ՏԵԽՆԻԿԱԿԱՆ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐ

ԱՌՈՂՋ ԱՊՐԵԼԱԿԵՐՊԻ ԱՐՇԱՎՆԵՐԻ ԼՈԳԻՍՏԻԿ ՍՊԱՍԱՐԿՄԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔՆԵՐԻ ՁԵՌՔԲԵՐՄԱՆ ՆՊԱՏԱԿՈՎ ԳՆՄԱՆ ԳՈՐԾԸՆԹԱՑԻ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՄԱՆ

***Ներածություն***

Առողջապահության նախարարության առաջնահերթություններից է համարվում առողջական հարցերի վերաբերյալ հանրության գրագիտությունը: Մեր առողջությունը մեծապես կախված է մեր կենսաձևից։ Եթե ուզում ենք ավելի քիչ հիվանդանալ, մնալ առույգ, ուժեղ, խելացի, պատրաստ նոր բացահայտումների, վայելել ամեն նոր օրը, մեր ապրելակերպը պետք է լինի ԱՌՈՂՋ։

Խրախուսելի չէ դիպվածային առողջ ապրելակերպ վարել՝ ժամանակ առ ժամանակ։ Պատահում է, որ մարդիկ՝ նորաձև միտումների ազդեցության տակ, հանկարծ սկսում են ուտել միայն բանջարեղեն և սպորտով զբաղվել։ Բայց դա տևում է մի քանի շաբաթ կամ մեկ ամիս, որից հետո նորից վերադառնում են հին կենսաձևին՝ սիրելի բազմոցին, հեռուստացույց դիտելուն՝ չիփսերով և քաղցր գազավորված ըմպելիքով։ Ստացվում է արատավոր շրջան։

Առողջ ապրելակերպը պետք է դառնա հաճելի առօրյայի կայուն մասը` ներառելով առողջ սննդակարգ, աշխատանք և հանգիստ հավասարակշռության պահպանում, ֆիզիկական ակտիվություն, առողջ էմոցիաներ: Առողջ սնվելու վարքագիծ և ակտիվ կենսաձև վարելու մշակույթի ձևավորումը ցանկալի է սկսել վաղ տարիքից: Այս նպատակին ընդառաջ Առողջապահության նախարարությունը (ԱՆ) 2025 թվականին կիրականացնի առողջ ապրելակերպի իրազեկման աշխատանքներ մարզերում և Երևան քաղաքում:

**«Առողջ ապրելակերպի իրազեկման դպրոցական մարզային արշավներ»** Կազմակերպել մասսայական միջոցառումներ մարզերում և հանրությանն իրազեկել առողջ ապրելակերպի թեմաների շուրջ:

***Նպատակը***

Արշավի նպատակն է մասնակիցների շրջանում ստեղծել և ամրապնդել կայուն գաղափարական ասոցիացիաներ, փոխել վերաբերմունքն առողջ ապրելակերպի նկատմամբ: Այն պետք է ուղղված լինի մասնակիցների առողջ ապրելակերպի վարքագծի ձևավորմանը:

Կազմակերպել թվով 11 առողջ ապրելակերպի հանրային արշավներ.

Արշավին մասնակցում են միջին և ավագ դպրոցի աշակերտներ, ուսուցիչներ, ծնողներ։ Նախաարշավային աշխատանքներ են իրականացվում դպրոցների հետ՝ ուղղված առողջ ապրելակերպի վերաբերյալ գիտելիքի բարձրացմանը։ Արշավի ընթացքում իրականացվում են հետևյալ միջոցառումները․

* Քայլերթ՝ մեկ-երկու կիլոմետր
* Առողջ սննդի տաղավարներ
* Առողջ հոգի՝ ուղղված հոգեկան առողջության դաստիարակությանը
* Բերանի խոռոչի հիգիենայի ուսուցում
* Մարմնի զանգվածի ինդեքսի որոշման ուսուցում
* Սքրինինգային տաղավարներ
* Էստաֆետաներ
* Oդակաթիլային ճանապարհով և կեղտոտ ձեռքերի միջոցով փոխանցվող հիվանդությունների կանխարգելումը
* Առողջ ապրելակերպի պաստառների շնորհանդես
* Շուրջպար։

**Արշավների նպատակի և բովանդակության վերաբերյալ վերոնշյալ տեղեկատվությունը տրամադրված է որպես ծանոթություն:**

Կատարողն իրականացնում է արշավների լոգիստիկ սպասարկումը` համաձայն ստորև բնութագրի.

