük a helyi nyomdában. A kötelező nyilvánosságnak is eleget tettünk, elkészítettük a pályázat kötelező formátumú tábláját.

Megterveztük a rendezvényt reklámozó ajándék pólókat is, amelyeket a rendezvényszervező vállalt feladatuként el is készített a rendezvényre.

A rendezvény hangosítását leszerveztük, és a hangosítás pedig folyamatos volt a rendezvény ideje alatt.

A nyertes rendezvényszervezővel összhangba hoztuk az elvárásainkat, és es próbáltunk minden előzetes feladatot időben végrehajtani.

Kiküldtük a meghívókat az Önkormányzat tagjainak, intézményeknek, iskoláknak. Kiraktuk a rendezvényt reklámozó plakátokat, molinót.

A rendezvény június 12.-én, délután 13.00 órakor kezdődött. Már reggel elkezdtük a pakolást, a terep előkészítését. Kiraktuk a helyszínen is a molinót, és a roll-upot

A rendezvényszervező intézte az ugráló várat, a mobil mászó falat, a trambulint, a gyerekeknek a spotjátékokat, valamint a reform ételek bemutatóját, kóstolását, valamint egészséges turmix italok elkészítését és kóstolását is. Ide tartozott még egy aerobic oktató 45 perces sportos közös tornája is.



Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01106

Név: Püspökladányi Labdarúgó Egyesület

Székhely: 4150 Püspökladány, Vajda u.8. sz.

Projektcím: Az egészséges Püspökladányért!



Az egészséges reform ételek között nagyon sokfajta saláta és alacsony zsírtartalmú csirkemellből készült étel volt. Lencsesaláta, babsaláta, Mongol káposztasaláta, Görög saláta, csicseriborsó saláta, narancsos durumtészta saláta, tejszínes almás durumtészta saláta, karfiolsaláta, céklasaláta, valamint friss zöldségek, (sárgarépa, petrezselyem, karalábé, zeller, uborka.) öt fajta (Cézár, Ezer sziget, fokhagymás, kapros, joghurtos) salátaöntettel, lennaggal.

Alacsony zsírtartalmú töltött csirkemell (gombás, zöldfűszeres, paradicsomos, mozzarella, joghurtos) szeletek egészítették ki a salátákat, zöldségeket.

A rendezvényre kilátogató vendégek nagy örömmel kóstolták és ismerkedtek ezekkel a rostos, és egészséges ételekkel.

Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01106

Név: Püspökladányi Labdarúgó Egyesület

Székhely: 4150 Püspökladány, Vajda u.8. sz.

Projektcím: Az egészséges Püspökladányért!

Nagyon jó fogadtatása volt még a turmixkészítésnek, kóstolásnak. Tej, mandulatej, rizstej és gyümölcsök (eper, banán, narancs, görögdiñnye, sárgadiñnye), valamint chia mag, zabpehely alapú italokat turmixgépben, személyenként, kívánság szerint készítették a lebonyolítók.



A délután folyamán a kilátogató gyerekek különböző sportos játékokon vettek részt. Volt karikadobálás, focizós feladatok, kugli dobálás, frizbizés. A résztvevő gyerekek sportos játékokat kaptak.

A gyerekek nagy élvezettel másztak fel a több méteres mászó falra, ugráltak az ugráló váron és a trambulínon is, valamint a rendezvényszervező még ajándékba egy rodeó-ball nevű focis játékot is hozott.



A rendezvény közben készítettük a fotódokumentációt.

A rendezvény szerintünk elérte a célját, célkitűzéseinket melyekkel egészségesebb életre próbáltuk nevelni a gyerekeket, felnőtteket. Szerintünk sok olyan dologgal ismerkedhettek meg, amely segíti a pozitív irányba való életmódváltást.

Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01106

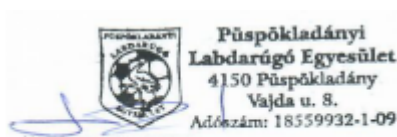
Név: Püspökladányi Labdarúgó Egyesület

Székhely: 4150 Püspökladány, Vajda u.8. sz.

Projektcím: Az egészséges Püspökladányért!

A rendezvényen 179 fő felett volt a kilátogatók száma, és úgy érezzük a rendezvény, a pályázat elérte a kitűzött célt.

A rendezvény lebonyolítása után a fennmaradt utómunkálatok következtek. A rendezvényszervező számára a számla összegét sajnos csak az idén augusztusban tudta egyesületünk kifizetni különböző anyagi okok és a vírushelyzet miatt. A pályázatból kiutalt összegből tudtuk kifizetni Tányér József megbízási díját és járulékát is. A pályázattal kapcsolatban minden munkát elvégeztünk, az utómunkálatokat befejeztük. Kérnénk a pályázat lezárását és a fennmaradt pályázati támogatás kiutalását.



Alíírás

Püspökladány, 2021. június 16.

Projektazonosító: TOP-7.1.1-16-H-ESZA-2019-01106

Név: Püspökladányi Labdarúgó Egyesület

Székhely: 4150 Püspökladány, Vajda u.8. sz.

Projektcím: Az egészséges Püspökladányért!