



Pályázati Felhívás

Helloklimax munkahelyek

Vállalati program és díj 2024.

1. A „helloklimax munkahely” 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 túllépni 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 olyan tények, amelyekkel nem érdemes vitatkozni. Foglalkozni azonban érdemes vele. A helloklimax® program mozgalomként hívja fel a társadalom és a foglalkoztatók figyelmét a menopauza egyes szakaszaira, 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, amelyek rövidebb vagy hosszabb ideig befolyásolják a nők életét és teljesítőképességét, ezért foglalkozni kell 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 és ESG stratégia női munkavállalókkal kapcsolatos részének újragondolására, kiegészítésére, ezáltal támogatást adva a klimax időszakát megélő 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 inspirációt ad az évenkénti pályázásra, egymásra épülő programokkal fejlesztve a klimax-párbeszédet a munkahelyeken.

3. Miért érdemes pályázni?

A vállalati társadalmi felelősségvállalás terén a női változókor könnyebb megélése érdekében tett és felvállalt újító, innovatív kezdeményezéseit a helloklimax® program közzéteszi, 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 minden online és offline felületükön, illetve külső és belső kommunikációjuk során használhatják.

További várható előnyök: a megvalósuló program során nő az érintettek egészségtudatossága, csökkenhet a betegség miatti távollét, ezáltal nő a termelékenység és a munkaerő-megtartási képesség.

A csatlakozási díj fejében a helloklimax® program munkatársai a pályázati időszakban - a 40 év feletti női foglalkoztatottak létszámának és a pályázati kategória függvényében - az *Első pályázó kategóriában* egyalkalmas (10-100 fő érintetti létszám esetén), illetve kétalkalmas (100 fő feletti érintetti létszám esetén), előadást és/vagy workshopot tartanak a vállalat érdeklődő munkatársai számára.

A *Folyamatos pályázó kategóriában* az első éves programra épülő, haladó programokon vehetnek részt a pályázó szervezetek munkatársai.

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 pályázhatnak.

Pályázati kategóriák:

- I. Első pályázó
- II. Folyamatos pályázó (legalább egy évben sikeresen pályázott már)

Annak a pályázónak, aki legalább 3, egymást követő évben nem pályázott ismételten a díjra, lehetősége van az I. Első pályázó kategóriában elindulni.

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

I. Első pályázó kategória csatlakozási díja

10-50 fő esetén: 100 000 Ft
51-100 fő esetén: 140 000 Ft
101-500 fő esetén: 180 000 Ft
500 fő fölött: 250 000 Ft

II. Folyamatos pályázó kategória csatlakozási díja

10-100 fő esetén: 260 000 Ft
101-500+ fő esetén: 380 000 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 2024” címre pályázók pályázati anyagban kifejtett programjának megvalósulása a 2023-2024-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 pályázás menete, határideje

A vállalati programba a jelentkezés folyamatos. A díj odaítélésénél az adott évben április 30-ig beérkező jelentkezéseket vesszük figyelembe. Az április 30-a után jelentkező vállalatokkal folyamatosan dolgozunk, így ők a következő évi díjazásban vesznek részt.

A jelentkezési lap kitöltését, illetve a csatlakozási díj megfizetését követően az alábbi programokat nyújtjuk a pályázók számára.

I. Első pályázó kategória

A 3. pontban meghatározott érintetti létszám alapján 1, illetve 2 alkalmas előadás megrendelésére van lehetősége a pályázó szervezetnek, amelyet a helloklimax® program szakemberei tartanak meg az alábbi, választható témakörökből:

1. Hello, klimax! - A változókör 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 változókör? Életmóddal kapcsolatos előadás táplálkozás fókusszal valamennyi munkatárs számára.
3. Hello, negyvenes életek! – Közérthetően az életközepi kihívásokról. Edukációs, gyakorlati tanácsokkal fűszerezett program valamennyi munkatárs számára.
4. Hello, stresszmentesítés! – A stressz biológiája, a krónikus stressz kialakulásának okai. Bevethető tanácsokkal is szolgáló, gyakorlatias előadás valamennyi munkatárs számára.
5. Hello, konfliktusmentesség! Mit tehetünk a munkahelyi konfliktusok ellen - Konfliktusok forrásai, kezelési formái, stratégiái. Gyakorlatias előadás valamennyi munkatárs számára.

II. Folyamatos pályázó kategória

Az alábbi fix és választható programokat nyújtjuk a pályázók számára az érintetti létszám alapján:

1-100 fő esetén:

1. Telefonos klimax konzultáció - rendelkezésre állás egy közösen kiválasztott időpontban, 120 percben. Személyenként 30 percben, előzetes regisztrációval.
2. Hello, negyvenes életek! – Közérthetően az életközepi kihívásokról. Edukációs, gyakorlati tanácsokkal fűszerezett program valamennyi munkatárs számára.
3. Kibeszélő alkalom a program végén.

101-500+ fő esetén:

1. Telefonos klimax konzultáció - rendelkezésre állás 3 hónapon keresztül, havonta fix időpontban, 120 percben/hó. Személyenként 30 percben, előzetes regisztrációval.
2. Konfliktuskezelési workshop vagy Stresszmentesítő workshop (egy téma választható)
3. Kibeszélő alkalom a program végén.

További támogatásaink mindkét pályázati kategóriában:

- ✓ A pályázók 5 alkalommal hírlevelet kapnak, amelyben tanácsokkal segítjük a vállalaton belüli érzékenyítést és ötleteket adunk a klimax-párbeszéd beindításához.
- ✓ A pályázók edukációs plakátokat kapnak sokszorosítható és újra nyomtatható formátumban, amit igény szerint használhatnak fel telephelyeiken.

A pályázatra történő jelentkezés határideje folyamatos. Az a pályázó, aki a tárgyévi díjra pályázik, legkésőbb 2024. április 30-ig küldje el jelentkezését.

A megvalósítási szakasz 2024. május 02 - szeptember 15. között tart.

8. Az elbírálás szempontrendszere

Azt a szervezetet, aki a jelentkezési lapot a kiírásnak megfelelően kitölti, részt vesz a foglalkozásokon, valamint a program hatásának monitorozása során a munkatársaktól pozitív visszajelzés érkezik a programmal kapcsolatban, jelöljük a díjra.

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, 2024. szeptemberében a hello Klimax® program szakemberei személyesen monitorozhatják a program megvalósulásának hatását a szervezetben.

10. Eredményhirdetés

A hello Klimax munkahely 2024 díjat elnyerő vállalatok számára a díjak átadására 2024. 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 és elfogadja.

11. Kapcsolattartás

Koch Mária

program alapító - tulajdonos

menopauza kutató, coach

telefon: +36 30 210 2495

E-mail: 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

A pályázati kiírás frissítésének helye és ideje: Budapest, 2023. november 02.