1. ԳՆՄԱՆ ԱՌԱՐԿԱՅԻ ՏԵԽՆԻԿԱԿԱՆ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N** | **Անվանում** | **Տեխնիկական բնութագիր** |
|  | ***Առողջ ապրելակերպի արշավների լոգիստիկ սպասարկում*** | 2025 թվականի ընթացքում իրականացնել առողջ ապրելակերպի իրազեկման 10 մարզային արշավներ և 1 արշավ Երևան քաղաքում:  *«Առողջ ապրելակերպի իրազեկման դպրոցական մարզային արշավներ»*  *Նպատակը*  Համայնքը միավորել առողջ ապրելակերպի գաղափարի շուրջ: Խրախուսել ընտանիքի տարբեր անդամների մասնակցությունը արշավին և ստեղծել «Ընտանիք-Առողջ ապրելակերպ» կոնցեպտուալ ասոցիացիա:  *Վայրը*  Վայրերի հստակ ընտրությունը 10 մարզերում կհաստատի Պատվիրատուն` պայմանագրի կնքման գործընթացից հետո:  *Մասնակիցների քանակ*  Յուրաքանչյուր արշավը պլանավորել 500 մասնակցի հաշվով:  *Տևողությունը*` 4-4,5 ժամ  *Ժամանակացույցը*  Միջոցառումները տեղի կունենան ապրիլ, մայիս, սեպտեմբեր և հոկտեմբեր ամիսներին: Ավելի հստակ ժամկետները կհաստատի Պատվիրատուն` պայմանագրի կնքման գործընթացից հետո:  *Գործառույթներ*  ***Հաղորդակցման համակարգման աշխատանքներ***  Ապահովել հաղորդակցման մասնագետի մասնակցությունը արշավի վարման ողջ ընթացքում, ով կապահովի կապը բոլոր շահագրգիռ կողմերի հետ (դպրոցներ, քաղաքապետարան, դասավանդողներ, արշավը համակարգող այլ թիմեր, մասնակիցներ): Հաղորդակցման մասնագետի գործառույթներն են.   * Կազմակերպել արշավի հետ կապված բոլոր աշխատանքային հանդիպումները` առցանց, թե առկա: * Իրականացնել աշխատանքային պրոցեսի ժամկետների հիշեցում. Պատվիրատուն փոխանցում է Կատարողին արշավների շուրջ իրականացվող բոլոր աշխատանքների ժամկետները, ըստ որի Կատարողը հիշեցումներ է ուղարկում պատասխանատուներին և հետևում, որ ճիշտ ժամանակին իրականացվեն աշխատանքները: * Մասնակցել բոլոր հանդիպումներին` իրականացնել գրառումներ, կազմել հանդիպման արձանագրություններ: * Կազմել արշավի պատասխանատուների ցանկերը` կոնտակտային տվյալներով և վարել ամբողջ ներքին հաղորդակցումը դպրոցների հետ: * Կատարողը կազմում է ցանկ` մասնակիցների կոնտակտային տվյալներով: * Վարել ամբողջ միջոցառման գրագրությունը, իրականացնել հեռախոսազանգեր, կազմել էլեկտրոնային նամակներ: * Մշակել ձևաչափեր և համակարգման այլ փաստաթղթեր: * Մշակել արշավների օրակարգը: * Կատարողը կազմակերպում է հյուրերի հրավերի գործընթացը` բոլոր արշավների փակման արարողության ժամանակ: * Ընթացիկ հաղորդակցման այլ գործառույթներ:   Մասնագետները պետք է ունենան բարձր գրագիտության և կոմունիկացիայի վարման հմտություններ` **հայերեն և ռուսերեն** լեզուներով: Ահնրաժեշտ է Պատվիրատուին ներկայացնել այդ հմտությունները հաստատող վկայականներ: Համաձայնեցնել մասնագետների ընտրությունը Պատվիրատուի հետ:  ***Քայլարշավ***` ընտրված վայրերում արշավների իրականացման նպատակով Կատարողը կազմակերպում է առողջ ապրելակերպի քայլարշավ` համաձայն ստորև պահանջների.   1. Միջոցառումանն ընդառաջ այցելել բոլոր մարզերը ԱՆ անձնակազմի (2 հոգի) հետ միասին և տեղում ինքնակառավարման մարմինների հետ համատեղ իրականացնել միջոցառման նախնական պլանավորում` ճշտել բոլոր մանրամասները: 2. Պատվիրատուի հետ որոշել քայլարշավի ուղին` սկիզբը և ավարտը: 3. Քայլարշավի ընթացքում ապահովել 8 պաստառ (60սմX120սմ), փայտե ձողերով, հարմար` ձեռքով բռնելու համար: 4. Քայլարշավի ընթացքում ոստիկանության ուղեկցությամբ ապահովել մասնակիցների անվտանգությունը` արշավի ամբողջ քայլարշավի ընթացքում, առաջին բուժօգնություն, ջուր:   ***Առողջապահական բնույթի միջոցառումներ***   1. Քայլարշավի ավարտի վայրում` բոլոր մարզերում, Կատարողը կազմակերպում է «Առողջ սննդի տաղավարներ», որտեղ յուրաքանչյուր մարզի դպրոցների աշակերտները ներկայացնում են և հյուրասիրում արշավի մասնակիցներին իրենց կողմից նախօրոք պատրաստված առողջ սնունդը` կիսվելով սննդի վերաբերյալ իրենց գիտելիքներով: Յուրաքանչյուր արշավին ապահովել առողջ բաղադրատոմսերի պատրաստման նպատակով հաստատված սննդամթերք` համաձայն **Հավելված 1-ի**: 2. Արշավի ընթացքում տեղադրել Պատվիրատուի կողմից տրամադրված 25 միագույն տաղավար (կապույտ կամ սպիտակ) և յուրաքանչյուրը կահավորել երկուական փոքր (1.2մх0.8մ) սեղաններով, 5-ական աթոռներով, սփռոցներով, պաստառներով (300սմX30սմ), որոնց դիզայնը կտրամադրվի Պատվիրատուի կողմից: Բոլոր արշավների ընթացքում ապահովել տաղավարների և դրանց կահավորանքի մաքրությունը: Տաղավարները պետք է լինեն ամբողջովին մաքուր: Արշավներից հետո լվացած, մաքրած վիճակում բոլոր տաղավարները հանձնել Պատվիրատուին («ՀՀ ԱՆ դեղերի և բժշկական պարագաների ապահովման ազգային կենտրոն»-ին, հասցե` Տիտոգրադյան 14/10): 3. *Միջոցառման հաղորդավարը*   Կատարողը բոլոր արշավների համար պարտավոր է ապահովել հայտնի, ճանաչված, սիրված, մասսայական հանդիսություններ վարող, առողջ ապրելակերպի թեմայով միջոցառումների վարման 3 տարվա աշխատանքային փորձ ունեցող հաղորդավար: Ընտրությունը համաձայնեցնել Պատվիրատուի հետ:  Հաղորդավարի համար անհրաժեշտ է ապահովել A4 չափսի հատուկ կաշվե պանակ, որի վրա մեջտեղի հատվածում տպագրվում է Պատվիրատուի լոգոն:   1. Ապահովել արշավի ընթացքում սննդի տաղավարների համակարգող, ով կաջակցի սննդի պատրաստման գօրծընթացին, կվերահսկի սննդամթերքի հասանելի քանակները, կապահովի սննդի պատրաստման հիգիենիկ պայմանները: 2. Ամբողջ արշավի ընթացքում ապահովել տաղավարների անվտանգությունը` մասնավորապես ապահովելով ամրակցումները: 3. Ապահովել որակյալ ձայնային տեխնիկա` 500 մասնակիցներով բացօթյա միջոցառման համար (առնվազն 5Կվտ ձայնային հզորությամբ դինամիկներ, 4 անլար բարձրախոս, հեռակառավարման վահանակ և հնչունյին օպերատոր): Միջոցառումը կիրականացվի հանրային հրապարակներում: 4. Կատարողը միջոցառման վայր է տեղափոխում Հավելված 1-ով սահմանված բաղադրատոմսերի պատրաստման համար անհրաժեշտ ամբողջ սնունդը: Նախքան արշավը Կատարողը սնունդ է մատակարարում բոլոր մարզերում սննդի պատրաստման թեստավորման համար` **Հավելված 1-ում** ներկայացված յուրաքանչյուր բաղադրատոմսին համապատասխան մեկական չափաբաժնով: 5. Յուրաքանչյուր արշավին Կատարողն ապահովում է տաղավարների լոգիստիկ սպասարկում` համաձայն **Հավելված 2-ի**: 6. Յուրաքանրյուր արշավին ապահովել թվով 100 վերնաշապիկ հետևյալ բնութագրով.  |  |  | | --- | --- | | Քանակն ըստ չափսերի | | | M | 30 | | L | 30 | | XL | 20 | | XXL | 20 | | Գույնը | Սպիտակ | | Տպագրությունը | | | Գունավոր | Առավելագույնը 4 գույնով | | տեխնիկան | «Մաղ» տպագրություն | | Տպագրության մակերեսը | Առողջապահության նախարարության լոգոն կրծքային հատվածում, հետևում`արշավի կարգախոսը կամ ուղղերձը: Տպագրել 5 տեսակի ուղղերձ, յուրաքանչյուր շապիկի վրա մեկը: | | Կտորը | Բամբակյա` բարձր որակի | | Դիզայն | Տրամադրում է Պատվիրատուն |   Նմուշը նախքան տպագրություը համաձայնեցնել Պատվիրատուի հետ:   1. Ապահովել նվերներ 10 մարզերում և Երևան քաղաքում` յուրաքանչյուրում 8 դպրոցների համար` յուրաքանչյուրը 60.000 ՀՀ դրամ արժողությամբ (ընդհանուր` 88 դպրոցների համար): Նվերների օրինակներ կարող են լինել՝ սպորտային գույք (վոլեյբոլի ցանցեր, բասկետբոլի գնդակներ, բասկետբոլի օղակ, պատի ձողեր) կամ ճաշարանի սարքավորումներ (բլենդեր, խառնիչ)։ 2. Արշավների ընթացքում ապահովել տարածքի մաքրությունը` յուրաքանչյուր տաղավարին տրամադրելով աղբը հավաքելու համար նախատեսված պարկեր և աղբամաններ յուրաքանչյուր տաղավարի մոտ, հետևել տարածքի մաքրությանը: Արշավից հետո պատասխանատվություն կրել տարածքի մաքրության համար, եթե այն աղտոտվել է: 3. Սյունիքի մարզում ապահովել 16 հոգի անձնակազմի (տաղավարների փորձագետների) հյուրանոցային ծախսերը մեկ գիշերվա հաշվարկով (10 սենյակ): 4. ***Տրանսպորտ***  * Ապահովել ԱՆ ներկայացուցիչների տեղափոխումը բոլոր արշավների վայրեր` մաքուր, հարմարավետ և թարմ մեքենայով (3-4 հոգի): * Յուրաքանրյուր արշավի ապահովել 16 հոգի անձնակազմի տեղափոխումը արշավի վայր (տաղավարների փորձագետների): * Կատարողն ապահովում է մերձակա գյուղերից դպրոցների աշակերտների տեղափոխումը դեպի մարզկենտրոն` միջոցառման իրականացման վայր: Յուրաքանչյուր արշավին անհրաժեշտ կլինի տեղափոխել աշակերտներ` թվով 5 դպրոցներից, միջինը 20-30կմ հեռավորությամբ:  1. Ապահովել ընդհանուր բնույթի անհրաժեշտ պարագաներ` համաձայն **Հավելված 3-ի:**   Կատարողը բոլոր գործառույթների կատարման ժամկետները հանաձայնեցնում է արշավների ժամանակացույցի հետ:  **ԿԱՏԱՐՈՂԸ ԲՈԼՈՐ ԱՇԽԱՏԱՆՔՆԵՐԸ ՀԱՄԱՁԱՅՆԵՑՆՈՒՄ Է ՊԱՏՎԻՐԱՏՈՒԻ ՀԵՏ:** |



