



” A CSALÁDI ÉLETÜNKÖN VAN A FÓKUSZ

Marton Róbert színész és párja, **Parti Nóra** színésznő már egy kisfiú és egy kislány boldog szülei voltak, de az esküvő még váratott magára. Kapcsolatuk hetedik évében házasodtak össze. Szeretnének együtt megöregedni, mert hisznek abban, hogy kapcsolatról gondolkodni csakis hosszú távban érdemes.

♦ – **Hogyan ismerkedtetek meg?**

Parti Nóra: A Kőszegi Várszínház nyári produkciójára készültünk, a Sok húhó semmiért című darabot adtuk elő. A próbafolyamat közben alakult ki a vonzalom. Rá hét évre szintén Kőszegen házasodtunk össze.

Marton Róbert: Ekkor már megvoltak a gyerekek: Regő hat, Matilda hároméves volt.

– **A gyerekek születése után mennyi idő telt el, mire újra munkába álltál, Nóri?**

P. N.: Egyszer-kétszer vállaltam csak el kisebb szerepeket a Bárka Színházban, de főleg otthon voltam a gyerekekkel, kettejükkel összesen öt évig. Én ugyanis nem lemondásként éltem meg a szülővé válást, és egyáltalán nem féltem attól, hogy valamiről lemaradok szakmailag. A közös fészek volt a legfontosabb. Karrier szempontjából sosem vágytam szédületes magasságokba, megelégszem azzal, amit az élet ad, hálás vagyok a lehetőségeikért, de inkább hajlandó vagyok lemondani munkákat csak azért, hogy elegendő időt töltssek a gyerekeimmel. Úgy vagyok velem, hogy ha már engem „választottak” édesanyjuknak, akkor kötelességem részt venni a mindennapjaikban.



– Egy gyermek érkezésével nemcsak a teljes családi dinamika rendeződik át, de változás állhat be a párok tagjainak habitusában, élethez való hozzáállásában is. Titeket miben változtatott meg a családalapítás?

P. N.: Én a gyerekek születése előtt egy rendkívül makacs és önfejű ember voltam, aki nemigen tudta elképzelni, hogy valaha valakivel kompromisszumot köt. Vagy most is ilyen vagyok, Robi?

M. R.: Nyomokban még tartalmazol makacsságot, de ez minden. (nevet)

P. N.: Régebben mindig mentem a saját fejem után, szabadon, és csak az érdekelt, hogy nekem mi a jó. Mióta a gyerekek velünk vannak, ők a főnökök, és én képes vagyok háttérbe szorítani a saját igényeimet.

M. R.: Én módfelett szétszórt, túlságosan dilemmázó voltam, olyan, aki nemigen találta a fókuszot. Ezekből a tulajdonságokból mostanra töredékek maradtak.

– Sosem voltatok egymás szakmai sikereire féltékenyek?

P. N.: Az a mi szerencsénk, hogy egyikünk sem karriérista, ezért a mi kapcsolatunk mindig is híján volt szakmai féltékenységnek. Örülünk, ha van munkánk, de mint említettem, a családi életünkön van a fókusz. Én egyébként nagyon szeretem, ha Robinak hangszer is van a keze ügyében előadás alatt, mert úgy sokkal szabadabb a játéka. Csodás zenéket ír, a Karinthy Színházban bemutatott A piszkosak című előadásban például énekel, és a dalokat is ő szerezte. A közönség imádta!

M. R.: Szerintem Nóri a színpadon nem tud hibázni. Elfogult vagyok, tudom, de szeretem, ahogyan létezik a színpadon. A szabadságot minden szerepében meg tudja valamilyen formában mutatni, még akkor is, ha egy karakter egyébként nem enged ennek túl nagy teret.

– Hogy álltok az ismertséggel? Csak azért kérdezem, mert ha az ember csaknem másfél évtizede szerepel egy napi sorozatban, vagy rendszeresen látható színházban, akkor bizony felismerik a rajongók a boltban, az utcán...

