

PREDMET PODPORY NFP

Fördergegenstand

Príloha č. 2 Zmluvy o poskytnutí NFP
Anhang Nr. 2 des EFRE Vertrags

1. Všeobecné informácie o projekte

1. Allgemeine Projektinformationen

Názov projektu: <i>Projektbezeichnung:</i>	Centrum aktívneho starnutia - kompetenčné centrum pre pohybovú aktivitu, prevenciu a podporu zdravia seniorov <i>Centre of Active Ageing - Kompetenzzentrum für körperliche Aktivität um Alltag; Prävention und Gesundheitsförderung bei Senioren</i>
Akronym projektu: <i>Projektkronym:</i>	CAA
Projektcode: <i>Kód projektu:</i>	
Kód ŽoNFP: <i>Code des Projektantrags:</i>	B205
Operačný program: <i>Kooperationsprogramm:</i>	Interreg V-A Slovenská republika - Rakúsko <i>Interreg V-A Slowakei - Österreich</i>
Spolufinancovaný z: <i>Kofinanziert aus:</i>	Európsky fond regionálneho rozvoja <i>Europäischer Fonds für regionale Entwicklung</i>
Prioritná os: <i>Prioritätsachse:</i>	4. Posilnenie cezhraničnej správy a inštitucionálnej spolupráce <i>4. Förderung der grenzüberschreitenden Governance und der institutionellen Zusammenarbeit</i>
Špecifický cieľ: <i>Spezifisches Ziel:</i>	1.1 Posilnenie spolupráce kľúčových aktérov v regionálnom inovačnom systéme s cieľom zlepšenia prenosu poznatkov, budovania kapacít a spoločných rámcov, spoločných výskumných a inovačných činností a spoločných výskumných zariadení <i>1.1 Stärken der Zusammenarbeit von Schlüsselakteuren im regionalen Innovationssystem, um den Wissenstransfer, den Aufbau von Kapazitäten und die Einrichtung gemeinsamer Rahmenbedingungen sowie gemeinsame Forschung und Innovationstätigkeiten und gemeinsam genutzte F&E-Einrichtungen zu fördern.</i>

Kategorizácia za Špecifické ciele

Kategorisierung der spezifischen Ziele

Špecifický cieľ: <i>Spezifisches Ziel:</i>	4.1 Posilnenie inštitucionálnej spolupráce v cezhraničnom území prostredníctvom mobilizácie partnerov a vytvorenie kapacít na plánovanie a konanie v rámci viacúrovňového riadenia <i>4.1 Stärkung der institutionellen Kooperation in der grenzüberschreitenden Region durch das Mobilisieren von Akteuren und durch Kapazitätsaufbau für Planung und Maßnahmen im Rahmen grenzüberschreitender Governance.</i>
---	---

Oblasť intervencie: <i>Interventionsbereich:</i>	120 Budovanie kapacít pre zainteresovaných, ktorí poskytujú vzdelávanie, celoživotné vzdelávanie, školenia a zamestnanosť, sociálna politika zahŕňajúca sektorálne a teritoriálne pakty za účelom mobilizovania reforiem na národnej, regionálnej a miestnej úrovni <i>120 Kapazitätsaufbau für Bildungsinstitutionen, die lebenslanges Lernen, Schulungen und Beschäftigung , Sozialpolitik einschliesslich sektoraler und territorialer Pakte zur Mobilisierung von Reformen auf nationaler, regionaler und Gemeindeebene</i>
Hospodárska činnosť: <i>Wirtschaftszweig:</i>	19 Vzdelávanie 19 Bildung

Štátna pomoc

Staatliche Beihilfe

Štátna pomoc:	NIE
<i>Staatliche Beihilfe:</i>	<i>NEIN</i>

2. Financovanie projektu

2. Projektfinanzierung

Forma financovania: 01 nenávratný finančný príspevok

Finanzierungsart: 01 nicht rückzahlbare Förderung

3.A Miesto realizácie projektu

3.A Ort der Projektumsetzung

P.č. Lfd.- Nr.	Štát Staat	Región (NUTS II) Region (NUTS II)	Vyšší územný celok (NUTS III) Höhere Gebietseinheit Landkreis (NUTS III)	Okres (NUTS IV) Bezirk (NUTS IV)	Obec Gemeinde
1	Rakúsko Österreich	Niederösterreich	Sankt Pölten	St. Pölten, St. Pölten-Land	
2	Rakúsko Österreich	Niederösterreich	Mostviertel-Eisenwurzen	Melk	
3	Rakúsko Österreich	Niederösterreich	Waldviertel	Krems an der Donau, Krems-Land	
4	Rakúsko Österreich	Niederösterreich	Wiener Umland/Nordteil	Gänserndorf, Tulln	
5	Rakúsko Österreich	Niederösterreich	Wiener Umland/Südteil	Bruck an der Leitha	
6	Rakúsko Österreich	Burgenland	Nordburgenland	Neusiedl am See	
7	Slovensko Slowakei	Západné Slovensko Westslowakei	Trnavský kraj Trnava Region	Dunajská Streda	
8	Slovensko Slowakei	Bratislavský kraj Bratislava Region	Bratislavský kraj Bratislava Region	Bratislava I, Bratislava II, Bratislava III, Bratislava IV, Bratislava V, Malacky, Pezinok, Senec	

3.B Miesto realizácie projektu mimo oprávneného územia OP

3.B Ort der Projektumsetzung außerhalb des förderfähigen Programmgebiets

P.č. Lfd.- Nr.	Štát Staat	Vyšší územný celok (NUTS III) Höhere Gebietseinheit Landkreis (NUTS III)	Okres (NUTS IV) Bezirk (NUTS IV)	Obec Gemeinde
----------------------	---------------	---	-------------------------------------	------------------

4. Popis projektu

4. Projektbeschreibung

Stručný popis projektu Kurze Projektbeschreibung

SK:

Centrum aktívneho starnutia (CAA) je jedinečný, inovatívny projekt zameraný predovšetkým na zlepšenie podmienok pre podporu zdravia seniorov. Jedinečnosť a inovatívnosť nášho projektu spočíva v poskytovaní unikátneho „Programu prevencie a podpory zdravia seniorov v CAA“ (viď nepovinná príloha č. 1 ŽoNFP: Špecifikácia jedinečnosti a vyjadrenie k štátnej pomoci). Cieľom projektu je vytvorenie takých podmienok, t.j. zodpovedajúcej sociálnej infraštruktúry, aby bolo možné poskytovať tento program čo najširšej populácii seniorov vo vekovej kategórii 60+, pričom bude kladený dôraz na **rovnosť prístupu pre obyvateľstvo na oboch stranách cezhraničného regiónu**. Na základe predchádzajúceho vedeckého výskumu je preukázané, že pohybová aktivita a jej integrácia do života seniorov, má kľúčový vplyv na zdravie, kvalitu života a mieru sociálnej inklúzie seniorov slovensko-rakúskeho cezhraničného regiónu. Náš projektový zámer bude implementovaný prostredníctvom cezhranične koordinovaného zvyšovania úrovne sociálnej infraštruktúry a služieb pre seniorov cezhraničného regiónu, ktorá je doplnená cezhranične koordinovanou implementáciou informačnej kampane zameranej na zvýšenie povedomia o význame a možnostiach pohybovej aktivity seniorov.

Tento projekt vznikol na základe už 14 rokov trvajúcej odbornej spolupráce dvoch vedeckých tímov, ktoré sa venujú výskumu pohybovej aktivity, rehabilitácie a zlepšovaniu zdravia seniorov. Cezhraničný, rakúsko-slovenský projektový tím, ktorý úspešne implementoval už 4 projekty v rámci programu Interreg. Zámer projektu je prispieť k dosiahnutiu cieľov stanovených v rámci investičnej priority 11b, prioritnej osi 4 v súlade so stratégiou EU pre integráciu pohybovej aktivity do života občanov cezhraničného regiónu za účelom podpory a zlepšovania ich zdravia¹. Cieľom projektu a zároveň aj dlhodobým cieľom oboch partnerov, na ktorom intenzívne pracujú už od prípravnej fázy projektu, je zabezpečiť, aby bola sociálna infraštruktúra a služby dostupné čo najširšej populácii seniorov 60+ na oboch stranách cezhraničného regiónu, počas a zároveň aj dlhodobo po ukončení implementácie projektu. Dlhodobé zabezpečenie rovnosti prístupu k poskytovaným službám pre občanov Slovenska aj Rakúska plánujú projektoví partneri zabezpečiť prostredníctvom spolupráce so slovenskými a rakúskymi zdravotnými poisťovňami (viac v sekcii C.2.3. Udržateľnosť projektu). Projektoví partneri sa príprave tohto projektu venujú od roku 2014 a, že ide o projekt kvalitný, so skutočnou spoločenskou dôležitosťou a významom, dokladá aj zoznam cezhraničných strategických partnerov projektu, ktorých okruh sa priebežne stále rozširuje.

DE:

Das Center of Active Ageing (CAA) ist ein einzigartiges, innovatives Projekt, das vor allem die durch die Förderung der körperlichen Aktivität, den Gesundheitszustand von Senioren verbessern soll. Dies hat Auswirkung auf die Lebensqualität und die soziale Integration von älteren Menschen in der österreich-slowakischen Grenzregion wie frühere wissenschaftliche Untersuchungen gezeigt haben. Die Einzigartigkeit und Innovationskraft unseres Projekts liegt in der Bereitstellung eines einzigartigen "Programms zur Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren" (siehe optionale Beilage 1 zur ZoNFP: Spezifizierung der Alleinstellungsmerkmale und Erklärung der staatlichen Beihilfe). Das Ziel soll durch eine koordinierte, grenzüberschreitende Modernisierung der sozialen Infrastruktur und Dienstleistungen sowie einer grenzüberschreitenden Informationskampagne mit dem Schwerpunkt des gleichberechtigten Zugangs beider Länder für ältere Menschen in der Region erreicht werden.

Dieses Projekt basiert auf einer langjährigen (14 Jahre), professionellen Kooperation von zwei wissenschaftlichen Teams zur Erforschung der Bewegung, physikalischer Therapie und deren Integration in den Alltag der Senioren, um Krankheiten vorzubeugen und die Gesundheit zu fördern. Das Projektteam, hat bereits vier erfolgreiche Projekte im Rahmen des Interreg-Programms implementiert, und beabsichtigt in diesem Programmzeitraum zur Erreichung der in der Investitionspriorität 11b, Prioritätsachse 4 festgelegten Ziele im Einklang mit der EU-Strategie zur Integration körperlicher Aktivität beizutragen.

¹ Cavill, N.- S. Kahlmeier- F. Racioppi (2006). Physical activity and health in Europe: evidence for action. Copenhagen: WHO Europe. ISBN 92 890 1387 7
(http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0011/87545/E89490.pdf)

Die unmittelbaren und langfristigen Ziele beider Partner, die seit der Vorbereitungsphase des Projekts intensiv daran arbeiten, ist es, sicherzustellen, dass soziale Infrastruktur und Dienstleistungen für die breiteste Bevölkerung auf beiden Seiten der Grenzregion verfügbar sind, sowohl während als auch nach der Projektdurchführung. Die langfristige Garantie des gleichberechtigten Zugangs zu Dienstleistungen für die Bürger der Slowakei und Österreichs sollen die Projektpartner durch die Zusammenarbeit mit slowakischen und österreichischen Krankenkassen sicherstellen (mehr in Abschnitt C.2.3 Projekt Nachhaltigkeit). Die Projektpartner sind bereits seit 2014 mit der Vorbereitung dieses Projekts beschäftigt. Die Liste der strategischen Projektpartner unterstreicht die Wichtigkeit und gesellschaftliche Bedeutung dieses Vorhabens

B.1 Projektoví partneri

B.1. Projektpartner

Úloha partnera v projekte Rolle des Partners im Projekt	<i>Hlavný partner/Hauptpartner</i>
Obchodné meno/názov Name/Bezeichnung der Organisation	Univerzita Komenského v Bratislave
Administratívna a prevádzková kapacita partnera Administrative und fachliche Kapazität des Partners	
SK: Riadenie a publicitu projektu budú zabezpečovať spolu traja interní pracovníci, dvaja u SK a jeden u AT partnera. Za hlavného partnera SK to budú dvaja pracovníci jeden na pozícii „projektový manažér“ a jeden „asistent projektového manažéra“, obaja ako interní zamestnanci pracujúci na plný úväzok. Za partnera projektu AT bude riadenie projektu zabezpečovať jeden interný „projektový manažér“ pracujúci na plný pracovný úväzok. Zoznam personálnych pozícií v projekte: Za SK partnera: Kmeňoví zamestnanci partnera: 2 x Fyzioterapeut – pracovnou náplňou je vykonávanie fyzioterapeutických a remobilizačných úkonov Tréner - pracovná náplň je realizácia pohybových programov a čiastočne diagnostiky 3 x Vedecký pracovník - náplň práce je diagnostika, sprievodná vedecká činnosť, zbieranie a analýza údajov, realizácia informačnej kampane, Odborný garant – dozor a garancia deklarovanej kvality projektových činností Lekár – lekárske vyšetrenia a predpisovanie rehabilitačnej terapie, realizácia rehabilitačných úkonov, ktoré vyžadujú lekársku kvalifikáciu Asistent projektového manažera: asistentské a administratívne práce súvisiace s riadením projektu Projektový manažér – riadenie a administrácia projektu Novoprijatí zamestnanci partnera: Fyzioterapeut – pracovnou náplňou je vykonávanie fyzioterapeutických a remobilizačných úkonov a čiastočne diagnostiky Dietológ – pracovná náplň je vypracovávanie dietologických plánov, dietologické poradenstvo, participácia na rehabilitácii pacientov s metabolickým ochorením Tréner - pracovná náplň je realizácia pohybových programov a čiastočne diagnostiky Zdravotná sestra – asistencia lekára Masér – masáže Technik – technické činnosti spojené najmä s obsluhou elektronických zariadení	
DE: Projektmanagement und Öffentlichkeitsarbeit werden von zwei internen Mitarbeitern bereitgestellt, einen als "Projektmanager" und einen "Projektmanager-Assistenten", beide als hauptamtliche interne Mitarbeiter. Eine Liste von Stellen im Projekt: Partner Kernmitarbeiter: 2 x Physiotherapeut - Umsetzung von Physiotherapie und Remobilisierung Trainer - Umsetzung von Bewegungsprogrammen und Teildiagnostik 3 x Wissenschaftlicher Forscher - Diagnostik, begleitende wissenschaftliche Tätigkeit, Sammeln und Analysieren von Daten, Durchführung einer Informationskampagne, Expert Garantor - Überwachung und Garantie der erklärten Qualität der Projektaktivitäten Arzt - ärztliche Untersuchungen und Verschreibung von Rehabilitationstherapien, Durchführung von Rehabilitationsmaßnahmen, die medizinische Ausbildung erfordern	

*Assistant Projektmanager: Assistenz- und Verwaltungsarbeit im Zusammenhang mit Projektmanagement
Projektmanager - Projektmanagement und -verwaltung,*

Partner neu eingestelltes Personal:

Physiotherapeut - Umsetzung von Physiotherapie und Remobilisierung und Teildiagnostik

Dietologe - Entwicklung von Diätplänen, diätologische Beratung, Teilnahme an der Rehabilitation von Patienten mit Stoffwechselkrankheiten

Trainer - Umsetzung von Bewegungsprogrammen und Teildiagnostik

Krankenschwester - Assistenzarzt

Massage – Massage und Physikalische Therapien

Technisch-technische Tätigkeiten, die hauptsächlich mit dem Betrieb von elektronischen Geräten verbunden sind

**Príslušná prvostupňová kontrola
Zuständige FLC-Stelle**

organizačný útvar Poskytovateľa

**Úloha partnera v projekte
Rolle des Partners im Projekt**

Partner/ Partner

**Obchodné meno/názov Name/Bezeichnung
der Organisation**

Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.

**Administratívna a prevádzková kapacita partnera
Administrative und fachliche Kapazität des Partners**

SK:

Riadenie projektu a publicita projektu budú zabezpečené prostredníctvom pozície projektový manažér, ktorú v rámci projektu obsadí interný pracovník partnera projektu, Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H. Pozícia „projektový manažér“ bude zahŕňať prácu interného zamestnanca na plný pracovný úväzok. Tento pracovník je už 14 rokov súčasťou spoločného rakúsko-slovenského cezhraničného tímu odborníkov a podieľal sa na riadení už 4 predchádzajúcich projektov Interreg, ktoré spolu tento cezhraničný tím odborníkov a vedcov úspešne odimplementoval. Obaja projektoví partneri už niekoľko rokov spolupracujú na prípravnej fáze tohto projektu a pracovník na pozícii „projektový manažér“ je jedným z kľúčových aktérov celého prípravného procesu projektu. Projektový manažér rakúskeho partnera projektu a projektový tím slovenského hlavného projektového partnera už dlhodobo spolupracujú v prípravnej fáze projektu. Spolupráca členov cezhraničného projektového tímu, ktorá sa v prípravnej fáze osvedčila ako veľmi úspešná a produktívna, bude plynule pokračovať aj naďalej počas realizácie projektu.

Personál AT partnera:

Kmeňoví zamestnanci partnera:

2 x Tréner - pracovná náplň je realizácia pohybových programov a čiastočne diagnostiky

2 x Masér – masáže
Dietológ – pracovná náplň je vypracovávanie dietologických plánov, dietologické poradenstvo, participácia na rehabilitácii pacientov s metabolickým ochorením
Lekár – lekárske vyšetrenia a predpisovanie rehabilitačnej terapie, realizácia rehabilitačných úkonov, ktoré vyžadujú lekárske vzdelanie

Projektový manažér – riadenie a administrácia projektu, realizácia informačnej kampane

Fyzioterapeut – pracovnou náplňou je vykonávanie fyzioterapeutických a remobilizačných úkonov a čiastočne diagnostiky

Vedecký pracovník - náplň práce je diagnostika, sprievodná vedecká činnosť, zbieranie a analýza údajov, realizácia informačnej kampane,

DE:

Projektmanagement und Öffentlichkeitsarbeit des Projekts wird durch einen Projektmanager erfolgen, diese Position wird mit einem Mitarbeiter des Partners Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H. besetzt. Diese Position im Ausmaß einer Vollzeitkraft beinhaltet Personalmanagement und wissenschaftliche Tätigkeiten. Die Person ist bereits 14 Jahre Teil des gemeinsamen österreichisch-slowakischen Fachteams und war bereits an den vier vorangegangenen INTERREG-Projekten beteiligt.