**ՍՆՈՒՆԴՆ ԱՐՇԱՎԻ ՎԱՅՐ ՄԱՏԱԿԱՐԱՐԵԼ ՆԱԽՕՐՈՔ ԿՏՐԱՏԱԾ, ՓԱԹԵԹԱՎՈՐԱԾ ՎԻՃԱԿՈՒՄ, ՈՐԸ ԿԻՐԱԿԱՆԱՑՎԻ ՄԱՔՈՒՐ ԵՎ ՀԻԳԻԵՆԻԿ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐՈՒՄ:**

**Հավելված 2**

**Առողջ ապրելակերպի մարզային արշավների լոգիստիկ սպասարկման ցանկ` 1 մարզի համար**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Ծրագիր** | **Բյուջեի մանրամասներ** | **Միավոր** | **Քանակ** |
| **1** | ***բերանի խոռոչի հիգիենա*** |  |  |  |
| 1.1. | Ատամնափառի գնահատում | *մեկ երեխայի համար անհրաժեշտ հավաքածու՝ գոգնոց, ձեռնոց, ատամի խոզանակ, խոզանակի տուփ* | հավաքածու | 50 |
| 1.2. | Ատամների խոզանակման և ատամնաթելով մաքրելու հմտության փոխանցում | *ատամնաթել* | հատ | 50 |
| *ատամի մածուկ* | հատ | 100 |
| *ատամի խոզանակ* | հատ | 50 |
| 1,3 | Ատամները վնասող և ամրացնող սննդամթերքի և սովորությունների իմացության ամրապնդում |  |  |  |
|  |  |  |
| *գունավոր մարկերներ* | հատ | 20 |
| *մագնիսներ* | տուփ | 8 |
|  |  |  |
| **2** | ***Զարկերակային ճնշման և շաքարային դիաբետի սկրինինգ*** |  |  |  |
| 2,1 | Զարկերակային ճնշման որոշում՝ միաժամանակ չափման հմտության փոխանցումով | *տարբեր տրամաչափի մանժետներով տոնոմետր* | հատ | 3 |
|  | *պատշաճ տոնոմետրիայի հակիրճ ուղեցույց* | հատ | 100 |
|  |  | *պաստառների /roll up/տպագրություն (քաշ/հասակ կորագիծ, ՍԱ հիվանդությունների ռիսկի խմբեր)* | հատ | 2 |
| **3** | ***Օդակաթիլային ճանապարհով և կեղտոտ ձեռքերի միջոցով փոխանցվող հիվանդությունների կանխարգելում*** |  |  |  |
| 3,1 | մաքուր ձեռքեր | *ձեռնոցներ S չափսի/սպիտակ,մարմնագույն,* | տուփ | 2,5 |
| *գուաշ/կարմիր, կապույտ/* | հատ | 2 |
| *ալկոգել դոնդող* | հատ | 6 |
| 3.2. | օդակաթիլային ճանապարհով փոխանցվող հիվանդությունների կանխարգելում | *տիկնիկ* | հատ | 1 |
| *դիմակ* | հատ | 20 |
| *ֆլիպ չարտ* | հատ | 0,5 |
|  |  | *անձեռոցիկ թղթե/* | տուփ | 2 |
| **4** | **Հոգեկան առողջություն** |  |  |  |
| 4.1․ 4.2. 4.3. | Սթրեսի կառավարում։ Հույզերի ճանաչում և կառավարում։ Ինքնաճանաչում, դրական ինքնագնահատականի ձևավորում | *փափուկ գնդակներ հույզերի պատկերներով* | հատ | 4 |
| *հակասթրես խաղալիքներ* | հատ | 8 |
| *յուղամատիտ* | տուփ | 8 |
| *գունավոր թուղթ* | տուփ | 2 |
| *հուզական ինտելեկտի քարտերով խաղեր* | տուփ | 2 |