M. R.: Egyikünk sem úgy kel fel reggelente, hogy az jár a fejünkben, hogy felébredt Marton Róbert színész és Parti Nóra színművésznő, és milyen ruhát vegyünk fel, hogy úgy nézzünk ki, mint a színészek.

P. N.: Inkább álcázzuk magunkat napszemüveggel, szabadidőruhával. Időnként a hangom szokott lebuktatni.

– „Színpadi smink és jelmez nélkül nem vagyok túlzottan érdekes” – mondtad nekem nem is olyan régen, Nóri. Színészként jóval nagyobb az önbizalmad, mint magánemberként?

P. N.: Magánemberként nincs túlzott igényem arra, hogy odafigyeljenek rám, jelmez és smink mögött viszont szabadabb vagyok, és bátran szólok meg. Ugyanakkor a munkában is jellemző rám az elbizonytalanodás: minden próbafolyamatot azzal a dilemmával kezdek, hogy vajon alkalmas vagyok-e a szerepre.

– Te hogy állsz az önbizalommal, Robi?

M. R.: Én már többször abba akartam hagyni a szakmát, de mindig jöttek olyan impulzusok, amik nem hagyták, hogy hátat fordítsak. Ilyen például mostanság a zeneszerzés és a dalszövegírás.

– Milyen mintákat szeretnétek továbbadni a gyerekeiteknek?

P. N.: Igyekszem tudatosítani a gyerekeinkben, hogy mennyire fontos a szabadság, vagyis az, hogy önállóak legyenek, és ne engedjék, hogy bárkitől függjenek. Azt is gyakran mondogatom, hogy legyenek egyenesek, ha valakivel kommunikálnak, mondják meg őszintén, amit gondolnak, még akkor is, ha ez a fájdalmasabb út. És a legfőbb, hogy ne hagyják a belső hangjukat elhallgattatni ebben a zajos világban.

M. R.: Mindkét gyerekünk sportol – először Nóri hangsúlyozta a mozgás fontosságát, de én is nagyon támogatom.

A sport – bármennyire is elcsépelten hangzik – kitartásra és csapatban gondolkodásra tanít.

P. N.: Engem sok krízishelyzetből hozott már ki a sport. A gyerekeknél is ezt látom: edzés előtt még zizegő kis örültek, edzés után pedig valóságos kis Buddhák lesznek.

– Melyek azok a tulajdonságok, amelyeket különösen szerettek egymásban, és amelyek miatt felnéztek egymásra?

P. N.: Kezdjük ott, hogy én nem szeretek felnézni. Egymásra nézni – én inkább ezt preferálok. Nagyon szimpatikus Robiban, hogy végtelenül nyugodt. Talán pont azért, mert én lobbanékony vagyok. Ő egy dolgot több oldalról is megvizsgál, én viszont csak megyek előre, mint egy harcos, sokszor meggondolatlanul. Robi néha rám szól, hogy lassítsak, ami roppant idegesítő tud lenni, vagyis pont az idegesít fel, amit a leginkább szeretek benne, de ez így van jól. Remekül kiegészítjük egymást. Szeretnék Robival megöregedni.

M. R.: Nóri vehemenciája, és az, hogy inkább az ösztöneire hallgat, néha sokkal hatékonyabb, mint az én megfontoltságom, dilemmázásom. Én igenis szeretek rá felnézni, és nagyon bírom, hogy mindig egyenes és karakán.

– Másfél évtizede jártok közös úton. Ekkora rutinnal mit tanácsolnátok az újdonsült pároknak?

P. N.: A mai világban rengeteg impulzus éri az embert. A legtöbben folyton az újat, a szebbet, az izgalmasabbat keresik, rendületlenül vásárolnak, cserélnek, fogyasztanak. Én amondó vagyok, hogy legalább egymást ne fogyasszuk. Én például újra meg újra felteszem a kérdést, hogy miért is szerettem bele a páromba. Ez segít túllendülni a vitákon. Nyilván könnyebb háromévente új kapcsolatba kezdeni, mint együtt maradni évtizedekig, de szerintem az az út kevésbé gyümölcsöző.