Beide Projektpartner arbeiten seit mehreren Jahren an der Vorbereitung und der designierte "Projektmanager" ist, neben dem Projektmanager des slowakischen Hauptprojektpartners, einer der wichtigsten Akteure in der Projektvorbereitung. Daher soll die bewährte Zusammenarbeit der 2 Projektmanager des grenzüberschreitenden Teams

auch während der Umsetzung des Projekts fortgeführt werden. Diese Form erwies sich in der Vorbereitungsphase als sehr erfolgreich und produktiv.

AT-Partnerpersonal:

Partner Kernmitarbeiter:

2 x TrainerIn - Arbeitsbelastung ist die Umsetzung von Bewegungsprogrammen und Teildiagnostik

2 x MasseurIn – Massagen und Physikalische Behandlungen

DiätologIn - Entwicklung von Diätplänen, diätologische Beratung, Teilnahme an der Rehabilitation von Patienten mit Stoffwechselkrankheiten

Arzt - medizinische Untersuchungen und Verschreibung von Rehabilitationstherapie, Realisierung von Rehabilitationsmaßnahmen, die medizinische Ausbildung erfordern

Projektmanager - Projektmanagement und -verwaltung, Implementierung einer Informationskampagne

Physiotherapeut - Umsetzung von Physiotherapie und Remobilisierung und Teildiagnostik

Wissenschaftlicher Mitarbeiter - Diagnostik, begleitende wissenschaftliche Tätigkeit, die Sammlung und Analyse der Daten, die Durchführung der Informationskampagne,

Prislučná prvostupňová kontrola
Zuständige FLC-Stelle

Land Niederösterreich

Popis projektu

Beschreibung des Projekts

Popis východiskovej situácie a zdôvodnenie potreby realizácie projektu

Beschreibung der Ausgangslage und Begründung des Bedarfs der Projektumsetzung

SK:

Súčasná Európa stojí pred demografickou výzvou s obyvateľstvom, ktorého priemerný vek neustále narastá. Zastúpenie seniorov v cezhraničnom regióne predstavuje približne 25 % z celkovej populácie^{2,3} a neustále narastá. Následky tohto trendu sa prejavujú okrem iného zvýšenými nákladmi na zdravotnú starostlivosť a sociálne zabezpečenie dôchodcov⁴. S ohľadom na hroziacu imobilitu, ktorú spôsobuje vekom podmienené znižovanie funkčných kapacít organizmu a celkovej fyzickej kondície, sú potrebné politické rozhodnutia pre vybudovanie systému na podporu sociálnej integrácie, podpory zdravia a zdravého životného štýlu a nezávislosti starnúceho obyvateľstva.

Z hľadiska aktívneho životného štýlu predstavujú seniory najpasívnejšiu skupinu obyvateľstva⁵ a z tohto dôvodu sú najviac ohrození ochoreniami z nedostatku pohybu a sociálnou exklúziou, s čím priamo súvisia aj faktory ovplyvňujúce kvalitu života a zdravia seniorov. Priame náklady spojené s negatívnymi zdravotnými následkami spôsobenými nedostatkom pohybu sú na Slovensku 46,2 mil. EUR a v Rakúsku 194,3 mil. EUR ročne, nepriame náklady potom 17 mil. EUR na Slovensku resp. 61,2 mil. EUR v Rakúsku. Vzhľadom na to, že seniory tvoria takmer štvrtinu z populácie cezhraničného regiónu AT – SK, majú kapacity podporujúce ich sociálnu inklúziu, zdravie a kvalitu života vplyv aj na celkovú kvalitu života v tomto regióne.

² Vano, B., Bleha, B: Prognóza vývoja obyvateľstva v okresoch SR do roku 2025, Bratislava, INFOSTAT, 2008

³ http://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/bevoelkerung/bevoelkerungsstruktur/bevoelkerung_nach_alter_geschlecht/023470.html

⁴ <http://www.wien.gv.at/stadtentwicklung/strategieplan/index.htm>

⁵ PATERSON, D., Warburton, D. Physical activity and functional limitations in older adults: a systematic review related to Canada's Physical Activity Guidelines. International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity, 2009.

Predkladaný návrh je v súlade s národnými^{6,7} a interregionálnymi, strategickými iniciatívami (napr. „Strategy and action plan for healthy ageing in Europe“)⁸ a využíva poznatky získané z predchádzajúcich projektov v rámci cezhraničnej spolupráce projektových tímov v rokoch 2003 až 2014.

Potreba existencie dvoch Centier aktívneho starnutia (CAA) u oboch partnerov projektu, v Bratislave a v St. Pölten, vychádza zo súčasnej situácie, kedy neexistuje v tomto regióne žiadne centrum poskytujúce seniorom možnosť absolvovať na jednom mieste koordinované programy pod dohľadom kvalifikovaných odborníkov, ktoré implementujú a spájajú najnovšie overené vedecké poznatky z oblasti pohybovej aktivity a fyzikálnej terapie, zamerané na obnovu a zlepšovanie fyzickej zdatnosti, kondície a podporu zdravia.

V otázke podpory spolupráce v sociálnej oblasti, konkrétne sociálnej inklúzie seniorov, dnes neexistuje žiadna dlhodobá spolupráca medzi inštitúciami poskytujúcimi starostlivosť seniorom v AT a v SK. Z toho dôvodu je podstatným a jedinečným prínosom projektu naštartovanie informačnej kampane cezhraničného charakteru zameranej na zvýšenie informovanosti o vplyve pravidelnej pohybovej aktivity na kvalitu života a podporu zdravia seniorov – ako jednotlivcov.

DE:

Europa steht einer demografischen Herausforderung gegenüber, mit einer Bevölkerung deren Durchschnittsalter stetig steigt. In der Programmregion beträgt der Anteil der Senioren etwa 25% an der Gesamtbevölkerung. Die Folgen dieser Entwicklung sind unter anderem erhöhte Kosten der Gesundheitsversorgung. Im Hinblick darauf sind politische Entscheidungen notwendig, um ein System zur Förderung der Gesundheit, sozialen Integration, einer gesunden Lebensweise und der Unabhängigkeit älterer Menschen zu errichten.

Senioren sind die passivste Bevölkerungsgruppe und daher am meisten gefährdet Krankheit aus Mangel an Bewegung und soziale Ausgrenzung zu erleiden. Im Zusammenhang mit diesen negativen Auswirkungen auf die Gesundheit, sind die durch mangelnde Bewegung verursachten direkten Kosten in SK 46,2 Mio. € pro Jahr, in AT 194,3 Mio. € pro Jahr, und die indirekten Kosten 17 Mio. € in SK und 61,2 Mio. € in AT. Da die Senioren fast 25% der Bevölkerung der Grenzregion ausmachen, haben ihre soziale Integration und die Verbesserung ihrer Gesundheit und Lebensqualität einen großen Einfluss auf die Kosten für die Gesundheitsversorgung in der Region.

Dieser Vorschlag steht im Einklang mit der interregionalen Zusammenarbeit, strategischen Initiativen (z. B. "Strategie und einen Aktionsplan für gesundes Altern in Europa") und nutzt die Erkenntnisse aus früheren Projekten der Jahre 2003-2014. Das Bedürfnis der Infrastrukturentwicklung, in diesem Fall zwei Zentren für aktives Altern (CAA) für beide Projektpartner in Bratislava und St. Pölten, ergibt sich aufgrund der Situation, dass in dieser Region keine Einrichtung existiert, die es Senioren erlaubt, an einem Ort ein Therapieprogramm unter der Aufsicht von qualifizierten Fachleuten zu absolvieren.

Darüber hinaus ist es wichtig eine Informationskampagne begleitend zum Projekt zu starten, um das Bewusstsein über die Auswirkungen der körperlichen Aktivität auf die Lebensqualität zu erhöhen und die Gesundheit von Senioren zu fördern.

Situácia po realizácii projektu a udržateľnosť projektu

Situation nach der Umsetzung und Nachhaltigkeit des Projektes

SK:

Udržateľnosť výstupov projektu bude zabezpečená prostredníctvom spolupráce partnerov projektu a strategických partnerov projektu. Vďaka realizácii tohto projektu dôjde k prehĺbeniu medziinštitucionálnej spolupráce partnerov FTVŠ UK a PHYSIKO, z čoho bude profitovať najmä cieľová skupina seniorov vo veku 60+ v cezhraničnom regióne. Dôjde tiež k zosieťovaniu a aktívnej spolupráci inštitúcií pôsobiacich v cezhraničnom regióne, ktoré predtým spolu nemali možnosť spolupracovať. Projekt takto prepojí inštitúcie z verejného sektora i súkromného sektora a samosprávy v cezhraničnom regióne. Jedná sa o strategických partnerov a podporovateľov projektu, ktorí už vyjadrili o projekt aktívne záujem prostredníctvom podpisu strategických partnerstiev a vyjadrení podpory. Konkrétne ide o: slovenské a rakúske mestá a obce, slovenské a rakúske zdravotné poisťovne, Slovenská akadémia vied a i. (viď Nepovinná prílohač. 3: Zoznam strategických partnerov projektu a vyjadrenia podpory). Zástupcovia strategických partnerov sa budú mať možnosť stretnúť a sieťovať na podujatiach organizovaných v súvislosti s činnosťou CAA. .

⁶ Národný program podpory zdravia 2012 - 2020:

http://www.uvzsr.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=393:narodny-program-podpory-zdravia-nppz&catid=69:podpora-zdravia&Itemid=74

⁷ <http://www.gesundheitsziele-oesterreich.at/die-10-ziele/>

⁸ Strategy and action plan for healthy ageing in Europe, 2012–2020. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2012 (EUR/RC62/10 Rev.1).

Prostredníctvom spolupráce so zdravotnými poisťovňami VŠZP (SK), UNION (SK), SVA (AT) a SVB (AT) , ktoré sú strategickými partnermi projektu, partneri projektu očakávajú pozitívny dopad projektu na rozsah a kvalitu ponuky produktov zdravotných poisťovní v oblasti prevencie a podpory zdravia seniorov. Už počas prípravnej fázy projektu vyjadrili zdravotné poisťovne záujem o spoluprácu s budúcim CAA a rokujú s partnermi projektu o možnostiach zaradenia výkonov v CAA medzi portfólio svojich služieb. Konkrétne písomné stanovisko poskytla doteraz slovenská zdrav. poisťovňa UNION, ktorá sa písomne zaviazala začať rokovať o platbách za výkony poskytované v CAA po začatí jeho prevádzkovania. Po skončení realizácie projektu očakávame zaradenie vybraných úkonov poskytovaných v CAA do portfólia zdravotných poisťovní.

V oblasti podpory zdravia a sociálnej inklúzie seniorov bude podstatným výsledkom implementácia cezhranične koordinovanej informačnej kampane zameranej na na zvýšenie povedomia o význame a možnostiach pohybovej aktivity a podpory zdravia seniorov, ktorá má priamy dopad na kvalitu ich života a úroveň ich sociálnej inklúzie. Výsledkom bude osveta a zvýšenie povedomia seniorov - ako jednotlivcov, o možnostiach pohybovej aktivity, ktorú môžu a sú schopní vykonávať každodenne i v domácich podmienkach. Tento dlhodobý benefit projektu bude pokračovať kontinuálne aj po ukončení jeho realizácie. Tlačené informačné materiály, webstránka, facebookové konto a iné výstupy informačnej kampane pre verejnosť, budú aj po skončení realizácie projektu dlhodobo resp. kontinuálne, prístupné verejnosti. Dlhodobú udržateľnosť tohto výstupu projektu zabezpečíme aj v kooperácii so strategickými partnermi projektu - zdrav. poisťovňami a zástupcami samospráv v cezhraničnom regióne.

V oblasti budovania odborných kapacít na zvyšovanie kvalifikácie odborného personálu na Slovensku a v Rakúsku (všeobecní a geriatrickí lekári, opatrovatelia seniorov, pohyboví terapeuti a tréneri, fyzioterapeuti, študenti medicíny, vied o športe, výživy, ošetrovateľstva a fyzioterapie) bude mať vytvorenie CAA dlhodobý pozitívny dopad, pretože umožní vytvorenie kapacít schopných poskytovať konzultačnú činnosť a prispieť k diseminácii odborných informácií za účelom zvyšovania kvality starostlivosti v oblasti pohybovej aktivity a fyzikálnej terapie seniorov.

DE:

Mit der Umsetzung dieses Projekts wird die interinstitutionelle Zusammenarbeit der Partner FTVS UK und PHYSIKO vertieft, wovon vor allem die Zielgruppe der Senioren ab 60 Jahren in der grenzüberschreitenden Region profitieren wird. Es wird auch eine grenzüberschreitende und aktive Zusammenarbeit zwischen den in der Grenzregion tätigen Institutionen geben, die zuvor keine Gelegenheit zur Zusammenarbeit hatten. Das Projekt wird sowohl den öffentlichen Sektor als auch den privaten Sektor und Selbstverwaltungsinstitutionen umfassen, die in der grenzüberschreitenden Region tätig sind. Sie sind strategische Partner des Projekts, die bereits ihr Interesse an dem Projekt bekundet haben, indem sie strategische Partnerschaften und Unterstützungsbekundungen unterschrieben haben, nämlich slowakische und österreichische Städte und Gemeinden, slowakische und österreichische Krankenkassen, die Slowakische Akademie der Wissenschaften und andere. (siehe Optionaler Anhang 3: Liste der strategischen Projektpartner und Unterstützungsbekundungen). Vertreter strategischer Partner haben die Möglichkeit, sich bei Veranstaltungen im Zusammenhang mit CAA-Aktivitäten zu treffen. Durch die Zusammenarbeit mit den Krankenkassen VŠZP (SK), UNION (SK), SVA (AT) und SVB (AT), die strategische Partner des Projekts sind, erwarten die Projektpartner eine positive Wirkung des Projekts auf den Umfang und die Qualität der Projekte. die Krankenkassen und Krankenkassen Senioren. Bereits während der Vorbereitungsphase des Projekts haben die Krankenversicherer Interesse an einer Zusammenarbeit mit der zukünftigen CAA bekundet und verhandeln mit den Projektpartnern über die Möglichkeiten, CAA-Leistungen in ihr Leistungsportfolio aufzunehmen. Insbesondere wurde eine schriftliche Stellungnahme von der slowakischen UNION-Versicherungsgesellschaft vorgelegt, die, die sich schriftlich verpflichtet hat, Verhandlungen über Leistungszahlungen aufzunehmen, die von dem CAA nach Beginn ihrer Geschäftstätigkeit bereitgestellt werden. Nach Abschluss des Projekts erwarten wir, dass ausgewählte CAA-Aktivitäten in das Portfolio der Krankenkassen aufgenommen werden.

Im Bereich der Gesundheitsförderung und der sozialen Eingliederung älterer Menschen wird eine grenzüberschreitenden koordinierte Informationskampagne zur Sensibilisierung über die Bedeutung und die Möglichkeiten körperlicher Betätigung und Gesundheitsförderung für Senioren durchgeführt. Dies wird sich als signifikantes Ergebnis auf die Alltagsqualität und das Niveau ihrer sozialen Eingliederung auswirken. Dieser langfristige Nutzen des Projekts wird auch nach seiner Fertigstellung kontinuierlich fortgeführt. Gedrucktes Informationsmaterial, Website, Facebook-Konto und andere Ergebnisse der Informationskampagne für die Öffentlichkeit werden langfristig sein, bzw. nach Abschluss des Projekts. kontinuierlich, für die Öffentlichkeit zugänglich. Die langfristige Nachhaltigkeit dieser Projektergebnisse wird in Zusammenarbeit mit den strategischen Partnern des Projekts, Versicherungsunternehmen und Selbstverwaltungen in der grenzüberschreitenden Region sichergestellt..

Im Bereich Aufbau von Fachkompetenzen zur Qualifizierung von Fachkräften in der Slowakei und in Österreich (Allgemein- und geriatrische Ärzte, Senioren, Bewegungstherapeuten und Trainer, Physiotherapeuten,

Medizinstudenten, Sportwissenschaft, Ernährung, Krankenpflege und Physiotherapie) werden die CAA langfristig positive Auswirkungen haben, da sie die Schaffung von Kapazitäten ermöglichen werden, die Konsultationen ermöglichen und zur Verbreitung beruflicher Informationen beitragen können, um die Qualität der Versorgung im Bereich der körperlichen Aktivität und Physiotherapie von Senioren zu verbessern.

Abgesehen von der Gesamtzahl der im Rahmen des Projekts durchgeführten Therapien/Trainingseinheiten, werden neben dem Aufbau von institutionellen Kapazitäten und Infrastrukturen auch von Senior Care Service Specialist Manuals erstellt, die zusammen mit speziellen praktischen Schulungen für Spezialisten im Bereich Geriatrie bereitgestellt werden sollen.

Dôležitosť cezhraničného prístupu

Notwendigkeit des grenzüberschreitendes Ansatzes

SK:

Práve vďaka dlhoročnej, už 14 rokov trvajúcej úspešnej spolupráci dvoch vedeckých tímov, ktorých hlavnými odbornými garantmi sú za rakúsku stranu **Prim.Univ.Prof. DDr. Helmut Kern** a za slovenského partnera **prof. MUDr. Dušan Hamar, PhD.**, bolo možné vytvoriť produktívnu a efektívne pracujúcu platformu na prenos a výmenu odborných poznatkov a know-how v oblasti efektívnej kombinácie pohybovej aktivity a fyzikálnej terapie a jej vplyvu na zdravie seniorov. Práve vďaka tejto jedinečnej dlhoročnej cezhraničnej odbornej platforme vznikol a naďalej spolupracuje tím vedcov, ktorí už dlhé roky pracujú na spoločných projektoch. Vďaka tejto spolupráci načerpali členovia tohto cezhraničného odborného tímu dostatočné poznatky na to, aby spoločne vytvorili nové odborné služby a odborné produkty, ktoré umožnili vznik tohto projektu, ktorého cieľom je výrazným spôsobom zlepšiť možnosti a podmienky na podporu zdravia a zvyšovaniu kvality života seniorov v slovensko-rakúskom cezhraničnom regióne. Aktuálny projekt rozširuje doterajšiu rovinu spolupráce do úrovne inštitucionálnej spolupráce tým, že v rámci projektu vytvoríme, v tomto regióne jedinečné „Centrum aktívneho starnutia“, so sídlom v Rakúsku aj na Slovensku, v meste St. Pölten ako aj v Bratislave a tiež budeme v spolupráci so strategickými partnermi, ktorými sú mestá a obce cezhraničného regiónu, poisťovne atď. (viď. príloha ŽoNFP), implementovať jedinečnú informačnú kampaň zameranú na zvýšenie povedomia verejnosti o možnostiach pohybovej aktivity na podporu zdravia seniorov. Nesmiernou výhodou cezhraničného prístupu je skutočnosť, že ponuka CAA v Bratislave môže byť využívaná seniormi z rakúskych prihraničných obcí (až 9306 seniorov s cestou do 30 min. do Centra). Podobne ako pri dohode medzi Rakúskom a Českou republikou pre využívanie záchrannej služby. Tieto aktivity budú zahŕňať inštitucionálnu spoluprácu strategických partnerov pôsobiacich hneď v niekoľkých rovinách samosprávy, verejnej správy i zo súkromného sektora.