| *հույզերով, գույներով ստիկներ* | հատ | 8 |
| *գունավոր մատիտներ* | տուփ | 12 |
| *փուչիկներ* | հատ | 20 |
| *վատման* | հատ | 2 |
| *մարկերներ /4 գուների* | հատ | 8 |
| *սոսինձ* | հատ | 3 |
| *մկրատ* | հատ | 6 |
| *ֆլիպչարտ* | հատ | 1 |
| *խրախուսական մրցանակ* | հատ | 40 |
| **5** | **Արտաբերական ապարատի մարզում, ճիշտ խոսքային շնչառության ձևավորում** |  |  |  |
| 5.1. | *Արտաբերական ապարատի մարզում* | *արտաբերական բարժությունների քարտերի տպագրություն* | հատ | 2 |
| 5.2. | Խոսքային շնչառության ձևավորում | *օճառե պղպջակ* | հատ | 5 |
| *փուչիկ* | հատ | 50 |
| *հյութի ձողիկներ/ամուր, գունավոր* | տուփ/100 հատ | 1 |
| *թղթե բաժակներ/* | հատ | 50 |
| *գունավոր թուղթ* | տուփ | 1 |
| *պինգ պոնգի գնդակ* | հատ | 1 |
| *ստիկերների տպագրություն* | հատ | 100 |
| 5.3. | Նեյրոգիմնաստիկա (հավասարակշռության ընհանուր մոտորիկայի հիշողության և ուշադրության մարզում) | *գունավոր թելեր հաստ* | հատ | 1 |
| *նեյրոգիմնաստիկական քարտեր* | հատ | 2 |
| *ձեռնոցներ S չափս/վարդագույն և կապույտ* | տուփ | 1 |
| **6** | **Ֆիզիկական ակտիվության միջոցառումներ** |  |  |  |
| 6.1. | Միջդպրոցական էստաֆետային խաղեր | *բասկետբոլի գնդակ* | հատ | 10 |
| *սպորտային կոն/ֆիշկա (50հատ հավաքածուի մեջ)* | հավաքածու | 1 |
| *ցանց գնդակների տեղափոխելու համար* | հատ | 2 |
| *սպորտային բուրգ* | հատ | 30 |
| *դրոշակ* | հատ | 10 |
| *օղակ* | հատ | 10 |
| *սպորտային ռեզին լատեքսից* | տուփ | 5 |
| *ցատկապարան* | հատ | 10 |
| *սուլիչ* | հատ | 12 |
| *երկարացման լար* | հատ | 3 |
| *խրախուսական նվեր հաղթող թիմերի/դպրոցների համար* | հատ | 6 |
| *թենիսի սեղանի վարձակալություն* | հատ | 2 |
| *սեղանի թենիսի տեղափոխություն* |  |  |
| *կպչուն թղթեր էստաֆետայի մասնակիցների համար* |  |  |
|  | **ԱՅԼ** |  |  |  |
|  |  | *արշավի անձնակազմի ճաշի ընդմիջում* |  |  |
|  |  | *խմելու ջուր* | շիշ/500 մլ | 300 |
|  |  | *նկարահանող խումբ և տեխնիկա ուղիղ հեռարձակման համար* |  |  |
|  |  | *բարձրախոս դինամիկներով* |  |  |
|  |  | *բեմ* |  |  |
|  |  | *հաղորդավար* |  |  |
|  |  | *կահավորված տաղավարներ* |  |  |
|  |  | *տաղավարներ հանգստանալու համար՝ արևա/անձրևապաշտպան ծածկով և նստելու հարմարանքներով* |  |  |