M. R.: Én úgy látom, hogy az emberek nagy része, amikor megismerkedik valakivel, elfelejt meghozni egy döntést, amihez tarthatná magát hosszú távon. Márpedig egy kapcsolatot érdemes hosszú távra tervezni, és közösen, szövetségben gondolkodni róla. ♦



A nyár legmenőbb párosa

kolping.hotel.hu

bobofunpark.hu



SZÖVEG –
**BALKUNÉ
SZÜCS EMESE**
tanácsadó
szakpszichológus

ELLOPTÁK AZ ÉLETEMET!

Mi az a poszt-Covid-szindróma?

Pszichológusként az a benyomásom, hogy sosem volt ennyi pszichés problémával küzdő kliens, mint amennyi az elmúlt évben beáramlott a tb által támogatott rendelőkbe és a magánpraxisokba. Mivel elsősorban gyerekekkel és fiatalokkal foglalkozom, engem leginkább a fél évig online oktatásban kornyadozó középiskolások árasztottak el különböző szorongásos és hangulatzavarokkal. A járvány következményeként megjelent egy új tünetegyüttes, amely a betegségen átesett embereket érinti. A poszt-Covid-szindróma különböző idegrendszeri és lelki panaszokkal jár. Mit tehetünk, ha még hónapokkal a fertőzést követően is szenvedünk?

- ◆ Számomra eleinte nem volt nyilvánvaló azoknak a klienseknek a problémája, akik ugyan a depresszió tüneteivel jelentkeztek nálam, de ha alaposabban megvizsgáltam a háttérben rejtőző okokat, akkor a pandémia következtében fellépő testi és lelki megpróbáltatásokon túl nem találtam egyéb indokot a hangulatzavar hátterében. Ilyenkor

a klasszikus depressziós gondolkodás nem tapasztalható, általában nem jellemző az önvád, a bűntudat, a mélyebben gyökerező önértékelési zavar. Leginkább vegetatív kimerültségnek nevezhetnénk azt az állapotot, amiben a betegek vannak.

„NEM TUDOK KIMÁSZNI AZ ÁGYBÓL”

A serdülők körében az egyik leggyakrabban megfogalmazott tünet a motiválatlanság és a tehetetlenség, amikor a kamasz egész nap fel sem kel, ugyanakkor alig alszik. Hullafáradt, fáj a feje, és képtelen koncentrálni. A középiskolai tanárokat érhetően frusztráló lenémított, a fiatal kilétéről csupán egy monogrammal árulkodó fekete képernyő mögött nem ritkán kócos, pizsamás, depri-mált fiatalok bujkáltak hónapokon keresztül. Engem leginkább a télire pincébe száműzött, kínjában kicsírázott krumplira emlékeztetnek, amelyet már nem szívesen használunk fel a konyhában, de valamit azért kezdeni kell vele, ha már eddig őrizgettük.

A fáradékonyság, erőtlenség és rossz hangulat hátterében többnyire súlyos veszteségélményre irányuló fájdalmas gondolatokra lelhetünk: „a vírus elrabolta az életemet, tönkretette a kapcsolataimat, elválasztott a közösségtől, eltiltott a hobbijaimtól”. Hasonló tapasztalatokat többé-kevésbé minden serdülő szerzett az elmúlt időszakban, ám azok, akik átestek a fertőzésen, valóban megélhették a veszélyt, akár halálfélelem formájában is. A bizonytalanság, a félelem a betegségtől komoly szorongásos és pánikreakciókat is okozhatott náluk. A pincehasonlatnál maradván ők azok a rémült egérkék, akiket a macska elkapott, eljátszogatott velük, majd mégsem ette meg őket, és most attól rettegnek, mikor tér vissza.

