



Pályázati Felhívás

**Helloklimax munkahelyek**

**Vállalati program és díj 2023.**

## 1. A Helloklimax munkahelyek kialakítását támogató program és díj létrehozásának háttere

A menopauza elő- és utóidőszaka (perimenopauza, postmenopauza) Magyarországon közel 1,8 millió nőt érint évente. A tünetek több évtizeden keresztül is kísérhetik a nők 82 százalékának életét, érintve egészségi állapotukat, megnehezítve ezáltal szerepeik betöltését.

*„Már nem tudok túllépní azon, hogy tabuként kezeljük a testünket érintő változásokat. Hiába nem veszünk valamiről tudomást és nem beszélünk róla, attól az még ott van. A klimax miatt megváltozik a szervezetünk ellenállóképessége, sőt, a teljes működése, egy újfajta egyensúlynak kell kialakulnia, ami hosszabb időt igénybe vevő folyamat. Ez a folyamat természetesen nem zajlik mindig probléma mentesen...”* (Koch Mária, program alapító).

Ezek tények, amelyekkel nem érdemes vitatkozni. Amit viszont érdemes, foglalkozni vele. A helloklimax® program mozgalomként hívja fel a társadalom és a foglalkoztatók figyelmét a perimenopauzára és menopauzára, annak munkahelyi környezetben történő kezelésére, az érintetteknek pedig személyre szabott megoldásokat nyújt a tünetek enyhítésére. Mindezt azzal a céllal tesszük, hogy az egyének és a munkahelyek is tudatosítsák, hogy a menopauza létezik, lehetnek enyhébb vagy erőteljesebb tünetei, melyek rövidebb vagy hosszabb ideig befolyásolják a nők életét a magánéletben és a munkahelyen egyaránt, ezért érdemes foglalkozni vele mind a megértés, mind a cselekvés szintjén.

## 2. A pályázat célja

A női esélyegyenlőség több aspektusával foglalkoznak ma a vállalatok, azonban azzal az élethelyzettel, amely talán az egyik leghosszabb időintervallumot ölelheti fel egy nő életében, még kevés munkáltató kezdett el tudatosan és transzparenssal foglalkozni.

**A pályázat lehetőséget ad az esélyegyenlőségi és a vállalati well-being stratégia női munkavállalókkal kapcsolatos részének újragondolására, kiegészítésére, ezáltal támogatást adva a klimax időszakát megélő női munkavállalóknak a helyzetük megértéséhez, tudatosabb kezeléséhez, valamint a kollégák, vezetők részéről egy elfogadóbb, támogatóbb környezet kialakításához.**

A díjat évente adjuk át, az adott évben történő elnyerése - szándékunk szerint - további inspirációul szolgál az évenként pályázásra.

## 3. Miért érdemes pályázni?

A vállalat társadalmi felelősségvállalás terén a női változókor könnyebb megélése érdekében tett és felvállalt újító, innovatív kezdeményezéseit a helloklimax® program közzéteszi (kiadvány), mely a vállalat munkáltatói márka imázsát növeli, így vonzóbb munkáltatóként jelenhet meg a munkaerő piacon.

A díj a **Helloklimax munkahely** cím és logó örökös használatára jogosít.



A címet és a logót a díj nyertesei használhatják minden online, offline, külső, és belső kommunikációjuk során.

További várható előnyök: a megvalósuló program során az érintettek egészségtudatossága és az egészségnyereség nő, a betegség miatti távollét csökken.

A csatlakozási díj fejében a helloklimax® program munkatársai a pályázati időszakban – a 40 év feletti női foglalkoztatottak létszámának függvényében egyalkalmas, illetve kétalkalmas, egyenként 2 órás workshopot tartanak a vállalat érdeklődő munkatársai számára 10-100 fő esetén: 1 alkalommal, 100 fő felett: 2 alkalommal.

#### 4. Kik pályázhatnak? Pályázati kategóriák

A Helloklimax munkahely díjra és a kapcsolódó logó használatára azok a nyílt munkaerő-piaci munkáltatók pályázhatnak, akik minimum 10 fő, 40 év feletti női munkavállalót foglalkoztatnak. A pályázók köre: az üzleti szférából a kis-, közép- és nagyvállalatok, valamint a közszféra szereplői és civil szervezetek egyaránt.