DE:

Dank der bereits 14 Jahre dauernden erfolgreichen Zusammenarbeit der beiden wissenschaftlichen Teams, unter der Leitung von Prim.Univ.Prof. DDr. Helmut Kern beim österr. Partner und Prof. Dr Dušan Hamar, PhD beim slowak. Partner, war es möglich, eine produktive und effiziente Plattform für die Vernetzung und den Austausch von Fachwissen und Know-how auf dem Gebiet deren Auswirkungen von Bewegung und Physiotherapie auf die Gesundheit der älteren Menschen, zu schaffen.

Dadurch erlangten die Mitglieder dieses grenzüberschreitenden Teams Kenntnisse, um gemeinsam neue professionelle Dienstleistungen und spezialisierte Angebote für die Förderung der Gesundheit und Lebensqualität von Senioren in der österreichisch-slowakischen Grenzregion zu entwickeln, die zu diesem Projekt geführt haben. Das aktuelle Projekt intensiviert die Zusammenarbeit und bringt die Ebene der institutionellen Zusammenarbeit ein, es sollen in der Region neue Zentren für Aktives Altern, mit Sitz in St. Pölten(AT) und Bratislava(SK) entstehen. Darüber hinaus wird die Zusammenarbeit mit strategischen Partnern - die Städte und Dörfer der Grenzregion, Versicherungen etc. (siehe Antrag, Anhang) - gesucht, um eine Informationskampagne zu starten damit die Öffentlichkeit über die Möglichkeiten der körperlichen Aktivitäten zur Förderung der Gesundheit älterer Menschen informiert wird.

Ein wesentlicher Vorteil des interregionalen Konzeptes ist, dass das Angebot in Bratislava von Teilen der österr. Bevölkerung mitgenutzt werden kann, insbesondere aus den angrenzenden österr. Ortschaften (9.306 Personen +60Jahre in Entfernung von 20-30min Fahrtzeit). Diese Aktivitäten umfassen die institutionelle Zusammenarbeit von strategischen Partnern, die jetzt auf mehreren Ebenen der Regierung, der öffentlichen Verwaltung und des privaten Sektors arbeiten.

Durch eine grenzüberschreitende Kooperation können beide Partner politische Entscheidungsträger beider Länder in einem größeren Maßstab für das globale Problem körperlicher Inaktivität sensibilisieren und ihnen ein Konzept das nationalen, EU-weiten und internationalen Empfehlungen/Strategien Rechnung trägt vorstellen und in einem Pilotprojekt realisieren. Im Sinne von Health in all Policies.

Cezhraničná spolupráca (Kritéria spolupráce) Grenzüberschreitende Zusammenarbeit (Kooperationskriterien)		
Spoločná príprava Gemeinsame Vorbereitung	☒	SK: Partneri sa v pravidelných intervaloch stretávali na pracovných stretnutiach v Bratislave a St. Pölten od februára 2015. Uskutočnilo sa spolu viac ako 30 stretnutí, ktoré boli zamerané na optimalizáciu obsahovej časti náplne činnosti CAA (zvyšovanie efektívnosti poskytovaných programov v rámci činnosti centier) a rovnako na zvýraznenie sociálneho rozmeru najmä stratégiami na disemináciu informácií čo najvyššiemu počtu seniorov a rovnako na odovzdávanie know-how AT aj SK odborníkom v oblasti starostlivosti o seniorov. Dokumentácia stretnutí sa nachádza v prílohe. Partneri spoločne realizovali v prípravnej fáze projektu tzv. predvýskum. Jedná sa o dva výskumné projekty zamerané na zvyšovanie efektívnosti prepojenia fyzikálnej terapie a pohybovej aktivity. Projekt „MUNARI“ bol zameraný na kvantifikáciu účinkov pasívnej fyzikálnej terapie u seniorov a bol realizovaný u AT aj SK partnera. Projekt „SENIORFITNES“ bol realizovaný u SK partnera s využitím konzultácií AT partnera. V rámci prípravnej fázy projektu bol tiež vytvorený cezhraničný manažérsky projektový tím, pozostávajúci z troch interných zamestnancov (2 na strane hlavného SK partnera a 1 na strane AT partnera), troch výskumných pracovníkov a 2 profesorov - odborných garantov projektu. V rámci spoločnej prípravy bol vytvorený facebook „community page“ (https://www.facebook.com/CentreActiveAgeing/) a boli zaregistrované internetové domény: www.active-ageing.eu, www.active-ageing.at, www.active-ageing.sk.
		DE: <i>Im Zug der Vorbereitung trafen sich die Partner in regelmäßigen Abständen (seit Februar 2015 ca. 25 Treffen), Optimierung der Aktivitäten im Rahmen des CAA wurde diskutiert. Weitere Aspekte waren die Disseminationsstrategien, Austausch von Know-how zwischen Experten aus AT und SK, sowie Voruntersuchungen. Konkret wurde in zwei Forschungsprojekten die Wirksamkeit der Kombination von physikalischen Therapien und Bewegung untersucht.</i> <i>Die Wirkung der sogenannten "MUNARI" Packung, einer physikalischen Therapie, wurde bei älteren Menschen in AT und SK untersucht. "SENIORFITNES" war ein Projekt in SK und wurde mit Beratung des AT Partners durchgeführt.</i> <i>In der Vorbereitungsphase wurde ein Projektteam ernannt, das aus zwei Projektmanagern einen Assistenten für Projektmanager, drei Forschern und zwei wissenschaftlichen Beratern besteht. Weiters wurde eine Facebookseite erstellt (https://www.facebook.com/CentreActiveAgeing/) und Internet-Domain www.active-ageing.eu, www.active-ageing.at, www.active-ageing.sk registriert.</i>
Spoločná realizácia Gemeinsame Umsetzung	☒	SK: Obaja projektoví partneri sa aktívne zúčastňujú na implementácii projektu prostredníctvom vzájomnej spolupráce na takmer všetkých aktivitách projektu, t.j. na príprave odborných a vedeckých výstupov, výskume a vývoji, vybudovaní Centra aktívneho starnutia (CAA) v meste St. Pölten ako aj v Bratislave, na koordinovanom postupe implementovania spoločne nadobudnutých odborných poznatkov do praxe prevádzkovaním oboch CAA, na školiacich

		aktivitách projektu, vypracovaní a implementovaní informačnej kampane pre verejnosť a tiež na vzájomne koordinovanej spolupráci s ďalšími strategickými partnermi projektu. Značným prínosom pre kvalitu projektu sú taktiež krátkodobé pobyty slovenského personálu u rakúskeho partnera a rakúskeho personálu u slovenského partnera za účelom efektívnejšieho zdieľania know-how a zvyšovania kvality CAA. <i>DE:</i> <i>Beide Projektpartner sind an der Projektumsetzung durch die gemeinsame Zusammenarbeit in fast allen Projektaktivitäten beteiligt, d.h. an der Vorbereitung von technischen und wissenschaftlichen Output, Forschung und Entwicklung, am Bau des Zentrums für aktives Altern (CAA) in St. Pölten sowie in Bratislava. Das in beiden CAA erworbene Know-how soll in die Praxis übergeführt werden und eine öffentliche Informationskampagne implementiert werden, gemeinsam mit anderen strategischen Partnern des Projekts.</i> <i>Einen wesentlichen Beitrag zur Qualität des Projekts bilden auch kurzfristige Aufenthalte des slowakischen Personals bei dem österreichischen Partner und umgekehrt, für eine effektive gemeinsame Nutzung von Know-how und Qualitätsverbesserung der CAA.</i>
Spoločné financovanie Gemeinsame Finanzierung	☒	<i>SK:</i> Každému partnerovi vzniknú náklady, ktoré budú uhradené z programu, s výnimkou strategických partnerov. Finančný príspevok poskytnú partneri na oboch stranách hranice. Rozdelenie medzi partnerov podľa ich príspevku. <i>DE:</i> <i>Jeder Partner hat Ausgaben, die aus dem Programm rückerstattet werden, mit Ausnahme der strategischen Partner.</i> Finanzielle Beteiligung der Partner beiderseits der Grenze. Aufteilung unter den Partnern gemäß deren Beteiligung an den Aktivitäten.
Spoločný personál Gemeinsames Personal	☒	<i>SK:</i> Projekt spĺňa podmienku, že z každej strany hranice sa bude na realizácii projektu podieľať aspoň 1 stály zamestnanec ako stály zamestnanec organizácií partnera. Za hlavného projektového partnera budú riadenie projektu zabezpečovať dvaja interní zamestnanci, jeden na pozícii „projektový manažér“ a jeden „asistent projektového manažéra“ a za partnera projektu na rakúskej strane bude realizáciu zabezpečovať jeden interný zamestnanec pracujúci na pozícii „projektový manažér“. Na strane hlavného partnera má projektový manažér dlhoročné skúsenosti s implementáciou projektov financovaných zo štrukturálnych fondov EÚ, rovnako ako aj zamestnanec pracujúci na pozícii „projektový manažér“ na strane rakúskeho partnera. Obaja projektoví manažéri za SK aj AT partnera budú na tejto pozícii zamestnaní na plný úväzok. Členovia spoločného personálu už dlhodobo úspešne spolupracujú, čoho dôkazom sú úspešne implementované projekty cezhraničnej spolupráce (viď sekcia skúsenosti partnerov). <i>DE:</i> <i>Das Projekt erfüllt die Anforderung, dass auf jeder Seite der Grenze zumindest ein permanenter Mitarbeiter bei den Partnern angestellt wird. Die Durchführung des Projekts beim Hauptprojektpartner stellt zwei Mitarbeiter "Projektmanager" und „Assistent für Projektmanager“ sicher, beim Projektpartner auf der österreichischen Seite ein Mitarbeiter "Projektmanager". Die</i>

		Projektmanager beider Partner haben langjährige Erfahrungen mit grenzüberschreitenden Projekten. Zwei Mitglieder des gemeinsamen Personals arbeiten seit Jahren erfolgreich zusammen, was durch Projektumsetzung der grenzüberschreitenden Zusammenarbeit belegt ist (siehe Abschnitt Partnererfahrungen). Alle drei Mitglieder dieses Teams arbeiten bereits seit der Vorbereitung dieses Projekts zusammen.
--	--	---

Zameranie projektu
Projektausrichtung

Ciele, očakávané výsledky a hlavné výstupy projektu Ziele, erwartende Ergebnisse und Hauptoutputs des Projekts	
Špecifický cieľ Spezifisches Programmziel	Ukazovateľ výsledku Ergebnisindikator des Programms
SK: 4.1: Posilnenie inštitucionálnej spolupráce v cezhraničnom území prostredníctvom mobilizácie partnerov a vytvorenie kapacít na plánovanie a konanie v rámci viacúrovňového riadenia	SK: Počet účastníkov zapojených do spoločných školiacich schém (P) DE: Zahl der TeilnehmerInnen an gemeinsamen Aus- und Weiterbildungsprogrammen
DE: 4.1: Stärkung der institutionellen Kooperation in der grenzüberschreitenden Region durch das Mobilisieren von Akteuren und durch Kapazitätsaufbau für Planung und Maßnahmen im Rahmen grenzüberschreitender Governance	SK: Počet organizácií/subjektov, ktoré sa podieľajú na spolupráci medzi inštitúciami (P) DE: Anzahl der Organisationen bzw. Einrichtungen, die an institutioneller Zusammenarbeit beteiligt sind
	SK: Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spoluprácou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania (P) DE: Anzahl der wesentlichen, gemeinsam entwickelten Produkte und Dienstleistungen im Rahmen der Förderung institutioneller Zusammenarbeit, der Schaffung von Strukturen der Zusammenarbeit und Planungsinstrumenten

Celkový cieľ projektu Übergeordnetes Projektziel	Hlavné výsledky projektu Hauptergebnisse des Projekts
SK: Cieľom projektu je zlepšiť podmienky na efektívne poskytovanie preventívnej starostlivosti a podpory zdravia seniorov, a tým prispieť k zvýšeniu úrovne sociálnej inklúzie seniorov v cezhraničnom regióne. Tento cieľ bude dosiahnutý prostredníctvom cezhranične koordinovaného zvyšovania úrovne sociálnej infraštruktúry a služieb pre seniorov ako aj implementáciou informačnej kampane zameranej na zvýšenie povedomia verejnosti o význame a úlohách preventívnej pohybovej aktivity pri podpore zdravia seniorov v cezhraničnom regióne. Cieľ projektu nadväzuje na už 14 rokov trvajúcu úspešnú odbornú spoluprácu medzi dvomi tímami vedcov – odborníkov v oblasti pohybovej aktivity, preventívnej starostlivosti a rehabilitácie seniorov, ktorí tvoria približne	SK: 1. Výstavba a vybavenia priestorov „Centra aktívneho starnutia“ (CAA) v Bratislave a St. Pölten (PB – I1) . 2. Prevádzkovanie CAA v Bratislave a St. Pöltene (PB č.3) 3. Vytvorením spoločných šiestich odborných produktov v oblasti odboru preventívnej starostlivosti a podpory zdravia seniorov (v rámci PB č. 3, 4 a 7 - viď Hlavné výstupy projektu) Spojitosť s ukazovateľom programového výsledku: „Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spoluprácou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania“ 4. Spolupráca dvoch hlavných partnerov s 13 strategickými partnermi t.j. 15 zapojených subjektov , ktorí sa budú na projekte podieľať.

25% populácie cezhraničného regiónu a sú ohrození sociálnou exklúziou. Cieľom je taktiež inštitucionálne prepojenie oboch odborných tímov a mobilizácia partnerov s cieľom vytvorenia jedinečného cezhraničného odborného tímu adekvátnych kapacít.	Spojitosť s ukazovateľom programového výsledku: „Počet organizácií/subjektov, ktoré sa podieľajú na spolupráci medzi inštitúciami“ 5. Realizácia školiacich aktivít v rámci PB č. 3 (1500 seniorov – školenia pre integráciu pohybovej aktivity do života seniorov) PB č. 5 (24 osoboškolení – školenia spoločného projektového tímu), PB č. 6 (3 osoby – školenia členov projektového tímu) a PB č. 8 (200 osôb – školenia odborníkov poskytujúcich služby starostlivosti o seniorov) Spojitosť s ukazovateľom programového výsledku: „Počet účastníkov zapojených do spoločných školiacich schém“
DE: <i>Das Projekt zielt darauf ab, eine effektive Gesundheitsförderung für ältere Menschen zu schaffen um damit zur Prävention und besserer sozialer Integration der älteren Menschen in der Grenzregion beizutragen. Dieses Ziel soll durch eine grenzübergreifende Verbesserung der Infrastruktur und der Dienstleistungen für ältere Menschen sowie einer Informationskampagne erreicht werden. Das Bewusstsein über die Bedeutung von körperlicher Aktivität bei der Förderung der Gesundheit der älteren Menschen in der Grenzregion soll gestärkt werden.</i> <i>Das Projekt baut auf einer langjährigen (14 Jahre) Kooperation der Partner auf, die Experten in der körperlichen Aktivität, Vorsorge und Rehabilitation für ältere Menschen sind (etwa 25% der Bevölkerung der Grenzregion). Die institutionelle Verknüpfung, um eine ausreichende Kapazität zu schaffen, die in den Aufbau einer einzigartigen Institution in der Region der Europäischen Union zur Folge haben, ist ein weiterer Aspekt.</i>	DE: 1. Bau- und Ausstattung "Centre of Active Ageing" (CAA) in Bratislava und St. Pölten (AP – I1). 2. Betrieb der CAA in Bratislava und St. Pölten (AP Nr. 3) 3. Entwickeln 6 Produkten im Bereich der vorbeugenden Aktivität und Gesundheitsförderung für Senioren (innerhalb der AP Nr. 3, 4 und 7 - siehe die wichtigsten Ergebnisse des Projekts) Ergebnisindikator: "Die Zahl der gemeinsam entwickelten Angebote und Dienstleistungen im Zusammenhang mit der Zusammenarbeit zwischen Institutionen, integrierte Frameworks und Planung Werkzeuge" 4. Die Zusammenarbeit der beiden Hauptpartner mit 13 strategischen Partnern, und 15 Beteiligung der Stakeholder, die am Projekt teilnehmen werden. Ergebnisindikator: "Die Zahl der Organisationen, die an der Zusammenarbeit zwischen den Institutionen beteiligt sind" 5. Die Durchführung von Ausbildungs- und Trainingsmaßnahmen im Rahmen von AP 3 (1500 Senioren - Training für die Integration von körperlicher Aktivität in das Leben der Senioren), AP 5 (24 Personen - ein gemeinsames Projektteamtraining), AP 6 (3 Personen - Schulung von Projektleitern) und AP 8 (200 Personen - die Ausbildung von Fachkräften für ältere Menschen) Ergebnisindikator: „Die Anzahl der Teilnehmer die an den gemeinsamen Ausbildungsprogrammen beteiligt sind“

Individuálne ciele projektu Individuelle Projektziele	
SK: Zlepšenie podmienok na podporu zdravia a zvýšenie sociálnej inklúzie seniorov prostredníctvom cezhranične koordinovaného zvyšovania úrovne sociálnej infraštruktúry a služieb pre seniorov cezhraničného regiónu	SK: Cieľ je orientovaný na dosiahnutie lepších spoločenských podmienok pre skvalitňovanie služieb prispievajúcich k zvýšeniu sociálnej inklúzie seniorov v cezhraničnom regióne
DE: <i>Steigerung der Gesundheit und stärkere soziale Integration älterer Menschen durch eine koordinierte,</i>	DE: <i>Ziel ist es, durch entsprechende Dienstleistungen Bedingungen zu schaffen, die zur verbesserten sozialen</i>