**Հավելված 3**

**Ընդհանուր բնույթի լոգիստիկ սպասարկում նախատեսված մեկ արշավի համար**

|  |  |
| --- | --- |
| Ծառայություն | Քանակ |
| Տաղավար (3մХ3մ) մաքրամաքուր | 15 |
| Աթոռ | 100 |
| Սեղաններ (1.2մх0.8մ) | 40 |
| Սեղանների սփռոցներ (250X150)` սպիտակ, պոլիէսթեր կամ վիսկոզ կտորից | 20 |
| Դինամիկներ (15-20կՎտ) | 2 |
| Տաղավարների պաստառներ (300սմX30սմ) | 15 |
| Քայլերթի պաստառներ (60սմX120սմ) | 8 |
| Դրոշակներ մեծ (150X100), կտորե, փայտե ձողերով | 15 |
| Շապիկներ (բնութագիրը տեքստում) | 100 |
| Էկո պայուսակ (յուրաքանչյուր դպրոցին 10 հատ) | 80 |
| Անձեռոցիկներ` չոր (մեկ տուփի մեջ 100հատ, երկշերտ) | 15 տուփ |
| Անձեռոցիկ թաց հակաբակտերիալ` (մեկ տուփի մեջ 50 հատ) | 10 տուփ |
| Աղբի համար նախատեսված ցելոֆանե պարկեր (120լ տարողությամբ) | 20 հատ |
| Նվերների համար նախատեսված թղթե պարկեր մեծ չափսի, Առողջապահության նախարարության տարբերանշանով | 15 հատ |
| Մեկանգամյա օգտագործման գլխարկներ խոհարարների համար | 30 հատ |
| Մեկանգամյա օգտագործման ձեռնոցներ | 30 զույգ |
| Մեկանգամյա օգտագործման բաժակներ միջին չափսի | 600 հատ |
| Մեկանգամյա օգտագործման միջին չափսի ափսեներ | 400 հատ |
| Մեկանգամյա օգտագործման ալյումինե փայլաթղթե միջին չափսի ափսեներ | 20 հատ |
| Փայտե ձողիկներ մրգային ծիածանի համար (100հատ տուփի մեջ) | 3 տուփ |
| Միջին չափսի խորը թասիկներ | 20 հատ |
| Մեծ չափսի խորը թասեր | 5 հատ |
| Փայտե սկուտեղներ | 10 հատ |
| Մետաղյա մեծ չափսի գդալներ | 20 հատ |
| Վառարաններ | 2 հատ |
| Պատվոգիր | 10 |
| Շնորհակալագիր | 100 |

**ԳՆՄԱՆ ԺԱՄԱՆԱԿԱՑՈՒՅՑ ԵՎ ԱՌԱՎԵԼԱԳՈՒՅՆ ԳԻՆ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Անվանում | Չափման միավոր | Մատակարարման վայր | Կատարման ժամկետ |
| ***Առողջ ապրելակերպի արշավների լոգիստիկ սպասարկում*** | դրամ | Երևան քաղաք, 10 մարզեր | Կատարողը բոլոր գործառույթների կատարման ժամկետները հանաձայնեցնում է Պատվիրատուի հետ: |

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОЦЕССА УСЛУГ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ЛОГИСТИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ КАМПАНИЙ

Введение

Օдним из приоритетов Министерства здравоохранения является повышение грамотности населения в вопросах здравоохранения. Наше здоровье во многом зависит от нашего образа жизни. Если мы хотим меньше болеть, оставаться бодрыми, сильными, умными, готовыми к новым открытиям, радоваться каждому новому дню, наш образ жизни должен быть ЗДОРОВЫМ.

Здоровый образ жизни нельзя вести время от времени. Бывает, что люди под влиянием новых веяний/тенденций вдруг начинают есть только овощи и заниматься спортом. Но это длится несколько недель или месяц, после чего они возвращаются к прежнему образу жизни: любимому дивану, просмотру телевизора с чипсами и сладкой газировкой. Образуется порочный круг.

Здоровый образ жизни должен стать устойчивой частью приятной повседневной жизни, включающей здоровое питание, работу и поддержание спокойного равновесия, физическую активность, здоровые эмоции. Формирование культуры здорового пищевого поведения и активного образа жизни желательно начинать с раннего возраста.

В 2024 году планируется провести следующие акции:

***«Областные школьные акции по информированию о здоровом образе жизни»***

Организовать массовые мероприятия в регионах и информировать население о темах здорового образа жизни.

***Цель:***

Цель акции – создание и укрепление устойчивые идейные ассоциации среди участников, изменение отношения к здоровому образу жизни. Оно должно быть направлено на изменение поведения участников формирования здорового образа жизни.

Организовано 10 общественных акций по здоровому образу жизни.

В акции принимают участие учащиеся средних и старших классов, учителя, родители. Со школами проводятся мероприятия, направленные на повышение знаний о здоровом образе жизни. В ходе кампании проводятся следующие мероприятия:

* Прогулка: один или два километра
* Лавки со здоровым питанием
* Спортландия
* Десять игр, направленных на повышение физической активности и знаний
* Подчеркнуть важность сохранения психического здоровья
* Обучение гигиене полости рта
* Обучение определять индекс массы тела
* Скрининговые павильоны
* Презентация плакатов о здоровом образе жизни
* Хоровод.

**«КАМПАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»**

*Цель:*

Организовать «Кампанию здорового образа жизни» в 10 регионах Армении, цель которой – объединить общественность вокруг идеи здорового образа жизни. Поощрять участие разных членов семьи в акции и создать концептуальную ассоциацию «Семья-Здоровый образ жизни».

*Место*

Конкретный выбор мест в 10 марзах будет подтвержден Заказчиком после заключения контракта.

*Число участников*

*Планировать каждую кампанию на 500 участников.*

*Продолжительность: 4-4,5 часа*

*Расписание*

Мероприятия пройдут в апреле, мае, сентябре и октябре. Более конкретные даты будут подтверждены Заказчиком после подписания контракта.