Pályázati kategóriákhoz kapcsolódó egyszeri, bruttó összegű csatlakozási díj a 40 év feletti női munkavállalók számát alapul véve:

10-50 fő esetén:	50 000 Ft
51-100 fő esetén:	75 000 Ft
101-500 fő esetén:	100 000 Ft
500 fő fölött:	150 000 Ft

#### 5. Pályázati feltételek

A pályázatra magyarországi telephellyel rendelkező vállalkozások nevezhetnek. Egy szervezet egy pályázatot nyújthat be, még abban az esetben is, ha több telephellyel rendelkezik. A „Helloklimax munkahely 2023” címre pályázók pályázati anyagban kifejtett programjának megvalósulása a 2023-es

évben kell, hogy megtörténjen.

Folyamatos megvalósítás esetén az ennél korábban megkezdett, de a jelzett időszakban megvalósítás alatt lévő programok is érvényesek.

## 6. A pályázat benyújtásának módja, tartalmi és formai elvárások

A pályázatot online pályázati űrlap kitöltésével lehet benyújtani, a kérdőívben szereplő adatok kitöltésével.

### [A pályázati űrlap kitöltéséhez kattintson ide](#)

## 7. A pályázat menete, határideje

A pályázati időszak 2023.03.01-től 2023.08.31-ig tart. A jelentkezési lap kitöltése, illetve a csatlakozási díj megfizetését követően maximum 2 alkalmas workshop megrendelésére van lehetősége a pályázó szervezetnek, melyet a hello Klimax® program szakemberei tartanak meg az alábbi, választható témakörökből:

1. Hello, klimax! - A változókor biológiájának megértése, a tünetek felismerésének és beazonosításának jelentősége - Érzékenyítő program valamennyi munkatárs számára
2. Hello, egészség! - Mit (t)egyek, hogy fizikailag és mentálisan jó állapotban találjon a változókor?
3. Hello, prevenció! - Hogyan kerüljem el a kritikus betegségeket. Szűrővizsgálatok jelentősége változókorban és a menopauzális tüneteket enyhítő megoldások
4. Hello, konfliktusmentesség! - Empátiát, kooperációt fejlesztő, konfliktusok elkerülését támogató gyakorlati tréning
5. Viszlát tabuk! - Tabumentesítő kibeszélős alkalom: a tünetek hatással vannak családi, baráti, munkahelyi kapcsolataimra. Kényelmetlen erről beszélni, pedig jó volna... Hogyan tegyem?

**A pályázatra történő jelentkezés határideje: 2023. április 30.**

**A megvalósítási szakasz: 2023. aug. 31-ig tart.**

## 8. Az elbírálás szempontrendszere

Az a szervezet, aki a jelentkezési lapot a kiírásnak megfelelően kitölti, részt vesz a workshopokon és a program hatásának monitorozása során a munkatársaktól pozitív visszajelzés érkezik a programmal kapcsolatban, megkapja a díjat. A pályázat elbírálásánál figyelembe vett további szempontok:

- ✓ A program megvalósítási szakaszában hány fő érintett munkatárs került bevonásra
- ✓ Hány főt sikerült érzékenyíteni a teljes létszámból
- ✓ Milyen elképzelések születtek a projekt fenntarthatóvá tételére

## 9. Monitorozás

A pályázat megvalósítási szakaszát követően, 2023. szeptemberében a hello Klimax® program szakemberei személyesen monitorozhatják a program megvalósulásának hatását a szervezetben.

## 10. Eredményhirdetés

A Hello Klimax munkahely 2023 díjat elnyerő vállalatok számára a díjak átadására 2023. október 18-án, a Menopauza világnapján, ünnepélyes keretek között kerül sor.

## 11. Adatkezelés

A pályázat kapcsán keletkező adatokat a hello Klimax.hu Kft. az [adatkezelési tájékoztatójában](#) foglaltaknak megfelelően kezeli. A pályázó a pályázat benyújtásával az Adatkezelési tájékoztatóban foglaltakat tudomásul veszi.

## 11. Kapcsolattartás

### **Koch Mária**

program alapító - tulajdonos  
menopauza kutató  
telefon: +36 30 210 2495  
E-mail: [maria.koch@hello Klimax.hu](mailto:maria.koch@hello Klimax.hu)

### **Bócsi Rita**

HR specialista  
mentálhigiénés szakember, ACC coach  
telefon: +36 30 730 3281  
E-mail: [rita.bocsi@hello Klimax.hu](mailto:rita.bocsi@hello Klimax.hu)

A pályázati kiírás készült: Budapest, 2023. február 20.