LÁTHATATLAN IMPOSZTOR

Mára kiderült, hogy ha lehetséges is véglegesen legyőzni a vírust, az hosszú küzdelem lesz. Sőt, még azzal is szembesültünk, hogy ha átestünk a betegségen, akkor sem vagyunk védettek, készülhetünk a következő támadásra, amely nem kíméli a sportos, erős, fiatal embereket sem. Úgy tűnik, háborús helyzet áll fenn, ahol egyelőre legfeljebb csatákat nyerhetünk. Vagyis nem tudunk arra készülni, mikor lesz végre vége, csupán alkalmazkodhatunk a helyzethez. De mégis hogyan?

Mint minden krízis vagy vészhelyzet esetében, először szembe kell néznünk a valósággal. Nincs értelme szépitni, hamis illúziókat táplálni, amelyek elaltatják az éberségünket, meggondolatlansághoz és

óvatlansághoz vezetnek. Ám a katasztrófizálás sem célszerű, így az erre irányuló logikai hibákra érdemes mihamarabb ráirányítani a beteg figyelmét. Gyakran a fertőzésen átesettek szervezete a gyógyulást követően is vészüzeneteket küld, például heves szívdobogás, légszomj vagy eltérő fájdalmak formájában, amit csupán a gondolatok átstrukturálásával nehéz lenne orvosolni. Ilyenkor magával a testtel is foglalkoznunk kell: különböző relaxációs technikák tanításával érhetjük el a benne kódolt vészreakciók oldódását. A tudatos jelenlét gyakorlataival segíthetjük a jövőtől rettegés vagy a múlton rágódás helyett a jelenre fókuszálni a figyelmet.

BELSŐ UTAZÁS

Amikor kilátástalannak látszó külső helyzettel, vagy vissza nem fordítható veszteségekkel szembesülünk, akkor saját erőforrásaink felé fordulva tudunk felülemelkedni szenvedésünkön. A fiatalok sem bírják egyformán kiaknázni a képzeletük adta lehetőségeket, ám léteznek olyan egyszerűbb imaginációs technikák, amelyeket szinte bárki alkalmazhat. Ilyen például a biztonságos hely elképzelése, amit mindenkinek megtanítok, akivel relaxálni kezdünk, vagy a belső erőforrások facilitálása. A poszt-Covid-betegek esetében legtöbbször nincs is szükség többre, hiszen nem a kora gyermekkorra visszanyúló traumák feldolgozása a cél. Léteznek már poszt-Covid-ambulanciák is, ahol kifejezetten ilyen pácienseket kezelnek. Persze előfordul, hogy éppen a járvány miatti kiszámíthatatlanság irányítja a figyelmet mélyebben húzóódó konfliktusok meglétére, azok fellángolása hosszabb terápiás folyamatot igényelhet.

„VISSZASZERZEM AZ ÉLETEMET”

Olyankor nyugszom meg egy depresszív tünetekkel jelentkező klienssel kapcsolatban, amikor elkezdi tervezgetni a mindennapjait. Igyekszem magam is segíteni őt, hogy visszaszerezze a kontrollt a saját viselkedése fölött. Első lépésként megtervezzük a napirendjét, amelyben helyet kapnak a rutincselekvések mellett a kötelező és örömteli tevékenységek is. A serdülők többnyire nem hajlandóak naplót írni, de azért rávehetőek valamilyen önmegfigyelésre, amely szükséges a visszaigazolóshoz. Ehhez különféle táblázatokat használunk, és egyre gyakrabban a telefonjukban elraktározott formában, együtt töltjük ki az első pár rubrikát példaképpen. A kamaszok hajlamosak az előre kialakított cselekvési terveket felülírni, de már az is haladás, ha valami mást tesznek a semmittevés helyett. ♦



SZÖVEG –
VÉSSEY MIKLÓS

SOROZAT –
APA, KEZDŐDIK!