<i>grenzüberschreitende Verbesserung der sozialen Infrastruktur und Dienstleistungen für Senioren in der Grenzregion.</i>	<i>Eingliederung älterer Menschen in die Grenzregion beitragen</i>
SK: Zvýšiť úroveň informovanosti a povedomia širokej aj odbornej verejnosti a seniorov ako jednotlivcov o vplyve pohybovej aktivity a podpory zdravia na kvalitu života seniorov	SK: Cieľ sleduje zámer zvyšovať povedomia seniorov cezhraničného regiónu o možnostiach podpory zdravia a kvality života seniorov prostredníctvom preventívnej a remobilizačnej pohybovej aktivity
DE: <i>Steigerung des Wissens, der Information und des öffentlichen Bewusstseins über die Auswirkungen der körperlichen Aktivität und der Gesundheitsförderung auf die Lebensqualität der Senioren, sowohl bei der Zielgruppe selbst als auch bei Fachleuten.</i>	DE: <i>Ziel ist Fachleuten und betroffenen die Möglichkeiten für präventive Maßnahmen und damit Steigerung von Gesundheit und Lebensqualität der Senioren bewusst zu machen.</i>
SK: podpora kapacít partnerov na vytvorenie jedinečného odborného tímu s cezhraničnou pôsobnosťou	SK: Cieľ je zameraný na zvýšenie kvality odborných, vedeckých a administratívnych kapacít oboch projektových partnerov za účelom posilnenia odborných kompetencií.
DE: <i>Unterstützung der Kapazitäten der Partner bei der Erstellung und Umsetzung von grenzüberschreitenden Projekten</i>	DE: <i>Ziel ist es, die Qualität der beruflichen, wissenschaftlichen und administrativen Kapazitäten beider Projektpartner zu verbessern, um die Kompetenz zu stärken.</i>

Hlavné výstupy projektu Kernoutputs des Projekts		
Hlavný výstup projektu (názov) Kernoutput des Projekts (Bezeichnung)	Jednotka Einheit	Hodnota hlavného výstupu projektu Zielwert des Kernoutputs
Spoločný odborný produkt:- „Centrum aktívneho starnutia“ (CAA) so sídlom na Slovensku (Bratislava) a v Rakúsku (St. Pölten) – PB-3		2
<i>Gemeinsam entwickeltes Produkt: „Centre of Active Ageing“ (CAA) in Österreich (St. Pölten) und in der Slowakei (Bratislava)-PB-3</i>		
Výstavba priestorov budovy:- „Centrum aktívneho starnutia“ (CAA) so sídlom na Slovensku (Bratislava)– PB-I1	<i>Budova /Gebäude</i>	1
<i>Bauarbeiten: „Centre of Active Ageing“ (CAA) in der Slowakei (Bratislava)-PB-I1</i>		
Spoločný odborný produkt: „PROGRAMU PREVENČIE A PODPORY ZDRAVIA SENIOROV V CAA“ – PB-3	<i>Produkt / Produkt</i>	1
<i>Gemeinsam entwickeltes Produkt: „Programm zur Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren“ – AP-3</i>		
Spoločné školiace schémy: „Školenia seniorov o integrácii pohybovej aktivity do každodenného života života“ – PB-3	<i>Osoba /Person</i>	1500
<i>Gemeinsame Aus- und Weiterbildungsprogramme:</i>		

„Schulungen für Senioren über Integration körperlicher Aktivität in den Alltag“ – AP-3		
Spoločný odborný produkt: „Koncepcia tvorby pohybových programov pre podporu zdravia seniorov“ – PB-4	Produkt / Produkt	1
Gemeinsam entwickeltes Produkt: „Konzept für die Gestaltung von Programmen für körperliche Aktivität und Gesundheit“-AP-4		
Spoločný odborný produkt: „Koncepcia pre integráciu pohybovej aktivity do života seniorov“ – PB-4	Produkt / Produkt	1
Gemeinsam entwickeltes Produkt: „Konzept für die Integration von körperlicher Aktivität in den Alltag“ -AP-4		
Spoločný odborný produkt: „Manažment pohybovej aktivity seniorov v domácich podmienkach“ – PB-4	Produkt / Produkt	1
Gemeinsam entwickeltes Produkt: „Begleitendes Heimtraining & Betreuungsmanagement“ -AP-4		
Spoločný odborný produkt: „Manuál pre špecialistov poskytujúcich služby starostlivosti pre seniorov“ – PB-4	Produkt / Produkt	1
Gemeinsam entwickeltes Produkt: „Information/Handbuch für Fachpersonal im Bereich der Seniorenvorsorge“ -AP-4		
Spoločné školiace schémy: „Vyškolenie personálu CAA“ – PB-5	Osoba /Person	24
Gemeinsame Aus- und Weiterbildungsprogramme: „Schulungen für Personal des CAAs“ – AP-5		
Spoločný odborný produkt: „Informačná kampaň zameraná na zvýšenie povedomia o význame a možnostiach pohybovej aktivity seniorov“-PB-7	Produkt / Produkt	1
Gemeinsam entwickeltes Produkt: „Informationskampagne zur Sensibilisierung über die Bedeutung und die Möglichkeiten für körperliche Aktivität für Senioren.“ – AP-7		
Spolupráca medzi inštitúciami - PB-7	Počet organizácií/subjektov Anzahl der Organisationen/Einrichtungen	15
Institutionelle Zusammenarbeit – AP-7		
Spoločné školiace schémy: „Vyškolenie personálu z oblasti starostlivosti o seniorov“ – PB-8	Osoba /Person	200
Gemeinsame Aus- und Weiterbildungsprogramme: „Fortbildungen bzw. Schulungen von Fachkräften im Bereich der Altenpflege“ – AP-8		

Udržateľnosť projektu *Nachhaltigkeit des Projekts*

SK:

Po ukončení realizácie projektu majú obaja projektoví partneri cieľ zabezpečiť udržateľnosť a prístup verejnosti k výsledkom projektu, pričom budú klásť dôraz na **rovnosť prístupu pre obyvateľstvo na oboch stranách cezhraničného regiónu**.

1. **Finančná udržateľnosť projektu a finančná udržateľnosť výsledkov projektu bude zabezpečená:**

- a) CAA Bratislava bude financované zo zdrojov Univerzity Komenského v Bratislave (UK), pre ktorú bude CAA jedným z odborných pracovísk FTVŠ UK. Činnosť CAA v Bratislave bude okrem služieb pre cieľovú skupinu seniorov, slúžiť aj ako odborné pracovisko FTVŠ UK. Toto pracovisko ponúkne jedinečnú možnosť študentom FTVŠ UK v rámci študijných programov „šport a zdravie“ a fyzioterapia (v akreditačnom procese) a študentom iných odborných škôl s podobným zameraním, absolvovať praktickú výučbu a odbornú prax. **Podstatnú časť personálnych výdavkov bude tvoriť kmeňový personál fakulty. Výdavky na kmeňový personál nepredstavujú zvýšené výdavky fakulty (viac informácií v nepovinnnej prílohe č. 2: Finančná analýza prevádzky CAA).**
- b) CAA St. Pölten bude financované zo zdrojov PHYSIKO GmbH. CAA St. Pölten umožní v rámci svojej prevádzky študentom z rakúskych aj slovenských univerzít a študentom iných odborných škôl s podobným zameraním, absolvovať odbornú prax v nemeckom jazyku.
- c) **Príjem z aktivít CAA po ukončení realizácie projektu, bude využívaný výlučne na pokrývanie nákladov zabezpečenia udržateľnosti výsledkov projektu, t.j. prevádzkovanie CAA Bratislava a CAA St. Pölten. Podrobnejšie informácie o prevádzke plánovanej infraštruktúry a príjmoch a výdavkoch CAA Bratislava a CAA St. Pölten uvádzame v nepovinnnej prílohe č. 2: Finančná analýza prevádzky CAA. V priebehu realizácie projektu nebude projekt generovať príjem.**

Partneri projektu v procese prípravy projektu už niekoľko mesiacov intenzívne komunikujú s poisťovňami VŠZP, Union, SVA a SVB, čo dokladujú podpísané memorandá o spolupráci, uvedené v prílohe tejto ŽoNFP. Slovenská zdravotná poisťovňa UNION sa Memorande o spolupráci písomne zaviazala, že je pripravená začať rokovania o platbách za štandardizované zdravotné výkony ako aj za vybrané formy pohybovej aktivity a prispieť tak k dlhodobej udržateľnosti činnosti centra CAA, následne po jeho vybudovaní. S ostatnými tromi zdravotnými poisťovňami VŠZP (SK) a SVA (AT) a SVB (AT) osobné rokovania o platbách za štandardizované zdravotné výkony ako aj za vybrané formy pohybovej aktivity, intenzívne pokračujú.

2. **V oblasti inštitucionálnej spolupráce bude udržateľnosť zabezpečená:**

- a) kontinuálnou spoluprácou partnerov projektu, ktorí už 14 rokov pôsobia ako úspešný cezhraničný odborný tím
- b) kontinuálnou spoluprácou so strategickými partnermi projektu, t.j. **zdravotnými poisťovňami na Slovensku (VŠZP a UNION) a v Rakúsku (SVA a SVB)**, ktoré aktívne vyjadrili podporu pre spoluprácu s CAA, čo dokladuje popis strategických partnerstiev a predmetu spolupráce v memorandách o spolupráci so zdrav. poisťovňami (viď. Nepovinná príloha č. 3: Zoznam strategických partnerov a vyjadrenia podpory)
- c) spoluprácou so **zástupcami samospráv, t.j. obcami** nachádzajúcimi sa na území Bratislavského, Trnavského samosprávneho kraja a spolkových krajín Dolné Rakúsko a Burgenland, ktoré sú strategickými partnermi projektu viď. Nepovinná príloha č. 3: Zoznam strategických partnerov a vyjadrenia podpory
- d) spoluprácou so **Slovenskou akadémiou vied**, ako strategickým partnerom pre implementáciu najnovších vedeckých poznatkov do praktickej činnosti CAA
- e) kontinuálnou spoluprácou s ostatnými strategickými partnermi, viď. Nepovinná príloha č. 3: Zoznam strategických partnerov a vyjadrenia podpory

3. V oblasti podpory soc. inklúzie seniorov: Pokračovaním informačnej kampane zameranej na soc. inklúziu, podporu zdravia a zlepšenie kvality života seniorov – ako jednotlivcov. Výsledkom bude zvýšenie povedomia seniorov - ako jednotlivcov, o možnostiach pohybovej aktivity, ktorú môžu a sú schopní vykonávať každodenne i v domácich podmienkach. Tento dlhodobý benefit projektu bude pokračovať kontinuálne aj po ukončení jeho realizácie. Tlačené informačné materiály, webstránka, facebookové konto a iné výstupy informačnej kampane pre verejnosť budú aj po skončení realizácie projektu dlhodobo resp. kontinuálne, prístupné verejnosti. Dlhodobú udržateľnosť tohto výstupu projektu zabezpečíme v kooperácii so strategickými partnermi projektu - zdrav. poisťovňami a zástupcami samospráv v cezhraničnom regióne.

4. V oblasti zvyšovania kvalifikácie odborného personálu (všeobecní a geriatrickí lekári, opatrovatelia seniorov, pohyboví terapeuti a tréneri, fyzioterapeuti, študenti medicíny, vied o športe, výživy, ošetrovateľstva a fyzioterapie): poskytovaním konzultačnej činnosti a poskytovaním odborných informácií za účelom zvyšovania kvality starostlivosti v oblasti pohybovej aktivity a remobilizácie seniorov.

DE:

Nach Abschluss des Projekts haben beide Projektpartner die Nachhaltigkeit des Projekts auf mehreren Ebenen sicher zu stellen. Oberste Prämisse ist der öffentliche Zugang zu allen Projektergebnissen und gleichwertige Zugang der Bevölkerung auf beiden Seiten der Grenzregion.

1. Die finanzielle Nachhaltigkeit des Projekts und die finanzielle Nachhaltigkeit der Projektergebnisse sind gesichert:
 - a. CAA Bratislava wird von der Comenius-Universität in Bratislava (UK) finanziert werden, CAA wird ein eigenes Department von FTVS UK werden. Neben speziellen Angeboten für die Zielgruppe der Senioren, wird das CAA in Bratislava auch spezieller Arbeitsplatz für die FTVS UK. Dieser Arbeitsplatz wird eine einzigartige Gelegenheit für FTVS UK Studenten des Curriculum „Sport und Gesundheit“ und Physiotherapie (im Akkreditierungsverfahren) und anderen Studierenden mit ähnlichen Schwerpunkten bieten, praktische Ausbildung und die berufliche Praxis zu vervollständigen. **Ein wesentlicher Teil der Personalkosten wird aus dem jetzigen Personal der Fakultät bestehen. Ausgaben für das Personal sind keine Erhöhung der Ausgaben der Fakultät (mehr im optionalen Anhang Nr. 2: Finanzanalyse der CAA-Aktivitäten).**
 - b. CAA St. Pölten wird von der PHYSIKO GmbH finanziert. CAA St. Pölten ermöglicht es Studenten von österreichischen und slowakischen Universitäten und Studenten anderer Universitäten mit dem ähnlichen Schwerpunkten ihre deutschen Sprach-Skills zu verbessern.
 - c. Die Erträge aus den Aktivitäten der CAA nach Abschluss des Projektes werden ausschließlich zur Deckung der Kosten der Sicherstellung der Nachhaltigkeit und des Betrieb des CAA verwendet werden. Genauere Informationen über den Betrieb der geplanten Infrastruktur und Einnahmen/Ausgaben der CAA Bratislava und St. Pölten sind im optionalen Anhang Nr. 2: Finanzanalyse der CAA-Aktivitäten. Während der Projektimplementierung generiert das Projekt keinen Umsatz.

Während der Projektvorbereitung gab es intensiven Austausch zwischen den Projektpartnern und Versicherungen VSZP, Union, SVA und SVB über mehrere Monate, gut dokumentiert durch die unterzeichneten Vereinbarungen über die Zusammenarbeit im Anhang zu diesem Antrag. Die Slowakische Gesundheitsversicherung UNION hat in Ihrer schriftlichen Unterstützung bereits die Verhandlungen über Zahlungen für CAA-Leistungen sowie für ausgewählte Formen der körperlichen Aktivität nach Errichtung des CAA zugesichert und trägt so zu einem Nachhaltigen Betrieb des des CAA bei. Mit den drei Versicherungsgesellschaften VSZP (SK), SVA (AT) und SVB (AT), laufen weiterhin persönliche Verhandlungen über Kostenübernahmen der Leistungen in die Kataloge der Versicherungen.

2. Im Bereich der institutionellen Zusammenarbeit wird die Nachhaltigkeit sichergestellt durch:
 - a. kontinuierliche Zusammenarbeit der Projektpartner, die seit 14 Jahren als erfolgreiches grenzüberschreitendes Team tätig sind
 - b. Kontinuierliche Zusammenarbeit mit den strategischen Partnern des Projekts und Krankenkassen in der Slowakei (VZZP und UNION) und Österreich (SVA und SVB), die ihre aktive Unterstützung für eine Zusammenarbeit im CAA zum Ausdruck gebracht haben. (siehe Optionaler Anhang 3: Liste der strategischen Partner und Unterstützungsbekundungen)
 - c. Zusammenarbeit mit Vertretern der Selbstverwaltung und Gemeinden im Gebiet der Selbstverwaltungsregionen Bratislava, Trnava und den Bundesländern Niederösterreich und Burgenland über die strategischen Partner des Projektes. Optionaler Anhang Nr. 3: Liste der strategischen Partner und Unterstützungsbekundungen
 - d. die Zusammenarbeit mit der Slowakischen Akademie der Wissenschaften als strategischer Partner für die Umsetzung der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse in die Praxis des CAA und
 - e. Kontinuierliche Zusammenarbeit mit anderen strategischen Partnern, vgl. Optionaler Anhang Nr. 3: Liste der strategischen Partner und Unterstützungsbekundungen
3. Im Bereich der sozialen Unterstützung und sozialen Integration der Senioren:

Fortsetzen der Informationskampagne zur Förderung der Gesundheit und die Lebensqualität der Senioren. Mit dem Ergebnis das Bewusstsein über die Möglichkeiten der täglich zu Hause durchgeführten körperlichen Aktivität

unter den Senioren zu erhöhen. In Zusammenarbeit mit strategischen Partnern im Projekt (Vertreter der Städte, Dörfer in der Grenzregion) die Information/Brochuren langfristig der Öffentlichkeit zur Verfügung zu stellen. Zur Förderung der Gesundheit ausgerichtet, um kontinuierlich die Lebensqualität der Senioren zu steigern. . Dieser langfristige Nutzen des Projekts wird auch nach seiner Fertigstellung kontinuierlich fortgeführt. Gedrucktes Informationsmaterial, Website, Facebook-Konto und andere Ergebnisse der Informationskampagne für die Öffentlichkeit werden langfristig verfügbar sein und auch nach Abschluss des Projektes gewartet und für die Öffentlichkeit zugänglich sein.

4. Im Bereich der Erhöhung der Qualifikation von Fachpersonal (Allgemein- und geriatrische Ärzte, Senioren, Bewegungstherapeuten und -trainer, Physiotherapeuten, Medizinstudenten, Sportwissenschaft, Ernährung, Krankenpflege und Physiotherapie):
Information von Fachkräften und die Bereitstellung von professionellen Informationen, um die Qualität der Versorgung in Bewegung und physikalische Therapie bei Senioren zu erhöhen

Relevantné stratégie **Relevante Strategien**

Súlád s relevantnými politikami EÚ (vrátane makroregionálnych stratégií, napr. EU2020, EUSDR); Súlad s národnými/regionálnymi/lokálnymi stratégiami a koncepciami.

Beitrag zu Übereinstimmung mit relevanten Strategien der EU (einschließlich makro-regionaler Strategien, z.B. EU 2020, EU-Strategie für den Donaauraum); Beitrag zu Übereinstimmung mit nationalen/regionalen/lokalen Strategien und Konzepten.

SK:

Ciele tohto projektu priamo reagujú na ciele Stratégy EÚ na zabezpečenie inteligentného, udržateľného a inkluzívneho rastu a rešpektujú hlavné ciele, ktoré si EÚ stanovila dosiahnuť do roku 2020. Jednotlivé aktivity priamo prispievajú k napĺňaniu cieľa dosiahnutia inkluzívneho rastu, konkrétne tým spôsobom, že projektové aktivity sa priamo fokusujú na zvýšenie sociálnej inklúzie seniorov v cezhraničnom regióne, prostredníctvom poskytovania služieb, ktoré majú výrazný vplyv na zlepšenie kvality zdravia, vitality a kvality života seniorov a umožnia tak, aby seniori, ktorí dnes tvoria takmer 25% z celkovej populácie slovensko-rakúskeho cezhraničného regiónu, boli dlhšie produktívnymi a aktívnymi občanmi plne zapojenými do sociálneho diania v regióne. Vďaka prínosom projektu v oblasti sociálnej inklúzie a kvality zdravia a života seniorov je tento projekt kompatibilný aj s cieľmi, prioritami a stratégiami hlavného strategického dokumentu Slovenskej republiky na programové obdobie 2014-2020, t.j. Partnerskej dohody na roky 2014 – 2020 medzi SR a Európskou komisiou. V programovej rovine, na úrovni programu spolupráce INTERREG V-A SK-AT, tento projekt prispieva konkrétne k dosahovaniu cieľov investičnej priority 11b, špecifický cieľ č. 4.1: posilnenie inštitucionálnej spolupráce, konkrétne reagujú na tretí hlavný aspekt toho cieľa, ktorým je podpora spolupráce v tých oblastiach politiky, kde v strednodobej a dlhodobej perspektíve vznikajú významné spoločenské výzvy, v našom prípade je to výzva zachovania kvality zdravia a sociálnej inklúzie seniorov, ktorí dnes tvoria ¼ populácie cezhraničného regiónu.