*Функции:*

Походы с целью пеших прогулок по выбранным местам, Исполнитель организует походы здорового образа жизни согласно нижеприведенным требованиям:

1. Перед мероприятием посетите все области и проведите предварительное планирование мероприятия совместно с органами местного самоуправления для уточнения всех деталей.

2. Определите с Заказчиком маршрут прогулки – начало и конец.

3. Предоставьте 8 баннеров (60х120 см) с деревянными опорами, которые можно держать в руках во время похода.

4. Обеспечьте удаленный работающий динамик во время похода.

5. Во время прогулки обеспечить безопасность участников за счет сопровождения сотрудников полиции на протяжении всей прогулки, оказания первой медицинской помощи, воды.

***Меры по охране здоровья***

1. По окончании прогулки во всех марзах Исполнитель организует «Павильоны здорового питания», где учащиеся школ каждого марза представляют и развлекают участников прогулки заранее приготовленной ими здоровой пищей, делясь своими знаниями о еде. Обеспечить каждую кампанию продуктами питания, разрешенными для приготовления здоровых рецептов согласно Приложению 1.

2. Предоставить на время акции координатора продуктового павильона, который будет сопровождать процесс приготовления еды, контролировать наличие еды и обеспечивать гигиенические условия приготовления еды.

3. В ходе акции предусмотреть 25 однотонных павильонов (синего или белого цвета) и оборудовать каждый двумя небольшими (1,2мх0,8м) столиками, по 5 стульев каждый, скатертями, плакатами (300смХ30см), дизайн которых предоставит Заказчик. Обеспечивать чистоту павильонов и их оснащения во время всех кампаний. Павильоны должны быть абсолютно чистыми, ткань и металлический каркас – в свежем состоянии. После походов сдать все павильоны в вымытом и очищенном виде Заказчику: «Национальный центр обеспечения лекарствами и медицинскими товарами Министерства здравоохранения РА» (адрес: Титоградяна 14/10).

Обеспечьте безопасность стендов на протяжении всей кампании, в частности закрепив крепления.

4. Обеспечьте качественное звуковое оборудование для мероприятия на открытом воздухе с участием 500 человек.

5. Исполнитель транспортирует к месту проведения все продукты, необходимые для приготовления рецептов, определенных в Приложении 1. Перед проведением акции Исполнитель поставляет продукты для тестирования приготовления пищи во все регионы по одной порции по каждому рецепту, указанному в Приложении 1.

6. По каждой кампании Исполнитель обеспечивает логистическую поддержку согласно Приложению 2.

7. Для каждой кампании предоставить 150 рубашек со следующими характеристиками в соответствии с дизайном, предоставленным Заказчиком:

|  |  |
| --- | --- |
| Количество по размеру | |
| S | 40 |
| M | 40 |
| L | 30 |
| XL | 20 |
| XXL | 20 |
| Цвет | Белый |
| Печать | |
| Красочный | Максимум 4 цвета |
| Техника | «Сито» печати |
| Поверхность печати | На груди логотип Министерства здравоохранения, на спине агитационный слоган или слоган. Напечатать 5 типов надписей, по одному на каждой обложке. |
| Ткань | Высококачественный хлопок |

Образец должен быть согласован с Заказчиком перед печатью.

8. Предоставить подарки по каждой акции (мячи, обручи, настольные игры и т.п. согласно Приложению 2).

9. Во время акций обеспечить чистоту территории, обеспечив каждый павильон мешками для сбора мусора и мусорными баками возле каждого павильона, следить за чистотой территории. Нести ответственность за чистоту территории после проведения кампании, если она подверглась загрязнению.

10. Исполнитель обеспечивает доставку школьников из близлежащих сел в центр района, к месту проведения мероприятия. Для каждой кампании потребуется перевезти 60 учеников из 2-3 школ.

11. Обеспечить качественное звуковое оборудование для мероприятия на открытом воздухе на 500 человек.

12. Обеспечить присутствие 10 игроков во всех кампаниях для запуска выбранных Заказчиком игр. Проводить тренировки и объяснить правила игры перед походами.

13. Набирать волонтеров из школ для помощи игрокам. Объяснить волонтерам их роль.

14. Во время игр раздайте детям подарки и аксессуары согласно Приложению 3.