ÉDESES TEHER

A piros lámpánál állok, és nézem, ahogy egy apa a karjába veszi, és átviszi előttem a zebrán a gyerekét. Szinte mindennapi látvány, mégis, figyelve az apa erőteljes, ugyanakkor gyengéd mozdulatait, teljesen érzékenyülök. Már-már könnyezni kezdek, amikor zöldre vált a lámpa. Pedig nincs ebben semmi különös, sokszor látni ilyesmit az utcán. Mégis mi lelt hirtelen, hogy ekkora hatással volt rám ez a teljesen hétköznapi kép?

◆ Talán mert egyszerre volt végtelenül személyhez szóló és egyetemes. Hiszen a saját fiát vitte, mégis, évezredek óta cipelik az apák az övéhez hasonló erőteljes gyengédséggel a rájuk bízott utódokat. A háború elől menekülve, akár egy egész kontinensen át. A kórház lépcsőin, mert a csemete legyengült a betegségtől. Az ágytól a kerekesszékiig, mert az apa lába egyben a gyereké is. Egy hosszú gyalogúton, mert a gyerek elfáradt, és nem bír továbbmenni. Nevelő célzattal, mert ha nem kapnák fel, a kicsi toporzékolva rohanna ki az autópályára. Játékból, mert apa nyakából egészen másképp fest a világ. Az autótól az ágyig, mert a gyerek elszenderedett útközben, és senkinek sincs szíve felébreszteni.

Legszívesebben kezet ráztam volna azzal a vadidegen, középkorú férfival. Végtelenül hálás voltam neki, talán ezért érzékenyültem el annyira. Mert nemcsak a saját fiát vitte azzal a férfias gyengédséggel, amilyennel talán Jézus vihette a kereszteset, hanem kicsit az enyémet is. Meg persze engem is, hiszen én is voltam gyerek. Ott és akkor teljesen biztos voltam benne, hogy ha úgy hozná a sors, kérdés nélkül cipelném az ő fiát, és ő is az enyémet. A miénket, mert van ebben valami közös, akkor is, ha egyáltalán nem ismerjük egymást. Apák vagyunk, tehát a karunkban tartjuk a következő generációt. Mindegy, hogy öntudatlanul szuszognak, lihegnek az izgalomtól, vagy levegőt sem vesznek félelmükben, mert így is, úgy is ránk vannak bízva, a mi nyakunkba csimpaszkodnak. Hiszen nincs annál jobb, mint amikor visz minket valaki, aki nagyobb nálunk, és akiben feltétlenül bízhatunk.

Idővel úgyis elég erősek lesznek ahhoz, hogy a saját lábukra álljanak. Sőt, talán ők is vinni fogják az övéiket. Érdekes erre gondolni, amikor elfáradunk: csatárláncban állunk egy gátnál, és csupán annyi a dolgunk, hogy mint egy homokzsákot, továbbadjuk az életet. Persze lesznek pillanatok, amikor úgy érezzük, hogy nem bírjuk tovább. Ezért olyan fontos, hogy mi is erősen kapaszkodjunk egy nálunk nagyobb valakibe. Abba, aki mindannyiunkat a hátán cipel a kezdetektől fogva. Egészen biztos, hogy ő nem fog minket a földre ejteni. ◆



SZÖVEG –
ACZÉL PETRA nyelvész, kommunikációkutató

SOROZAT –
KÖZVILÁGÍTÁS

HA FÉRFI VAGY, HÁZASODJ, HA NŐ, HAGYD A CSUDÁBA...

Valahogy így fogalmazott *Paul Dolan*, a London School of Economics viselkedéstudósa 2019-ben, a brit Hay-fesztiválon. Azokat a tudományos kutatásokat (pontos utalás nélkül) foglalta össze, amelyek szerint a férfi megnyugvást nyer a házasságban, a nő viszont semmit, sőt. Inkább veszít, hiszen hamarabb hal meg és kevésbé kap megerősítést. Olyannyira így van ez Dolan szerint, hogy kimondható: a legboldogabbak a soha nem házasodó, gyermektelen nők.