DE:

Dieses Projekt zielt darauf ab, die EU-Strategie für intelligentes, nachhaltiges und integratives Wachstum zu fördern, die bis 2020 umgesetzt wird. Die Aktivitäten im Projekt leisten einen Beitrag um die soziale Integration und Verbesserung der Lebensqualität der älteren Menschen in der Grenzregion, durch die Bereitstellung von Dienstleistungen zu erhöhen. Das beantragte Projekt trägt zur sozialen Eingliederung und Steigerung der Gesundheit und Lebensqualität von Senioren bei und somit zu den Zielen und Prioritäten auf Programmebene. Im speziellen zur Erreichung der Ziele der Investitionsprioritäten 11b spezifisches Ziel Nr. 4.1: institutionelle Zusammenarbeit zu stärken, in denen die mittel- bis langfristigen und erheblichen gesellschaftlichen Herausforderungen, in unserem Fall die Qualität der Gesundheit und der sozialen Integration der älteren Menschen zu erhalten. Der Anteil der Senioren beträgt heute ca. 25% der Gesamtbevölkerung in der slowakisch-österreichischen Grenzregion.

Synergie v rámci projektu **Synergien im Rahmen des Projekts**

SK:

Multiplikačný efekt projektu a synergický efekt využitia výsledkov projektu bude aplikovateľný vo všetkých zariadeniach poskytujúcich starostlivosť o seniorov.

V oblasti zvýšenia kvality zdravia a života seniorov a sociálnej inklúzie seniorov bude synergický efekt a multiplikácia výsledkov projektu viditeľná po implementácii informačnej kampane na zvýšenie povedomia o pohybovej aktivite seniorov v 2 úrovniach – ako pre jednotlivcov (Manuál pre manažment pohybovej aktivity seniorov v domácich podmienkach) tak aj pre seniorov ako spoločenskú skupinu tvoriacu podstatnú časť spoločnosti, ohrozenú soc. Exklúziou, a to najmä u seniorov využívajúcich služby v zariadeniach sociálnych služieb pre ktoré je v projekte určený odborný product - Klasifikácia úrovní programov pohybovej aktivity, prevencie a podpory zdravia seniorov a pracovný balík poskytovania školení pre odborných zamestnancov, ktorí poskytujú seniorom v zariadeniach soc. služieb služby vrátane pohybovej aktivity. Konferencie projektu a jeho komunikačná kampaň prispeje k vytvoreniu platformy na širšiu spoločenskú diskusiu o kvalite života a zdravia seniorov a úlohe krajov, miest a obcí a tiež úlohe zariadení sociálnych služieb a o kvalite služieb, ktoré sú v nich seniorom poskytované.

DE:

Ein Multiplikator-Effekt des Projekts und Synergien ergeben sich durch die Nutzung der Ergebnisse des Projekts in allen Einrichtungen für ältere Menschen. Zur Verbesserung der sozialen Integration und Erhöhung der Gesundheit- und Lebensqualität von Senioren soll eine Informationskampagne zur Sensibilisierung für die körperliche Betätigung von Senioren durchgeführt werden, welche folgende Personen adressiert:

- Einzelpersonen (Handbuch für das Management der körperlichen Aktivität für Senioren im häuslichen Umfeld) und für
- ältere Menschen als Gruppe, die besonders Anfällig sind sich aus sozialen Aktivitäten zurückzuziehen

Ein Beitrag dazu sind unsere Arbeitspakete für das Programm der körperlichen Aktivität, Prävention und Gesundheitsförderung, die Ausbildung von Fachleuten, Ausrichtung von Konferenzen und Durchführung von Informationskampagnen. Diese bieten die Basis für eine Plattform für eine breitere öffentliche Diskussion über die Qualität des Lebens und der Gesundheit älterer Menschen und ihre Rolle in den Regionen und Gemeinden sowie notwendige und zu schaffende Dienstleistungen und deren Qualität, für die Seniorenbetreuung.

Horizontálne princípy

Horizontale Prinzipien

Horizontálne princípy Horizontale Prinzipien	Spôsob prispievania Auswirkung (Indikator)	Popis prispievania Beschreibung der Wirkung
Udržateľný rozvoj Nachhaltige Entwicklung	pozitívny / positiv	SK: Projekt bude uplatňovať princípy udržateľného prístupu k využívaniu prírodných zdrojov, prostredníctvom šetrenia prírodných zdrojov v rámci administratívneho zabezpečenia projektu, recyklácie znovupoužiteľného vybavenia, šetrného prístupu k využívaniu energií v rámci prevádzkovania CAA, a dôslednej separácie odpadu s ohľadom na možnosti jeho ďalšej recyklácie a bezpečného spracovania. Tieto princípy budú zachovávané v procese vykonávania aktivít projektu, ktoré produkujú odpad, či využívajú energie z neobnoviteľných zdrojov v rámci projektu a budú tiež uplatňované v rámci všetkých aktivít projektu. Všetci zamestnanci pracujúci na projekte s nimi budú oboznámení a budú dohliadať na to, aby boli tieto princípy rešpektované v rámci implementácie všetkých aktivít projektu.
		DE: <i>Das Projekt wird die Prinzipien der nachhaltigen Ansätze zur Nutzung natürlicher Ressourcen durch die Einsparung von natürlichen Ressourcen im administrativen Bereich des Projekts, das Recycling von Mehrweg-Geräten, rücksichtsvollen Umgang mit Energie im Betrieb der CAA und Abfalltrennung in Bezug auf die Möglichkeit einer weiteren Verwertung berücksichtigen. Diese Grundsätze werden bei der Umsetzung der Projektaktivitäten beibehalten und die Produktion oder die Nutzung von Energie aus erneuerbaren Ressourcen in allen Projektaktivitäten angewendet. Alle Mitarbeiter im Projekt werden entsprechend informiert und angehalten dafür</i>

		<i>sorgen, dass diese Grundsätze bei der Umsetzung aller Projektmaßnahmen eingehalten werden und für jede Person gelten, die in irgendeiner Weise am Projekt beteiligt ist.</i>
Rovnosť mužov a žien Gleichstellung von Frauen und Männern	pozitívny / positiv	SK: Projekt bude uplatňovať princípy rovnosti mužov a žien, pri výbere kandidátov na všetky pracovné pozície. Aktuálne v rámci prípravnej fázy projektu pracuje úzky tím projektových manažérov, z ktorých sú dvaja muži a jedna žena. Interný projektový tím bude mať možnosť absolvovať školenia v oblasti projektového manažmentu, čo výrazne prispeje k odborným kapacitám organizácií, t.j. partnerov projektu, pre ktorých pracujú a zároveň sa tým zvýši aj odbornosť týchto zamestnancov ako jednotlivcov, a tým sa zvýši aj ich zamestnateľnosť na trhu práce a konkurencieschopnosť. V rámci projektu sa budú vykonávať aj iné školiace aktivity pre interných odborných zamestnancov, pri ktorých bude rovnako uplatňovaný princíp rovnosti mužov a žien. Princíp rovnosti mužov a žien bude uplatňovaný v rámci všetkých aktivít projektu. Všetci zamestnanci pracujúci na projekte budú s týmto princípom oboznámení a budú dohliadať na to, aby boli tieto princípy rešpektované v rámci implementácie všetkých aktivít projektu a aby sa uplatňovali na každú osobu, ktorá sa akokoľvek do projektu zapojí alebo s ním príde do kontaktu. DE: <i>Das Projekt wird die Grundsätze der Gleichstellung von Frauen und Männern bei jeder neu zu schaffenden Position innerhalb des CAA gewährleisten. In die Projektvorbereitung waren zwei Männer und eine Frau, für die es der Wiedereinstieg nach Elternkarenz ist, involviert. In allen Ausbildungsaktivitäten und internen Mitarbeiterschulungen werden die Grundsätze der Gleichheit von Mann und Frau angewendet werden. Diese Grundsätze werden in den Prozess der Arbeitsplatzbesetzung, sowie auch in allen anderen Projektaktivitäten angewendet werden. Alle Mitarbeiter im Projekt werden entsprechend informiert und angehalten dafür sorgen, dass diese Grundsätze bei der Umsetzung aller Projektmaßnahmen eingehalten werden und für jede Person gelten, die in irgendeiner Weise am Projekt beteiligt ist.</i>
Nediskriminácia Nichtdiskriminierung	pozitívny / positiv	SK: V rámci projektu budú uplatňované zásady nediskriminácie a rovnosti všetkých osôb bez ohľadu na ich pohlavie, rod, sexuálnu orientáciu, etnickú príslušnosť, rasu, náboženskú orientáciu, vieru, vek a zdravotné postihnutie. Tieto princípy budú zachovávané v procese obsadzovania pracovných pozícií v rámci projektu a budú tiež uplatňované v rámci všetkých aktivít projektu. Všetci zamestnanci pracujúci na projekte s nimi budú oboznámení a budú dohliadať na to, aby boli tieto princípy rešpektované v rámci implementácie všetkých aktivít projektu a aby sa uplatňovali na každú osobu, ktorá sa akokoľvek do projektu zapojí alebo s ním príde do kontaktu. DE: <i>Das Projekt folgt dem Prinzip der Nichtdiskriminierung und der Gleichheit aller Menschen, unabhängig von Geschlecht, sexueller Orientierung, der ethnischen Zugehörigkeit, der</i>

		Rasse, religiöse Orientierung, Religion, Alter und Behinderung. Diese Grundsätze werden bei der Vergabe der Arbeitsplätze im Projekt und auch bei allen anderen Projektaktivitäten angewendet werden. Alle Mitarbeiter im Projekt werden entsprechend informiert und angehalten dafür sorgen, dass diese Grundsätze bei der Umsetzung aller Projektmaßnahmen eingehalten werden und für jede Person gelten, die in irgendeiner Weise am Projekt beteiligt ist.
--	--	--

Pracovní plán podľa pracovného balíčka (PB)
Arbeitsplan nach Arbeitspaket (AP)

Poradové číslo PB Nummer des AP	Názov PB Bezeichnung des AP
0	Príprava projektu Projektvorbereitung
Zapojenie partnera Beteiligung	
Zapojení partneri Beteiligte Partner	FTVŠ UK, Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.
SK Partneri sa v pravidelných intervaloch stretávali na pracovných stretnutiach v Bratislave a St. Pölten od februára 2015. Uskutočnilo sa spolu viac ako 30 stretnutí, ktoré boli zamerané na optimalizáciu obsahovej časti náplne činnosti CAA (zvyšovanie efektívnosti poskytovaných programov v rámci činnosti centier) a rovnako na zvýraznenie sociálneho rozmeru najmä stratégiami na disemináciu informácií čo najvyššiemu počtu seniorov a rovnako na odovzdávanie know-how AT aj SK odborníkom v oblasti starostlivosti o seniorov. Dokumentácia stretnutí viď príloha. V rámci prípravy projektovej žiadosti bolo potrebné zabezpečiť projektovú dokumentáciu stavby CAA nižšieho rádu. FTVŠ UK si nechala vypracovať predmetnú dokumentáciu ako externú službu – vypracovanie investičného zámeru, ktorý prikladáme ako prílohu žiadosti. Pesonálne zabezpečovali prípravu projektu dvaja pracovníci slovenského partnera a jeden výskumný pracovník karúskeho partnera.	
DE Die Partner trafen sich seit Februar 2015 in regelmäßigen Abständen in Bratislava, St. Pölten und Wien. Es gab zusammen 25 Treffen, deren Inhalt es war die CAA-Aktivitäten zu optimieren (Verbesserung der Effizienz der angebotenen Programme in den Aktivitätszentren), sowie die soziale Dimension insbesondere die Strategie für die Verbreitung von Informationen an Senioren sowie den Transfer von Know-how der AT und SK-Experten im Bereich der Seniorenbetreuung hervorzuheben. Besprechungsunterlagen siehe Anhang. Zur Vorbereitung des Projektantrages war es notwendig, eine Baudokumentation des CAA in reduzierter Form durchzuführen. FTVŠ UK hat mit der Dokumentation der Investition einen externen Dienstleister beauftragt - die als Anhang beiliegt. In die Projektvorbereitung waren zwei Mitarbeiter des slowakischen und ein Mitarbeiter des österreichischen Partners beteiligt.	

Poradové číslo PB <i>Nummer des AP</i>	Názov PB <i>Bezeichnung des AP</i>
1	Riadenie projektu <i>Projektmanagement</i>
Zapojenie partnera <i>Beteiligung</i>	
Zodpovedný partner <i>Verantwortlicher Partner</i>	FTVŠ UK
Zapojení partneri <i>Beteiligte Partner</i>	Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.
-	
SK: Projektový manažment projektu zabezpečuje interný tím pracovníkov. Keďže tieto dva odborné tímy už spolu 4 úspešné projekty v rámci programu Interreg, komunikácia a predávanie informácií, ako aj schopnosť reagovať na aktuálne výzvy, je v tomto tíme zvládnutá na vynikajúcej úrovni. Projektový manažment na strategickej a prevádzkovej úrovni bude vychádzať z doterajších skúseností partnerov ohľadne spoločnej implementácie projektov. Projektový manažment budú zabezpečovať traja interní pracovníci partnerov. Riadenie projektu budú zabezpečovať spolu traja interní pracovníci, dvaja na SK a jeden u AT partnera. Za hlavného partnera SK to budú dvaja pracovníci na pozíciách „projektový manažér“ a „asistent projektového manažéra“, obaja ako interní zamestnanci pracujúci na plný úväzok. Za partnera projektu AT bude riadenie projektu zabezpečovať jeden interný „projektový manažér“ pracujúci na plný pracovný úväzok. Personál zapojený do realizácie pracovného balíka na strane SK partnera: - 1 projektový manažér úspešne implementoval 4 predchádzajúci Interreg projekty - 1 asistent projektového manažéra“ Na strane AT partnera: - 1 interný zamestnanec na pozícii „projektový manažér“ pracujúci na tejto pozícii plný úväzok Dvaja pracovníci, jeden na strane SK a jeden u AT partnera, budú koordinovať riadenie projektu s ohľadom na vedecké a odborné aktivity projektu a koordinovať dosahovanie cieľov vo vedeckej a odbornej oblasti. Vytvoria koordinovaný tím, ktorý bude zabezpečovať plynulú implementáciu odborných aktivít a dosahovanie cieľov v odbornej a vedeckej úrovni a tiež cezhraničné finančné riadenie. Budú zodpovední za celkové projektové riadenie, koordináciu všetkých procesov v rámci projektu, implementáciu komunikačnej stratégie a publicity projektu, finančné riadenie projektu, podávanie správ a hodnotiacich výstupov projektu, komunikáciu s RO, finalizáciu dokumentácie pre RO, za priebežný monitoring dosahovania individuálnych cieľov projektu a špecifického cieľa a dosahovanie stanovených merateľných ukazovateľov, a v neposlednej rade na každodennej báze bude koordinovať prevádzkovanie všetkých každodenných činností všetkých členov zabezpečujúcich riadenie projektu ale tiež všetkých členov projektového tímu za odborný, technický a iný personál. Asistent PM u hlavného partnera SK bude zabezpečovať podporné administratívne práce pre všetkých projektových manažérov, podporné činnosti súvisiace s organizáciou podujatí, zber a spracovanie údajov pre účely monitorovania výsledkov a výstupov projektu, registráciu klientov a pod. Rizikový a kvalitatívny manažment bude zabezpečený unikátnou kombináciou všetkých 3 zamestnancov. Projektoví manažéri budú komunikovať priebežne podľa potreby, budú zasielať výstupné reporty, a raz za mesiac sa uskutoční koordináčne pracovné stretnutie PM, v prípade potreby častejšieho kontaktu sa uskutoční konferenčný hovor prostredníctvom skype hovoru.	
DE: <i>Dieses AP wird durch die internen Mitarbeiter betreut. Auf beiden Seiten sichert die 14 Jahre lang erfolgreiche Zusammenarbeit, in denen gemeinsam vier erfolgreiche Interreg Projekte durchgeführt wurden die Expertise im Projektmanagement auf strategischer und operativer Ebene. Das Projekt wird von drei internen Mitarbeitern geleitet, zwei beim SK und einer beim AT-Partner. Beim Leadpartner werden zwei Mitarbeiter in den Positionen "Project</i>	

Manager" und "Assistant Project Manager" beschäftigt sein, beide als festangestellte interne Mitarbeiter. Beim AT-Projektpartner wird ein Projekt "Vollzeit" -Projektmanager das Projekt leiten.

Beteiligtes Personal bei der Umsetzung des Arbeitspakets:

SK-Partner:

- 1 interner Mitarbeiter "Projektmanager", Vollzeit
- 1 interner Mitarbeiter "Assistenz für Projektmanager", Vollzeit

AT Partner:

- 1 interner Mitarbeiter "Projektmanager", Vollzeit

Die Mitarbeiter beider Partner, koordinieren das Projekt in Bezug auf wissenschaftliche und technische Aktivitäten des Projekts und die Erreichung der Ziele. Sie bilden ein Team, das die reibungslose Umsetzung der administrativen, operativen Tätigkeiten und die Erreichung der Ziele, sowie die grenzüberschreitende Finanzverwaltung sicherstellt.

Sie sind verantwortlich für das Gesamtprojektmanagement, die Koordination aller Prozesse innerhalb des Projektes, die Umsetzung der Kommunikationsstrategie und Publizität des Projekts, das Finanzprojektmanagement, die Berichterstattung und die Bewertung von Projektausgaben, Kommunikation mit offiziellen Stellen, Abschluss der Dokumentation für offizielle Stellen, für die kontinuierliche Überwachung der Erreichung der einzelnen Ziele des Projekts und der spezifischen Ziele und die Erreichung der messbaren Indikatoren.

PM Assistant ist eine administrative Unterstützung für alle Projektmanager, Support-Aktivitäten in Zusammenhang mit der Organisation von Veranstaltungen, Datenerfassung und Verarbeitung für die Zwecke der Überwachung von Projektergebnissen und Ergebnisse, Client-Registrierung und so weiter.

Projektmanager kommunizieren kontinuierlich und einmal im Monat gibt es Projektpartnertreffen, wenn nötig häufiger, in der Zwischenzeit erfolgt die Kommunikation über Telefonkonferenzen, E-Mail und Skype.