**Приложение 1**

**Список продуктов на одну** **кампанию (на 500 человек)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Блюдо/напиток** | **Ингредиенты** | **Как нарезать/**  **подготовить** |
| **Яблочный коктейль** | яблоко (6 кг) | нарезать небольшими кусочками и очистить |
| банан (4кг) | нарезать |
| ванилин (14 пачек) |  |
| творог (14 пачек) | нарезать небольшими кусочками |
| кефир (5л) |  |
| мед (0.5л) |  |
| **Апельсиновый коктейль** | апельсин (6кг) | нарезать небольшими кусочками |
| банан (4кг) | нарезать небольшими кусочками |
| ванилин (75г) |  |
| творог (5кг) | нарезать небольшими кусочками |
| кефир (5л) |  |
| мед (0.5л) |  |
| **роллы из куриной грудки** | лаваш (45 шт.) |  |
| сцеженный мацун (5кг) |  |
| листья салата (10пуч.) | нарезать |
| морковь (2 кг) | нарезать |
| огурец (3 кг) | нарезать |
| помидоры (4 кг) | нарезать |
| 17 кусочков куриной грудки | нарезать |
| 1 коробка соли, 3 коробки черного перца |  |
| Здоровые сладости | Орехи (2 кг) | измельчить |
| миндаль (2 кг) | измельчить |
| изюм (2 кг) | измельчить |
| мед (2л) |  |
| овсяные хлопья (5 кг) | измельчить |
| 1 коробка (15 г) кокосовой стружки  (1200 г) |  |
| 1 коробка (15 г) какао – 20 частей (1 кг) |  |
| 1 коробка (15 г) кунжута – 20 порций (15 коробок) |  |
| Абрикосы (сухофрукты) (6кг) | измельчить |
| чернослив (сухофрукты) (6 кг) | измельчить |
| **Фруктовая радуга** | 6 кг персиков/гру | нарезанный кубиками |
| 6 кг киви | нарезанный кубиками |
| 6 кг зеленого виниграда |  |
| 6 кг красного виниграда |  |
| 6 кг красных яблок | нарезанный кубиками |
| **Пицца питта** | 3 кг томатного пюре |  |
| 2 пучка сушеного базилика, тимьяна |  |
| 4 кг огурцов | нарезанный тонкими слоями |
| 8 кг консервированных черных оливок без косточек | разрезанные на паловину |
| 7 кг зеленого, желтого перца | Очищенный от семян и срезанный поперечно |
| 60 кусочков цельнозернового хлеба диаметром 25 см. |  |
| 3 кг сыра (Чеддер) | тертый |
| 1л растительного масла |  |
|  | Кусочки пиццы (диаметр 25 см) из цельнозерновой муки, 60 шт. |  |
| **Кекс из моркови** | 1,5 кг цельнозерновой муки |  |
| 1,5 кг белой муки |  |
| 300 г тертой моркови |  |
| 1,5 л растительного масла |  |
| 45 яиц |  |
| 600 г мацуна |  |
| 30 столовых ложек меда |  |
| 15 чайных ложек соды |  |
| 1 щепотка соли, карицы, ванилина |  |
| Вода | 3 блока, в каждом блоке 1 штук по 1 л |  |

**ПИТАНИЕ ДОЛЖНО БЫТЬ ДОСТАВЛЕНО НА МЕСТО МЕРОПРИЯТИЯ В ЗАРАНЕЕ ПРЕДОСТАВЛЕННОМ, УПАКОВАННОМ СОСТОЯНИИ, КОТОРОЕ БУДЕТ ОСУЩЕСТВЛЕНО В ЧИСТЫХ И ГИГИЕНИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ.**

**Приложение 2**

**Логистический сервис на одно мероприятие**

|  |  |
| --- | --- |
| Услуга | Количество |
| Павильон (3мХ3м) новый, неиспользованный | 15 |
| Стулья (семейное мероприятие/кампания) | 100 |
| Стулья (мероприятие/кампания для пожилых) | 250 |
| Столы (1.2мх0.8м) | 40 |
| Скатерти для столов (250X150)` белые из полиэстера или вискозы | 20 |
| Динамики (15-20Квт) | 2 |
| Баннеры (300սմX30սմ) | 15 |
| Баннеры для маршировки (60սմX120սմ) | 8 |
| Флаги большие (150Х100), матерчатые, на деревянных шестах | 15 |
| Флажки маленькие (20Х30) | 50 |
| Футболки (описание в тексте) | 150 |
| Футбольные мячи | 60 |
| Баскетбольные мячи | 20 |
| Валейболные мячи | 20 |
| Обручи (металлические) | 20 |
| Кегли (6 шт в одной упаковке) | 6 упаковок |
| Шахматы | 10 |
| Блендер Bosch для измельчения орехов (Объем контейнера 1 л.  количество скоростей 2, мощность 700 Вт) | 1 |
| Весы, грузоподъемностью 5 кг, механические | 1 |
| Салфетки - сухие (в одной коробке 100 шт, двухслойные) | 150 коробок |
| Антибактериальные влажные салфетки (50 шт в одной коробке) | 10 коробок |
| Целлофановые пакеты для мусора (емкостью 120 л) | 15 шт |
| Бумажные подарочные пакеты большого размера с логотипом Минздрава. | 15 шт |
| Одноразовые колпачки для поваров | 100 шт |
| Одноразовые перчатки | 100 пар |
| Для одноразового использования стаканы среднего размера | 600 шт |
| Для одноразового использования тарелки среднего размера | 300 шт |
| Одноразовые тарелки среднего размера из алюминиевой фольги | 20 шт |
| Деревянные палочки для фруктовой радуги (100 шт. в коробке) | 3 упаковки |
| Глубокие миски среднего размера | 20 шт |
| Глубокие миски большого размера | 5 шт |
| Деревянные подносы | 10 шт |
| Большие металлические ложки | 20 шт |
| Печи/Духовка | 2 шт |
| Грамота | 10 |
| Благодарственные письма | 50 |