♦ Ő úgy látja, hogy bár a tudományos eredmények azt mutatják, a házas emberek általában boldogabbak, mint a nem házasok, ez csak azért van így, mert olyankor kérdezik őket a kutatók, amikor a házastársuk is a szobában van... A Mintel – egyébként marketinggel foglalkozó – elemző cég pedig 2017-ben hozott ki olyan eredményeket, amelyek azt mutatták, hogy az egyedülálló nők 61%-a, míg a szingli férfiak 49%-a boldog egyedül. Mi a magyarázat? A nőket a házasság és házi munka sokkal jobban érinti, és látszólagos boldogtalanságuk, amiért nem találnak párt, csak azért van, mert a társadalom megbélyegzi őket.

2020 előtt nyilatkozott így a neves professzor. Vajon mit mondana most, 2021-ben, a Covid után? Biztosan merné állítani, hogy a legboldogabbak azok a nők, akiknek nincs házastársuk és gyermekük? Hogy jó lehetett másfél évet félig vagy egészen bezárva, a betegségtől félve, de elsősorban csak magukért aggódva tölteni? Az emberi boldogságról szóló tudománynak vajon mekkora a felelőssége?

De 2019-ben más is történt. Egy amerikai ismert személyiség, *Sam Roberts* azt tweetelte ki közösségi oldalára, hogy életében azt bánja leginkább, hogy gyereke

született... Sokan estek neki a kommentelők közül, de néhány médiacég úgy gondolta – ehhez kutatásokat is idézve –, hogy ez csak azért van, mert az emberek nem mernek őszintén beszélni arról, mennyi boldogtalanságot okoz a gyermek. Hogy a társadalmi normákkal elnyomott némák mennyire szenvednek attól, hogy egy következő generációért feleljenek. Facebook-csoport is alakult ezzel a címen: „I regret having children” – „Bánom, hogy vannak gyerekeim”. 26 000 tagja van...

Nem tudom, Önök hogy vannak ezzel, de ilyesmikről olvasva az embernek fel kell állnia... Mintha valami különleges homályos fergeteg előtt ki kellene egyenesednie, és szembenéznie vele... És bátran megkérdezní: ki mondta, hogy az emberi életnek a folyamatos boldogságról kell szólnia? A tudomány vajon az igazság letéteményese? Hogyan lehet, hogy a Facebook nem moderál ki egy ilyen csoportot, amely gyermekek létén sajnálkozik? Miért kell minden valaha előtörő, futó vagy egyedi rosszérzést filozófiává, közhangulattá, „szabadsággá” tenni? Miért nem félünk attól a szeretetlenségtől, amit az individualizmus diktál a megértés álarca mögött?

Szerintem így, felállva, könnyebb lesz válaszolni is. ♦



SZÖVEG –
JEAN ORSOLYA

Készült a  KINCS  együttműködésével.

PÁLYÁZAT

OKOS MEGOLDÁSOK A CSALÁDNAK

Értéket, hagyományokat megőrizni, a családok hétköznapjait megkönnyíteni nemcsak régi, bevált módszerekkel lehet, sőt, egyre nagyobb szükség van a fiatalabb generációkat is megszólító innovatív megoldásokra. Nemzetközi szinten is egyedülálló kezdeményezésként ezzel a szándékkal hirdetett pályázatot már működő startupok számára a KINCS Smart Family Centrum. A Központ feladata, hogy jobban összekapcsolja a családok és az innováció világát. A Kopp Mária Intézet a Népesedésért és a Családokért (KINCS) által elindított KINCS Smart Family Nagydíj 2021 startup verseny célja, hogy támogassa azokat a vállalkozásokat, amelyek újszerű megoldásaikkal könnyebbé teszik a családok életét.