Aktivita a výstupy aktivít v rámci pracovného balíčka

Aktivitäten und Detailoutputs des Arbeitspakets

Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Administratívne zabezpečenie projektu, komunikácia s poskytovateľom a vzájomné koordinácia projektového tímu
	Bezeichnung der Aktivität: Administration, Kommunikation und Koordination der Projektpartner
	Popis aktivity: Túto aktivitu bude zabezpečovať PM hlavného partnera, pracujúcina celý úväzok, ktorý bude zodpovedný za celkové projektové riadenie, koordináciu všetkých procesov v rámci projektu, podávanie správ a hodnotiacich výstupov projektu, komunikáciu s RO, finalizáciu dokumentácie pre RO, za priebežný monitoring dosahovania individuálnych cieľov projektu a špecifického cieľa a dosahovanie stanovených merateľných ukazovateľov. V rámci tejto aktivity bude vykonávať konkrétne tieto činnosti: komunikácia s RO, vypracovávanie monitorovacích správ k projektu, vypracovávanie ŽoP, administratívne zabezpečenie realizácie VO pre projekt, administratívne zabezpečenie všetkých procesov súvisiacich s povinnosťami prijímateľa voči poskytovateľovi finančnej pomoci. Na zabezpečení tejto aktivity budú tiež spolupracovať ďalší členovia tímu, (jeden za AT a SK stranu). Členovia tímov budú komunikovať priebežne podľa potreby, budú zasielať výstupné reporty, a raz za mesiac sa uskutoční koordináčny pracovný stretnutie PM, v prípade potreby častejšieho kontaktu sa uskutoční konferenčný hovor prostredníctvom skype hovoru.
	Beschreibung der Aktivität: Diese Aktivität wird sicherstellen, dass der Hauptpartner die ganze Zeit für das gesamte Projektmanagement, die Koordination aller Prozesse innerhalb des Projekts, die Berichterstattung und die Bewertung der Projektausgaben, die Kommunikation mit offiziellen Stellen, die Finalisierung der Dokumentation für die offiziellen Stellen und für die laufende Überwachung verantwortlich ist. Die Erreichung der individuellen Ziele des Projekts und die spezifischen Ziele und die Erreichung messbarer Indikatoren. Spezielle Tätigkeiten sind: die Kommunikation mit offiziellen Stellen und die Vorbereitung von Monitoring-Berichten über das Projekt und die Vorbereitung von Zahlungsanträgen und alle Prozesse, die mit gegenüber des Fördergebers verpflichtend sind. Projektmanager kommunizieren kontinuierlich und einmal im

	Monat gibt es Projektpartnerntreffen, wenn nötig häufiger, in der Zwischenzeit erfolgt die Kommunikation über Telefonkonferenzen, E-Mail und Skype.	
D	Výstup: výstupmi budú všetky dokumenty administratívneho charakteru, súvisiace s riadením projektu, komunikáciou prijímateľa s poskytovateľom finančnej pomoci, komunikácia s poskytovateľom, hlásenia a pod.	Cieľová hodnota/Zielwert 36 stretnutí projektových manažérov
	Detailoutput: Berichte, Zahlungsanträge und Kommunikation mit den offiziellen Programmstellen	
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Finančné riadenie projektu	
	Bezeichnung der Aktivität: Finanzmanagement	
	Popis aktivity: V rámci danej aktivity budeme zabezpečovať komplexné finančné riadenie projektu, pripravovať podklady k ŽoP, vypracovanie a predkladanie ŽoP, sledovať výdavky projektu, viesť oddelené projektové účtovníctvo, kontrola faktúr pre účel projektu, realizácia úhrad došlých faktúr, evidencia všetkých výdavkov projektu analytickou evidenciou, t. j. oddelenou od bežného účtovníctva partnerov projektu. Aktivitu bude zabezpečovať PM projektu.	
	Beschreibung der Aktivität: Im Rahmen dieser Tätigkeit wird eine umfassende finanzielle Verwaltung des Projekts, die Vorbereitung von Zahlungsanträgen, Monitoring der Projektkosten, Führung separater Projekt-Konten, Überprüfung von erhalten Rechnungen , Aufzeichnungen über alle Ausgaben des Projektes durch den Projektmanager sichergestellt.	
D	Výstup: Priebežná evidencia výdavkov a v účtovnom systéme, podklady pre ZDV,	Cieľová hodnota/Zielwert Počet ŽoP – max.12
	Detailoutput: Laufende Ausgabenaufzeichnungen und Abrechnungssysteme für ZDV,	
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Monitoring projektu	
	Bezeichnung der Aktivität): Projekt-Monitoring	
	Popis aktivity: Aktivitu bude zabezpečovať PM projektu pracujúci na plný úväzok a asistent PM. Bude zahŕňať monitoring priebežnej realizácie projektu, sledovanie naplňania merateľných ukazovateľov, sledovanie k prínosu HP, priebežný monitoring výstupov a výsledkov projektu, sledovanie naplnenia cieľov projektu. Sumarizovanie výstupov projektu v monitorovacích správach projektu a inej dokumentácii, ktorá budemonitorovať výsledky projektu.	
	Beschreibung der Aktivität: Diese Aktivität wird eine kontinuierliche Überwachung der Projektdurchführung, die Überwachung der Erfüllung von messbaren Indikatoren, die laufende Überwachung der Projektergebnisse sowie die Überwachung der Erfüllung der Ziele des Projekts durch die Projektmanager und Assistenten umfassen. Erstellung von Budgetberichten und anderer Dokumentationen für das Projektmonitoring.	
D	Výstup: Výstupom monitorovania bude príprava materiálov pre eoverovanie dodržiavania harmonogramu aaktivít, naplňania merateľných ukazovateľov, monitoring finančného plánu projektu,	Cieľová hodnota/ Zielwert Počet podaných MS - 12

	napĺňanie cieľov projektu a všetkých záväzkov prijímateľa voči poskytovateľovi, v zmysle Zmluvy o poskytnutí ERDF. Výstupy z tejto aktivity budú zosumarizované v monitorovacích správach projektu.	
	<i>Detailoutput:</i> <i>Ausgaben controlling, Zeiterfassung, die Erfüllung der messbaren Indikatoren, die Überwachung der finanziellen Pläne des Projekts, die Umsetzung der Ziele des Projekts und alle Verpflichtungen des Begünstigten im Sinne der Bestimmung des EFRE. Das Ergebnis dieser Aktivität wird in den Projektberichten zusammengefasst.</i>	
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Uskutočnenie verejného obstarávania	
	<i>Bezeichnung der Aktivität:</i> Öffentliche Beschaffung	
	Popis aktivity: Verejné obstarávanie tovarov a služieb pre projekt bude zabezpečené: - za slovenského partnera FTVŠ UK internými kapacitami hlavného partnera projektu – Univerzitou Komenského (Oddelenie verejného obstarávania) Predmetom obstarávania budú nasledovné tovary a služby: - Stavebné práce v Bratislave – vybudovanie Centra aktívneho starnutia - Prístrojové vybavenie CAA v Bratislave - Dopravné služby - Služby jazykového vzdelávania Pre položky rozpočtu, kde má UK v Bratislave uzavreté rámcové zmluvy s platnosťou pre celú UK budeme obstarávať tovary a služby od vysúťažných dodávateľov. Týka sa to tovarov a služieb, ktoré sú pre tento projekt relevantné. Rakúsky partner bude zabezpečovať verejné obstarávanie internými kapacitami partnera projektu (Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.) na všetky položky.	
	<i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Zuständigkeiten für die Beschaffung von Waren und Dienstleistungen für das Projekt:</i> - Der slowakische Partner FTVŠ UK interne Kapazität des Hauptprojektpartners - Comenius Universität (Abteilung für Beschaffung) <i>Bei der Beschaffung handelt es sich um folgende Waren und Dienstleistungen:</i> - Bauarbeiten in Bratislava - Bau des Zentrums für aktives Altern - Einrichtung des CAA in Bratislava - Transportdienste (für die teilnehmenden Senioren) - Sprachkurse	
	<i>Die Abteilung für Beschaffung der Comenius-Universität in Bratislava hat Rahmenverträge mit Anbietern, die für alle Fakultäten und Abteilungen der Universität zur Beschaffung von Waren und Dienstleistungen gültig sind. Dies gilt auch für Waren und Dienstleistungen, die für dieses Projekt relevant sind.</i> <i>Der österreichische Partner wird für alle Beschaffungen seine internen Kapazitäten der Physiko- und Gesellschaft Rheumatherapie m.b.H. nach allen wirtschaftlichen und Programmrechtlichen Vorgaben sicherstellen.</i>	

D	Výstup: - Ukončenie verejného obstarávanie vo všetkých predmetoch - Kompletná dokumentácia k verejnému obstarávaniu - Obstarané tovary a služby Finálny počet obstarávaní vo viacerých predmetoch VO nie je možné aktuálne presne stanoviť, pretože bude závisieť od počtu predmetných rámcových zmlúv, ktoré bude mať v danom čase realizácie tejto aktivity hlavný partner projektu, UK v Bratislave, aktuálne uzatvorené.	Cieľová hodnota/Zielwert podľa finálneho počtu predmetov obstarávania
	Output: - Abgeschlossene öffentliches Beschaffung in allen Bereichen - Vollständige Dokumentation zur öffentlichen Beschaffung - Waren und Dienstleistungen beschafft Die endgültige Anzahl von Verträgen darzustellen ist durch die variierende Anzahl der Rahmenverträge zum derzeitigen Zeitpunkt nicht möglich, wird aber Teil der Umsetzung der Aktivitäten des Hauptprojektpartners sein.	

Poradové číslo PB <i>Nummer des AP</i>	Názov PB <i>Bezeichnung des AP</i>	
2	Publicita a komunikácia <i>Kommunikation</i>	
Zapojenie partnerov <i>Beteiligung</i>		
PB zodpovedný partner <i>Verantwortlicher Partner</i>	FTVŠ UK	
Zapojení partneri <i>Beteiligte Partner</i>	Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.	
Individuálne ciele projektu <i>Individuelle Ziele des Projekts</i>	Komunikačné ciele <i>Kommunikationsziele</i>	Postup <i>Ansatz / Strategie</i>
SK: CIEĽ 1: zlepšenie podmienok na podporu zdravia a zvýšenie sociálnej inklúzie seniorov prostredníctvom cezhranične koordinovaného zvyšovania úrovne sociálnej infraštruktúry a služieb pre seniorov cezhraničného regiónu	Zvýšiť povedomie / Bewusstseinsbildung	SK: CAA, ktoré vznikne počas implementácie projektu bude poskytovať služby cieľovej skupine. t.j. seniorom žijúcim v cezhraničnej oblasti. Dosiahnutie cieľa č. 1 t.j. „zlepšenia podmienok na zvýšenie kvality zdravia a soc. inklúzie...“je možné dosiahnuť prostredníctvom informačnej kampane pre cieľovú skupinu o dostupnosti týchto služieb, ktoré budú počas realizácie projektu poskytované cieľovej skupine. Pri stanovovaní rozsahu cieľovej skupiny bolo, ako kľúčová podmienka, stanovené kritérium dostupnosti služieb pre cieľovú skupinu do 30 minút. Z tohto kritéria vyplýva rozdiel medzi cieľovou skupinou CAA so sídlom v St. Poltene, kde bude cieľovou skupinou výlučne rakúske obyvateľstvo, a CAA so sídlom v Bratislave, kde bude cieľovou skupinou obyvateľstvo slovenských a rakúskych pohraničných miest a obcí – t.j. obce 30 minút od CAA na AT aj SK strane hranice). Informačná kampaň teda bude zohľadňovať toto

		významné špecifikum. Z dôvodu zabezpečenia čo najlepších podmienok na implementáciu tejto kampane a aj v rámci riadenia rizík, boli už v čase prípravy projektu uzavreté strategické partnerstvá s 1 obcou zo spolkovej krajiny Burgenland a s 3 obcami a 1 mestom zo spolkovej krajiny Niederösterreich a tiež aj s rakúskymi zdrav. poisťovňami, prostredníctvom ktorých budeme oslovovať cieľové skupiny. Tento účel implementácie cezhraničnej informačnej kampane sleduje tiež samostatný pracovný balíček, ktorý podrobne vysvetľuje a opisuje stratégiu prenosu informácií cezhraničnej cieľovej skupine prostredníctvom strateg. partnerov, organizáciou cezhraničnej konferencie atď. Cieľovú skupinu slovenského obyvateľstva plánujeme osloviť prostredníctvom strateg. partnerov projektu a inštitúcie, ktoré projektu vyjadrili podporu, t.j. mestá a obce, zdravotné poisťovne, VÚC - celkový zoznam vid' príloha Zoznam strateg. partnerov a podporovateľov projektu.
<i>DE:</i> Ziel 1 Steigerung der Gesundheit und stärkere soziale Integration älterer Menschen durch eine koordinierte, grenzüberschreitende Verbesserung der sozialen Infrastruktur und Dienstleistungen für Senioren in der Grenzregion.		<i>DE:</i> Die Zielgruppe der CAAs in St. Pölten und Bratislava und Umgebung sind Senioren. Das Ziel der Steigerung der Gesundheit der Gesellschaft soll durch Informationskampagnen erreicht werden. Als Kriterium der Erreichbarkeit wurde eine Fahrtzeit von 30min zu den Zentren beschlossen. Dieses Kriterium ermöglicht im Gegensatz zu dem CAA St. Pölten, wo die Programme ausschließlich der österreichischen Bevölkerung zu Verfügung stehen, in Bratislava eine Nutzung durch slowakische und österreichische Grenzstädte und Dörfer. Die Informationskampagne wird daher diese wichtige Besonderheit berücksichtigen. Um die bestmöglichen Voraussetzungen für die Umsetzung dieser zu gewährleisten, wurden in der Projektvorbereitung strategische Partnerschaften mit Gemeinden und Städten in NÖ und BGLD, sowie Krankenversicherungsträgern abgeschlossen. Die Umsetzung der Informationskampagne erfolgt durch ein eigenes Arbeitspaket.

		<i>In der Slowakei beteiligen sich Kommunen, Krankenversicherungsgesellschaften, und regionale Behörden.</i> <i>Eine umfassende Liste der strategischen Partnerschaften liegt bei.</i>
SK: CIEĽ 2: Zvýšiť úroveň informovanosti a povedomia širokej aj odbornej verejnosti a seniorov ako jednotlivcov o vplyve pohybovej aktivity na zdravie a kvalitu života seniorov.	Zlepšit úroveň vedomostí / Wissenserweiterung	SK: CIEĽ 2: Publicita projektu bude zabezpečená prostredníctvom spolupráce so strategickými partnermi projektu ktoré budú aktívne poskytovať občanom v seniorskom veku (hlavnej cieľovej skupine projektu) informácie. Ďalej budú zrealizované 2 úvodné a 2 záverečné hodnotiace konferencie pre odbornú verejnosť, na 2 kľúčových miestach cezhraničného regiónu (1. St. Pölten, 2.BA), kde bude projekt a jeho ciele prezentované odbornej verejnosti a médiám. Cieľová skupina projektu, seniori, bude informovaná prostredníctvom aktivít uskutočnených v rámci pracovného balíka č. 7 – n s názvom „Informačná kampaň zameraná na zvýšenie povedomia o význame a možnostiach pohybovej aktivity seniorov“
<i>DE: Ziel 2: Erweiterung des Wissensstand und des Bewusstsein in der breiten Öffentlichkeit, der Fachleute und Senioren über die Auswirkungen von körperlicher Aktivität und auf die Gesundheit und die Lebensqualität der Senioren.</i>		<i>DE:</i> <i>Ziel 2: Die öffentliche Information über das Projekt wird durch die Kooperation mit den strategischen Projektpartnern gewährleistet.</i> <i>Darüberhinaus sind Konferenzen bei Beginn und Abschluss des Projekts geplant (jeweils eine in SK und AT). In diesem Rahmen sollen die Ergebnisse auch den Medien und der Fachwelt präsentiert werden.</i> <i>Die Zielgruppe der Senioren soll im speziellen durch Arbeitspaket 7 "Informationskampagne zur Sensibilisierung über die Bedeutung und die Möglichkeiten für körperliche Aktivität für Senioren." Angesprochen werden.</i>
Aktivity a výstupy v rámci pracovného balíčka. Aktivitäten und Detailoutputs des Arbeitspakets.		
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Sprievodné aktivity sledujúce cieľ priebežne zabezpečiť vizibilitu projektu	
	Bezeichnung der Aktivität: Begleitmaßnahmen um die Sichtbarkeit des Projektes zu Gewährleisten	
	Popis aktivity: - Printové výstupy: 4 články pre širokú verejnosť - Odborné a popularizačné články (4) pre odborný personál vo vedeckých slovenských a zahraničných periodikách - Printové výstupy: 3 tlačové správy	