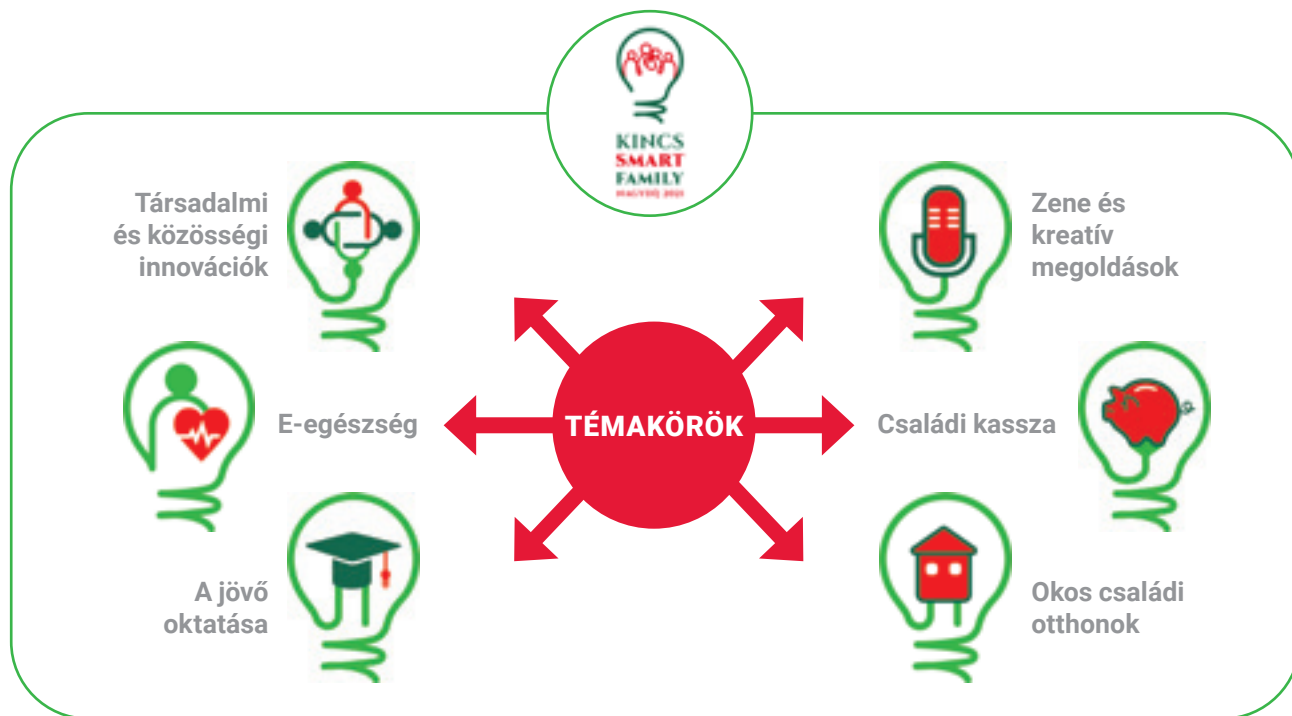
◆ HAGYOMÁNYŐRZÉS ÉS INNOVÁCIÓ

A család a közösségeink alapja, motorja, legkisebb és legmeghatározóbb egysége. Közben fontos, hogy megőrizzük hagyományos értékeit, közben azt is látjuk, hogy a hétköznapok, a családi élet logisztikája sokszor akarva-akaratlanul is okos megoldásokért kiált.

Ha belegondolunk, a család és az innováció egyáltalán nem állnak távol egymástól. Aki családban él, az tudja, hogy mindig adódnak olyan helyzetek, amelyeket ügyesen kell megoldani. A családban az újratervezés, a kreativitás és az innováció a mindennapok része: amikor anyuka és apuka megtervezi a gyerekek szállítását, vagy home office-ban, két számítógéppel kell megoldani három gyermek online óráját, vagy amikor mindenki igényét, időbeosztását összehangolva kell jó előre eltervezni a többhetes nyári szünetet.