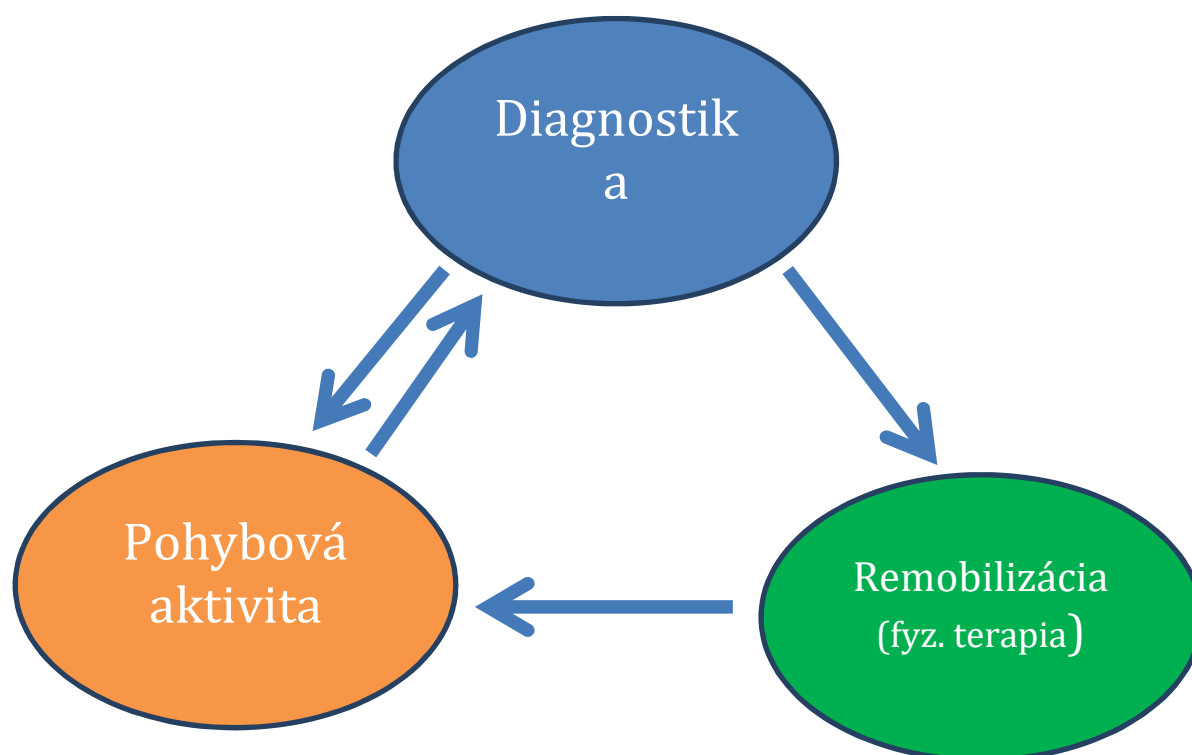
	- Rozhlasové rozhovory: 2 - Televízne príspevky: 2 - Informačné letáky - facebook „community page“ (https://www.facebook.com/CentreActiveAgeing/) – - internetové domény: www.active-ageing.eu, www.active-ageing.at, www.active-ageing.sk.	
	<i>Beschreibung der Aktivität:</i> - 4 Artikel für die Öffentlichkeit - 4 Fachartikel - Pressemitteilungen: 3 - Radiobeiträge: 2 - Fernsehbeiträge: 2 - Newsletter - Facebook "Community-Seite" (https://www.facebook.com/CentreActiveAgeing/) – - Internet Domain: www.active-ageing.eu, www.active-ageing.at, www.active-ageing.sk.	
D	Výstup: odborný a popularizačný informačný materiál v médiách	Cieľová hodnota/Zielwert
	Detailoutput: <i>Publikationen in wissenschaftlichen Fachjournalen und populärwissenschaftlichen Medien</i>	Počet druhov medií 4 / Anzahl der Medientypen 4
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Zorganizovanie dvoch záverečných hodnotiacich konferencií pre odbornú verejnosť	
	<i>Bezeichnung der Aktivität:</i> Zwei Abschlusskonferenzen für Fachleute	
	Popis aktivity: Cieľom tejto konferencie je oboznámenie odbornej verejnosti s projektovým zámerom, s plánovanou činnosťou s možnosťami zvyšovania kvalifikácie odborného personálu zariadení sociálnych služieb. Cieľová skupina tejto aktivity sú predovšetkým: všeobecní a geriatrickí lekári, opatrovatelia seniorov, pohyboví terapeuti a tréneri, fyzioterapeuti, študenti medicíny, vied o športe, výživy, ošetrovateľstva a fyzioterapie.	
	<i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Das Ziel dieser Konferenz ist es Fachleute im Gesundheitsbereich über die Ergebnisse zu informieren. Die Zielgruppe dieser Aktivität sind in erster Linie Allgemeine und geriatrische Ärzte, Betreuer von Senioren, Bewegungstherapeuten und Trainer, Physiotherapeuten, Medizinstudenten, Sportwissenschaftler, Ernährung und Pflege.</i>	
D	Výstup: Dve uskutočnené konferencie dokladované prostredníctvom: prezenčné listiny účastníkov, zápisnice o uskutočnení konferencie.	Cieľová hodnota/Zielwert
	Detailoutput: <i>zwei Konferenzen dokumentiert durch: Aufzeichnungen der Anwesenheit der Teilnehmer</i>	2
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Vytvorenie internetovej stránky projektu	
	<i>Bezeichnung der Aktivität:</i> Erstellen einer Projektwebseite	
	Popis aktivity: Internetová stránka bude pútavým spôsobom informovať a približovať aktivity projektu širokému spektru verejnosti. Na stránke budú uvádzané plánované aktivity, popisované	

	doterajšie výstupy a zaujímavou formou bude diseminovať informácie o potrebe význame preventívnej ako aj terapeutickú pohybovej aktivity seniorov. Stránka bude obsahovať registračný formulár, prostredníctvom ktorého sa odborná verejnosť bude môcť prihlasovať na plánované školiace aktivity.	
	<i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Die Website soll eine einfache übersichtliche Informationsquelle über die Aktivitäten des Projekts einem breiten Spektrum der Öffentlichkeit präsentieren. Die Website wird die geplanten Aktivitäten und vorhandenes Informationsmaterial beinhalten sowie eine Plattform sein, die über die präventive Bedeutung von körperlicher Aktivität bei Senioren informiert. Die Website wird auch ein Anmeldeformular beinhalten, durch das sich die Fachleute bei geplanten Schulungsaktivitäten anmelden können.</i>	
D	Výstup: web-stránka projektu	Cieľová hodnota/Zielwert 1
	Detailoutput: Projektwebseite	

Poradové číslo PB <i>Nummer des AP</i>	Názov PB <i>Bezeichnung des AP</i>
3	Program prevencie a podpory zdravia seniorov v CAA <i>Programm zur Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren</i>
Zapojenie partnerov <i>Beteiligung</i>	
PB zodpovedný partner <i>Verantwortlicher Partner</i>	FTVŠ UK
Zapojení partneri <i>Beteiligte Partner</i>	Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.
Súhrnný popis a cieľ pracovného balíčka vrátane vysvetlenia spôsobu zapojenia partnerov (kto bude robiť čo). <i>Zusammenfassende Beschreibung und Ziele des Arbeitspakets, Beitrag der einzelnen Projektpartner.</i>	
SK: Náplňou pracovného balíčka je poskytovanie unikátneho PROGRAMU PREVENIE A PODPORY ZDRAVIA SENIOROV V CAA. CAA St. Pölten bude programy realizovať už od júna / 2019 s kapacitou približne 400 seniorov ročne. CAA v Bratislave začne svoju činnosť v novembri / 2020 a bude poskytovať služby seniorom rovnako zo Slovenska ako aj z Rakúska – z pohraničnej oblasti programového územia. Kapacita CAA v Bratislave je 700 seniorov ročne. Pri propagovaní programov budú aktívne využívané informačné kanály vyplývajúce so strategických partnerstiev. Unikátnosť tohto postupu spočíva vo využití nami vyvinutých jedinečných vedeckých koncepcií a prístrojového vybavenia, ktoré sa v CAA budú využívať a ktoré spolu tvoria jednotlivé časti „PROGRAMU PREVENIE A PODPORY ZDRAVIA SENIOROV V CAA“. Náš doterajší výskum a vývoj v oblasti fyzickej zdatnosti a rehabilitácie seniorov umožňuje v rámci programov CAA jedinečné prepojenie programov pohybovej aktivity, ktorá využíva nami vyvinuté koncepcie a prístroje s remobilizačnými postupmi z oblasti fyzikálnej terapie, ktoré tak isto využívajú naše know-how a prístroje. Pridanou hodnotou je poskytovanie odporúčaní a motivovanie seniorov pre pokračovanie s pohybovou aktivitou aj po skončení intervenčnej periódy v CAA. Primárnym zámerom tohto projektu je poskytovanie programov pohybovej aktivity čo najširšiemu spektru seniorov, t.j. aj seniorom so zníženou pohyblivosťou (mobilitou), ktorí by inak nemohli absolvovať pohybový program. Pre týchto seniorov so zníženou mobilitou slúži naša špeciálna remobilizačná terapia pre obnovu mobility na takú úroveň, ktorá umožní absolvovať následný pohybový program. Týmto medzikrokom sa výrazne zvýši počet seniorov, ktorí budú profitovať z činnosti centra o 25 až 35%⁹ .. Seniori týmto získavajú veľmi jednoduchý prístup k ucelenej stratégii zlepšovania fyzickej zdatnosti a podpory zdravia založenej na expertných znalostiach, ktorý je bežne dostupný na dvoch až troch miestach (diagnostika, rehabilitácia, jednoduché pohybové programy) bez vzájomného informačného prepojenia, čo výrazne znižuje efektívnosť a zvyšuje nákladovosť	

⁹ OC24 The Future Prevalence of Sarcopenia in Europe O. Ethgen, C. Tchokonte, C. Beaudart¹, F. Buckinx, J.-Y. Reginster, O. Bruyère Osteoporosis International, Volume 27/ Suppl 1/ 2016

starostlivosti. Informačná prepojenosť jednotlivých celkov CAA a vysoká kvalifikácia prístupu sú základným predpokladom pre maximalizovanie efektu a následné znižovanie nákladov na zdravotnú starostlivosť o seniorov. Ucelený prístup zahŕňa vstupnú diagnostiku fyzickej zdatnosti¹⁰, kvality života¹¹ a kognitívnych schopností¹². Podľa vybraných parametrov Metodických listov EU pre definíciu a diagnostiku seniorov¹³ je na základe výsledkov diagnostiky seniorom odporúčaný pohybový program resp. seniorom so zníženou fyzickou zdatnosťou lekárske vyšetrenie špecialistom, ktorý naordinuje presný remobilizačný postup pozostávajúci najmä z fyzikálnej terapie a kinezioterapie. Celkové trvanie programu je 10 týždňov z toho 9 je venovaných pohybovej aktivite, resp. kombinácii remobilizácie a pohybovej aktivity. V poslednom týždni seniori absolvujú inštruktáž (školenie) pre integráciu pohybovej aktivity do každodenného života v domácich podmienkach. Po ukončení programu je vykonaná výstupná diagnostika. Diagnostika sa opakuje po 6 mesiacoch, po 12 a po 24 mesiacoch od ukončenia programu za účelom sledovania vývoja fyzickej zdatnosti a zdravia. Po ukončení programu budú seniori telefonicky resp. mailom kontaktovaní 2-krát za mesiac a bude



im poskytnutá konzultácia týkajúca efektívnejšieho integrovania pohybovej aktivity do ich každodenného života.
Obr. 1: Schéma syntézy diagnostiky, fyzikálnej terapie a pohybovej aktivity do jedného funkčného celku.

Personál zapojený do realizácie pracovného balíka (AT + SK) partner:

1. traja fyzioterapeuti
2. štyria tréneri
3. traja maséri
4. dvaja lekári
5. dvaja dietológovia
6. jedna zdravotná sestra
7. jeden technik
8. odborný garant

¹⁰ Walter R Thompson, Neil F Gordon, Linda S Pescatello (2010) ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. 8th ed., Baltimore-Philadelphia : Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins.

¹¹ http://www.who.int/mental_health/publications/whoqol/en/

¹² Cockrell JR, Folstein MF: Mini-Mental State Examination (MMSE), Psychopharmacol Bull. 1988;24(4):689-92.

¹³ CRUZ-JENTOFT, A. ET AL. Sarcopenia: European Consensus on Definition and Diagnosis. Age Ageing, 2010; 39:412-423.

Prístrojové vybavenie, použité na realizáciu tohto PB:

Pre diagnostické účely:

Univerzálny legpress dynamometer – vyvinutý v predchádzajúcich projektoch

Horizontlabil – vyvinutý v predchádzajúcich projektoch

izomerický dynamometer horných končatín

bioimpedančný monitor kompozície tela

ekg: mobilné, telemetrické

bežecký ergometer

analýzátor krvného laktátu a glukózy stacionárny

laktátomer mobilný

fotometrický analyzátor periférnej krvi

krvná centrifúga

hlbokomraziaci box pre biologický materiál

plnoautomatický tlakomer krvného tlaku

ručný dynamometer

Izometrický dynamometer dolných končatín

Počítačom riadený stabilografický systém

automatický systém pre motorické testy

dynamometer extenzorov chrbta izometrický

fotobunky

analýzátor množstva subkutánného tuku

merač telesnej výšky

IR teplomer

vyšetrovacie lehátko

Spirometer - kardiopulmonárny záťažový analyzátor

Pre tréningové a terapeutické účely:

Univerzálny legpress dynamometer – vyvinutý v predchádzajúcich projektoch

Elektrostimulátor – vyvinutý v predchádzajúcich projektoch

koncentricko - excentrický posilňovací systém

bežecký pás

stacionárny bicykel

eliptický trenažér

rumpálový ergometer

polohovateľná lavička

posilňovací stroj - predkopávanie

posilňovací stroj - abdukcia

posilňovací stroj - multifunkčná kladka

posilňovací stroj - extenzia chrbta

posilňovací stroj - tlak - hrudník

posilňovací stroj - brušné svalstvo

posilňovací stroj - multipres

posilňovací stroj - legpres

posilňovací stroj - chrbtová kladka

vibračná plošina

10 párov čínok / stojan

elektrostimulačný prístroj

liečebný ultrazvuk

biolampa

rúra pre aktiváciu bahenných zábalov ako súčasť procedúr fyzikálnej terapie

DE:

Dieses AP bietet ein spezielles Aktivitätskonzept „Programm zur Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren“ im CAA. Das CAA St. Pölten wird ab 06 / 2019 mit einer Kapazität von ca. 400 Senioren pro Jahr umgesetzt. Das CAA in Bratislava wird ab 11/2020 die Arbeit aufnehmen und Dienstleistungen für Senioren aus der Slowakei und dem österreichischen Grenzgebiet für ca. 700 Senioren pro Jahr erbringen. Zur Verbreitung der Programme werden aktiv die strategischen Partnerschaften genutzt.

Das einzigartige an unserem Programm ist die Verbindung und Verwendung von uns entwickelter einzigartigen wissenschaftlichen Konzepte und Geräte, die in den CAA verwendet werden und die die einzelnen Teile des SENIOR HEALTH PREVENTION AND SUPPORT PROGRAM bilden. Die Verbindung von State-of-the-art körperlichen Aktivitätsprogrammen, mit Remobilisationsverfahren auf dem Gebiet der physikalischen Medizin und die Bereitstellung von Beratung und Motivation für Senioren, sollen es ermöglichen mit körperlicher Aktivität auch nach Abschluss des Programms im CAA fortzufahren. Das primäre Ziel ist es, körperliche Aktivitätsprogramme für ein möglichst breites Spektrum von Senioren zur Verfügung zu stellen. Physikalische Therapie wird für Senioren mit eingeschränkter Mobilität (zB Sarkopenie, Gelenksschmerzen) verwendet, um ihre Mobilität auf ein Niveau zu bringen, dass ein vollständiges Bewegungsprogramm ermöglicht. Dieser Zwischenschritt wird die Anzahl der Senioren, die vom Zentrum profitieren werden, erheblich um 25-35% erhöhen. Die Senioren erhalten einen sehr einfachen Zugang zu einer umfassenden Strategie zur Verbesserung der körperlichen Fitness- und Gesundheitsförderung, die auf Fachwissen basiert, die derzeit nur aus verschiedenen Quellen im Handel erhältlich ist (Diagnose, Rehabilitation, einfache Bewegungsprogramme) ohne gegenseitige Informationsverknüpfung, was die Effizienz deutlich reduziert und die Umsetzungskosten erhöht. Diese Informationsverknüpfung ist für eine zukünftige Effektmaximierung bei gleichzeitiger Kostenreduktion unerlässlich. Alle Teilnehmer starten mit einer eingehenden Diagnostik der körperlichen Fitness, Lebensumstände und kognitiven Fähigkeiten. Danach erfolgt basierend auf diesen Parametern die Empfehlung für das Aktivitätsprogramm oder eine vorübergehende Remobilisation für Senioren mit reduzierter körperlicher Fitness oder Schmerzzuständen. Die Gesamtdauer des Programms beträgt 10 Wochen, von denen 9 der körperlichen Aktivität gewidmet sind. In der letzten Woche erhalten die Senioren ein Briefing, um körperliche Aktivität in den Alltag in der häuslichen Umgebung zu integrieren. Wenn das Programm fertig ist, sowie nach 6, 12 und 24 Monaten nach Abschluss des Programms, wird eine erneute Diagnostische Untersuchung durchgeführt, um die Entwicklung von körperlicher Fitness und Gesundheit zu überwachen. Nach Abschluss des Programms werden die Teilnehmer telefonisch oder per E-Mail 2 mal pro Monat kontaktiert um eine effektive Integration der körperlichen Aktivität in ihren Alltag zu gewährleisten.

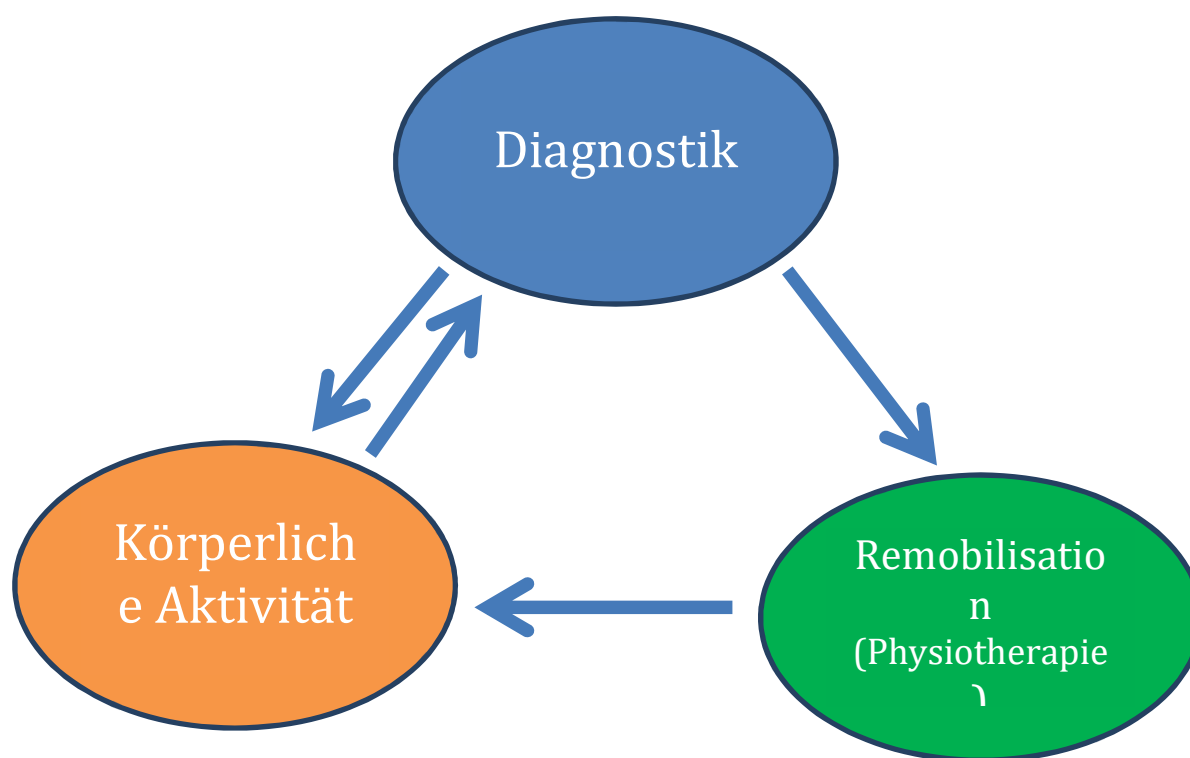


Fig. 1: Synthese Schema der Diagnose, physikalische Therapie und körperliche Aktivität zu einer funktionalen Einheit.