„A családok életében sok olyan helyzet, szokás, mindennapi rutin van, amelyek során jól jönne egy okos, innovatív

megoldás. Miért ne hozhatnánk be ezeket a hétköznapjainkba, és miért ne támogathatnánk ezeket? A gyermekeink, a fiatalok adhatják hozzá a technológiai tudásukat, kreatív ötleteiket, az idősebb generációk pedig a hagyományokat és az értékes tapasztalatokat. Hiszen erről is szól a család: a különböző korosztályok úgy tudnak együttműködni, hogy közösen találják meg a választ az előttük álló kihívásokra. A családoknak éppen ez az egyik legnagyobb ereje: a különböző korosztályok együttműködésével tud értéket teremteni” – mondta **Novák Katalin** családokért felelős miniszter a Smart Family Nagydíj 2021 elnevezésű startup verseny meghirdetésén. A Kopp Mária Intézet 2018 óta dolgozik a családokért, és a KINCS Smart Family Centrumot azzal a céllal indította el, hogy ösztönözze a családokhoz kapcsolódó innovációs projektek és programok megvalósulását. Ezért hirdették meg a KINCS Smart Family Nagydíj 2021 pályázatot is.



HAJRÁ CSALÁDOK, HAJRÁ STARTUPOK!

„A startupok világa dinamikusan fejlődik, az elmúlt években egyre több versenyt rendeztek meg, ám a KINCS Smart Family Nagydíj egyedülálló abból a szempontból, hogy kifejezetten a családokat célzó megmérettetés, amelyre eddig még nem volt példa” – emelte ki **Fűrész Tünde**, a KINCS elnöke a pályázat különlegességét.

A Nagydíj célja, hogy olyan hatékony megoldásokat kutasson fel, amelyek erősítik a családi kapcsolatokat, segítséget nyújtanak a családok egészségének megőrzésében, különböző generációk számára biztosítanak modern eszközöket az egész életen át tartó tanuláshoz, az otthonokban használható okos megoldásokkal időt takarítanak meg, erősítik a generációk pénzügyi tudatosságát, szórakozási és fejlődési lehetőségeket biztosítanak a családok számára az együtt töltött minőségi időben.

AKIK JÓ PÉLDÁVAL JÁRNAK ELŐL: GYEREKKEL.COM

A gyerekkel.com egy gyermekbarát hely- és élményprogram-kereső platform, amely segít a szülőknek, hogy különböző szűrők segítségével gyorsabban és egyszerűbben találjanak olyan helyeket vagy programot, ami élményt és kényelmet nyújt az egész családnak. Az applikáció lehetővé teszi, hogy a szülők például egy nyaralás során is rátaláljanak a közelben található

játszósarokkal vagy pelenkázóval rendelkező éttermekre, játszóházakra és játszóterekre, illetve értesüljenek a közelgő koncertekről, bábszínházi előadásokról és más gyermekprogramokról is. A látogatók fényképes értékelésükkel interaktívan segíthetik a többi szülőlt a döntésben.

„Augusztus 15-ig olyan magyarországi székhelyű cégek jelentkezését várjuk, amelyek legalább prototípussal, de akár már piacon megtalálható, a családok életét megkönnyítő termékekkel, szolgáltatásokkal rendelkeznek. A koronavírus-járvány miatt megváltozott családi feladatokhoz alkalmazkodó megoldásokat fejlesztő cégek pedig előnyt élveznek” – mondta **Szalai Piroska**, a KINCS Smart Family Centrum vezetője a versenyről.

Pályázni hat kategóriában lehet: társadalmi és közösségi innovációk, e-egészség, a jövő oktatása, okos családi otthonok, családi kassza, zene és kreatív megoldások. A verseny három fordulóból áll: a jelentkezés után előszűrést tartanak, az elődöntőbe jutó vállalkozásoknak szeptemberben három percben kell bemutatniuk terméküket, szolgáltatásukat, majd a kategória legjobbjai bekerülnek a döntőbe, ahol a zsűri választja ki a nyerteseket. A verseny összdíjazása hatmillió forint, emellett különdíjjal jutalmazták a legjobb női vállalkozót. A beérkezett pályázatokat neves, szakmai zsűri értékeli majd. További részletek a www.smartfamily.hu oldalon találhatóak. ♦