Personal für die Umsetzung des Arbeitspakets (AT + SK) Partner:

1. Drei Physiotherapeuten
2. Vier Trainer
3. drei Masseur
4. Zwei Ärzte
5. Zwei Diätassistentin
6. Eine Krankenschwester

7. Ein Techniker

8. Der Garant

Geräte die in diesem AP verwendet werden:

Für die Diagnostik:

Legpress Dynamometer – entwickelt in vorherigen Interreg-Projekten

Horizontlabil –entwickelt in vorherigen Interreg-Projekten

Dynamometer obere Extremitäten – isometrisch

Bioimpedanz für Körperzusammensetzung

Ekg - mobil mit Telemetrie

Laufbandergometer

Laktat- und Glucose Analysator

Laktatanalyse mobil

Blutanalyse Fotometrisch

Blutzentrifuge

Tiefkühlbox für biologisches Material

Blutdruckmesser

Handdynamometer

Vibrationsplattform

Dynamometer untere Extremitäten – isometrisch

PC Stabilographie Statisch

automatisches System für motorische Tests

Rückendynamometer

Fotozellen

Analysator für Fett-subkutan

Körpergröße Messung

Thermometer

Liege

Spirometrisches Analysator für kardiopulmonare Diagnostik

Für Training- bzw. Therapiezwecke:

Legpress Dynamometer – entwickelt in vorherigen Interreg-Projekten

Elektrostimulator –entwickelt in vorherigen Interreg-Projekten

Gerät für Krafttraining konzentrisch – exzentrisch

Laufband

Ergocycle

Elipsenergometer

Kurbelergometer

Bank einstellbar

Gerät für Krafttraining – Extensoren untere Extremitäten

Gerät für Krafttraining – Abduktion untere Extremitäten

Gerät für Krafttraining – Lenkrolle mit Multifunktion

Gerät für Krafttraining – Rückenextension

Gerät für Krafttraining – Brustmuskulatur

Gerät für Krafttraining – Bauchmuskulatur

Gerät für Krafttraining – Multipress

Gerät für Krafttraining – Legpress

Gerät für Krafttraining - Rückenmuskulatur-Lenkrolle

Hantel 10 Paare + Ständer

TENS – transkutane Elektrotherapie

Ultraschal für Therapie

Biolampe

Ofen für Schlamm packungen

Hlavný výstup projektu Kernoutput des Projekts		Opíšte hlavný výstup projektu Beschreibung der Kernoutputs	Jednotka Einheit	Počet Anzahl	Ukazovateľ programového výstupu, ktorého sa hlavný výstup projektu týka/ Programm-Outputindikator, zu dem der Projektkernoutput beitragen wird
HV/KO 1	PROGRAM PREVENČIE A PODPORY ZDRAVIA SENIOROV V CAA/ Programm für Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren in CAA	SK: Program pohybovej aktivity kombinuje prvky cielene zamerané na zvyšovanie úrovne jednotlivých zložiek humánnej motoriky s cieľom zlepšiť fyzickú zdatnosť ako celok a podporiť tak zdravotné benefity.	produkt	1	SK: Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spoluprácou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania
		DE: Das Programm kombiniert Elemente der körperlichen Aktivität, die speziell darauf abzielen einzelne Komponenten der menschlichen Motorischen Fähigkeiten und die körperliche Fitness als Ganzes zu verbessern und somit den Nutzen für die Gesundheit zu fördern.	Produkt		DE: Anzahl der wesentlichen, gemeinsam entwickelten Produkte und Dienstleistungen im Rahmen der Förderung institutioneller Zusammenarbeit, der Schaffung von Strukturen der Zusammenarbeit und Planungsinstrumenten
HV/KO2	Školenia seniorov o integrácii pohybovej aktivity do každodenného života / Schulungen für Senioren über Integration körperlicher Aktivität in Alltag	SK: Inštruktážne školenia seniorov a motivácia pre vykonávanie pohybovej aktivity v domácom prostredí, následný monitoring pohybovej aktivity	Osoba	1500	SK: Počet účastníkov zapojených do spoločných školiacich schém (P)
		DE: Schulung/Motivation von Senioren für die Umsetzung der körperlichen Aktivität zu Hause, nachfolgende Überwachung, Übung und Motivation zu Hause	Person		DE: Zahl der TeilnehmerInnen an gemeinsamen Aus- und Weiterbildungsprogrammen
Zapojenie cieľových skupín Zielgruppen					
Kto využije (hlavné) výstupy z tohto pracovného balíčka? Wer wird die (Kern)outputs dieses Arbeitspakets nutzen?			Pozrite si, prosím, zoznam cieľových skupín / Auswahl aus der Zielgruppenliste		
			Miestne a regionálne orgány, organizácie regionálneho rozvoja, poskytovatelia sociálnych služieb, obyvateľstvo cezhraničného regiónu / Lokale und regionale Behörden, regionale Entwicklungsagenturen, soziale Dienstleister, Bevölkerung der grenzüberschreitenden Region		
Ako zapojíte cieľové (a ostatné zainteresované) skupiny do rozvoja (hlavných) výstupov projektu? Wie werden die Zielgruppen (und andere Akteure) in die Umsetzung des gegenständlichen Arbeitspaketes einbezogen?			SK: Aktívnou participáciou na činnostiach vedúcich k realizácii hlavných výstupov projektu. Špecifikácia v popise jednotlivých aktivít v rámci PB.		
			DE: Mit aktiver Partizipation an den Tätigkeiten zur Umsetzung des Arbeitspaketes. Genaue Aktivitäten sind in den einzelnen Arbeitspaketen beschrieben.		

Aktivity a ich výstupy v rámci projektového balíčka. Aktivitäten und Detailoutputs des Arbeitspakets.	
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Diagnostika seniorov - klientov CAA
	Bezeichnung der Aktivität: Senioren Diagnostik – CAA Kunden
	Popis aktivity: Diagnostika s využitím nášho jedinečného know how je súčasťou služieb „PROGRAMU PREVENČIE A PODPORY ZDRAVIA SENIOROV V CAA“, ktoré sú klientom poskytované odbornými internými zamestnancami CAA v Bratislave a v St. Poltene. Diagnostika má primárnu úlohu zistiť hodnotu vybraných parametrov fyzickej zdatnosti a metabolického zdravia. Cieľom je zistiť východiskovú úroveň pred začatím programu a po skončení programu a s odstupom 6 a 12 mesiacov od skončenia projektu. Tieto výstupy sa ďalej využijú na kvantifikovanie individuálneho vývoja (tzv. intraindividuálne sledovanie) seniorov ako jednotlivcov (sledovanie jednotlivcov), a rovnako aj vytváranie klinických štatistík zameraných na sledovanie zmien výkonnosti a zdravia seniorov ako skupiny v sledovanom cezhraničnom regióne, čím výraznou mierou prispievajú k skvalitneniu informácií o obyvateľoch tohto regiónu a budú slúžiť ako podpora pre politické rozhodnutia smerujúce k zvyšovaniu kvality života v tomto regióne. Pre realizáciu diagnostiky budú využívané dva typy postupov: a) <u>laboratórna expertná diagnostika</u>, ktorá poskytne detailné informácie o úrovni vybraných parametrov nervovo-svalového, kardiovaskulárneho a metabolického systému. Pri diagnostike využívame unikátny legpress pre získanie komplexných informácií o silových schopnostiach seniorov a tak isto prístroj horizontlabil pre stanovenie rizika pádov. Tento typ diagnostiky umožní jednak získať podrobné informácie o aktuálnom stave seniora, a tak isto bude využívaná pri sprievodnom výskume a bude prispievať k zvyšovaniu kvality výstupov centra. b) <u>klinická diagnostika</u> tvoriaca súbor diagnostických postupov, ktoré kvantifikujú funkčný prejav motorických a kognitívnych schopností na základe materiálne nenáročných testovaní, ktoré je možné realizovať aj v domácich podmienkach, resp. podmienkach zariadení sociálnej starostlivosti. Úlohou klinického testovania je jednak rýchle zistenie aktuálnej úrovne telesnej a mentálnej kondície seniora a kvantifikácia transferu jednotlivých zložiek motoriky do komplexnej každodennej lokomócie (napr. vstávanie zo stoličky, chôdza po schodoch, rýchla chôdza). Sledované parametre: a) fyzickej zdatnosti a motoriky b) kognitívnych schopností c) metabolického zdravia d) kvality života
	Beschreibung der Aktivität: <i>Die Diagnostik unter Verwendung unseres Knowhow ist ein Teil des Programmes zur Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren die die Kunden von internen Spezialisten der CAA's erhalten werden. Diagnostik spielt eine wichtige Rolle ausgewählte Parameter der körperlichen Fitness und metabolischen Gesundheit zu überprüfen. Das Ziel ist es, ein Basisassessement zu etablieren, welches vor, nach, 6 und 12 Monate nach dem Programm durchgeführt wird.</i> <i>Der Outcome wird genutzt um die individuelle Entwicklung zu quantifizieren (intraindividuelle Überwachung) der Senioren als Individuen (Überwachung von Einzelpersonen), sowie zur Erstellung von klinischen Statistiken über die Veränderungen in der Leistung und Gesundheit der älteren Menschen in den beteiligten grenzüberschreitenden Regionen und soll wesentlich zur Verbesserung der Information</i>

	<i>der Menschen in der Region beitragen und als Unterstützung für politische Entscheidungsträger dienen, die Lebensqualität in der Region zu erhöhen.</i> <i>Durchführung durch 2 Methoden:</i> <i>Labordiagnostik, stellt detaillierte Informationen über ausgewählte Parameter des neuromuskulären, Herz-Kreislauf- und Stoffwechsel-System zur Verfügung. Bei der Diagnostik werden auch von uns entwickelte einzigartige Geräte verwendet und zwar die Linearmotorunterstützte Legpress sowie Horizontlabil für die Evaluierung von Sturzrisiko Diese Art der Diagnose ermöglicht sowohl detaillierte Informationen über den aktuellen Stand der Senioren zu erhalten und wird auch für die Begleitforschung genutzt werden und zur Verbesserung der Qualität des Outcomes beizutragen.</i> <i>klinische Diagnostik besteht aus einer Reihe von Verfahren, die die funktionellen, motorischen und kognitiven Fähigkeiten mit Tests, die auch im häuslichen Umfeld und in Betreuungseinrichtungen durchgeführt werden können, quantifizieren. Dies ermöglicht sowohl eine schnelle Erkennung des gegenwärtigen physischen und psychischen Niveaus und auch die Quantifizierung individueller Komponenten täglicher Fortbewegungsmodalitäten (zB. Aufstehen von einem Stuhl, Treppensteigen, schnelles Gehen)</i> <i>Endpunkte:</i> <i>körperliche Fitness und Motorische Fähigkeiten</i> <i>kognitive Fähigkeiten</i> <i>metabolische Gesundheit</i> <i>Lebensqualität</i>
D	<i>Výstup:</i> <i>Výstupom časti diagnostika bude:</i> <i><u>individuálny profil každého</u> účastníka programu CAA vo všetkých sledovaných parametroch</i> <i>individuálne hodnotenie <u>zmeny</u> sledovaných parametrov programu pre každého seniora</i> <i>individuálne hodnotenie vstupných, výstupných aj následných meraní vo vzťahu:</i> <i>k európskej populácii seniorov</i> <i>k seniorom, ktorí absolvovali program CAA (po ukončení projektu)</i> <i>hodnotenie vstupných, výstupných aj následných meraní seniorov ako skupiny vo vzťahu:</i> <i>k európskej populácii seniorov</i> <i>štatistické databázy pre <u>tvorbu odborných dokumentov</u> a manuálov pre špecialistov v oblasti starostlivosti o seniorov</i> <i>poznatková báza pre <u>školenia odborníkov</u> v oblasti starostlivosti o seniorov</i> <i><u>štatistiky</u> pre verejné inštitúcie kvantifikujúce vplyv programu na kvalitu života seniorov, ktoré budú môcť byť priamo použité ako argument pri politických rozhodnutiach zameraných na <u>zlepšovanie dlhodobej starostlivosti o seniorov</u></i> <i><u>štatistiky</u> pre zdravotné poisťovne ako východisko pri zisťovaní efektu dlhodobej preventívnej starostlivosti o seniorov na náklady za zdravotnú starostlivosť o seniorov</i> <i>Detailoutput:</i> <i>Diagnostik Output:</i> <i>Individuelles Profil jedes Teilnehmers in allen untersuchten Parametern</i> <i>Individuelle Beurteilung der beobachteten Parameter des Programms</i> <i>Individuelle Bewertung der Ein-, Abschluss- und Nachtests bezogen auf:</i>

	a. europäische Bevölkerung von Senioren b. Senioren, die das CAA Programm abgeschlossen haben 4. Bewertung der Ein-, Abschluss- und Nachtests bezogen auf die Gruppe: a. europäische Bevölkerung von Senioren 5. statistische Datenbanken für die Erstellung von professionellen Dokumenten und Handbüchern für Fachleute im Bereich der Altenpflege 6. Wissensbasis für die Ausbildung von Fachleuten im Bereich der Altenpflege 7. Statistiken für öffentliche Institutionen, die die Auswirkungen des Programms auf die Lebensqualität der Senioren quantifiziert und für die politische Entscheidungsfindung zur Verbesserung der Prävention für ältere Menschen genutzt werden könnte Statistiken für die Krankenkassen als Ausgangspunkt wie die langfristige Vorsorge für ältere Menschen die Gesundheitskosten für ältere Menschen bestimmen
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Program supervízovanej pohybovej aktivity v CAA
	Bezeichnung der Aktivität: Körperliches Aktivitätsprogramm im CAA
	Popis aktivity: Je druhým stupňom v rámci balíka služieb „PROGRAMU PREVENČIE A PODPORY ZDRAVIA SENIOROV V CAA“, ktoré sú klientom poskytované odbornými internými zamestnancami CAA v Bratislave a v St. Pölte. Program priamo nadväzuje a využíva poznatky získané pri realizácii predošlých spoločných projektov slovenského a rakúskeho partnera (od roku 2003)¹⁴. Vzhľadom na kvalitné vedecké zázemie týchto projektov a vysokú odbornosť výstupov obsahuje program poskytovaný v CAA vysoký počet inovatívnych prvkov¹⁵. Program pohybovej aktivity kombinuje prvky cielene zamerané na zvyšovanie úrovne jednotlivých zložiek humánnej motoriky s cieľom zlepšiť fyzickú zdatnosť ako celok a podporiť tak zdravotné benefity. Základné obsahové piliere predstavujú: 1. zníženie rizika a prejavov civilizačných ochorení (monitorovanie krvného tlaku, BMI, obvod bokov a pásu) 2. zníženie rizika pádov (monitorovanie parametrov RFD a výberovej reakcie) 3. zníženie rizika a prejavov sarko- a dynapénie (vekom podmieneného úbytku aktívnej svalovej hmoty a sily) 4. komplexné zvýšenie fyzickej zdatnosti Pohybový program veľmi sofistikovane využíva prvky: 1. silového tréningu 1 x do týždňa so zameraním na zlepšenie nervovosvalových funkcií najmä inter- a intrasvalovú koordináciu, hypertrofiu. Pre maximalizáciu efektu je zvolená kombinácia tzv. uzavretých a otvorených kinematických reťazcov a aplikovanie unikátneho legpressu 2. tréningu kardiovaskulárneho systému a koordinácie 1x do týždňa, ktorý alternuje s cvičením v plytkej vode 1 x do týždňa. Tréning koordinácie obsahuje špeciálne inovatívne prvky znižovania rizika pádov. Vzhľadom na aplikovanie špecifických cvičení v rámci koordinačného, vytrvalostného tréningu a cvičenia v plytkej vode je efekt programu okrem zlepšenia parametrov

¹⁴ Cvecka, J., Tirpakova, V., Sedliak, M., Kern, H., Mayr, W., & Hamar, D. (2015). Physical Activity in Elderly. European Journal of Translational Myology, 25(4), 249–252. <http://doi.org/10.4081/ejtm.2015.5280>

¹⁵ Zampieri, S., Mammucari, C., Romanello, V., Barberi, L., Pietrangelo, L., Fusella, A., Rizzuto, R. (2016). Physical exercise in aging human skeletal muscle increases mitochondrial calcium uniporter expression levels and affects mitochondria dynamics. Physiological Reports, 4(24), e13005. <http://doi.org/10.14814/phy2.13005>

	kardiopulmonárneho systému a koordinácie aj v podobe zníženia rizika pádov. Do tréningu sú tak isto zahrnuté cvičenia, ktorých úlohou je minimalizovanie rizika sekundárneho následku pádu (podchladenie, dekubity, panické ataky). Takýto intervečný súbor predstavuje veľmi účinný nástroj pre znižovanie rizika a následkov zdravotných komplikácií spojených so seniorským vekom. <i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Das Aktivitätsprogramm ist der wichtigste Teil des Leistungsspektrums des Programms zur Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren, die die Kunden von internen Spezialisten der CAA's erhalten werden. Dieses Programm nutzt die Ergebnisse der früheren gemeinsamen Projekte des slowakischen und österreichischen Partners (seit 2003) die Aufgrund der hohen Qualität, des wissenschaftlichen Hintergrunds dieser Projekte und der Vielzahl von innovativen Funktionen, Inhalte dem CAA-Programm zur Verfügung stellen. Das Programm kombiniert Elemente der körperlichen Aktivität, die speziell darauf abzielen einzelne Komponenten der menschlichen Motorischen Fähigkeiten und die körperliche Fitness als Ganzes zu verbessern und somit den Nutzen für die Gesundheit zu fördern.</i> <i>Grundlegende Säulen sind:</i> <i>1. das Risiko und die Symptome von Zivilisationskrankheiten verringern (Überwachung von Blutdruck, BMI, Hüftumfang und Taille)</i> <i>2. Sturzrisiko (RFD Parameter und Reaktionsschnelligkeit) reduzieren</i> <i>3. Risiko und Symptome von Sarko- und Dynapenie (altersbedingten Verlust der aktiven Muskelmasse und Kraft) reduzieren</i> <i>4. Umfassende Steigerung der körperlichen Fitness</i> <i>Bewegungsprogramm verwendet sehr anspruchsvolle Elemente:</i> <i>1. 1x/Woche Krafttraining mit einem Fokus auf Hypertrophie, neuromuskuläre Funktion, um insbesondere die inter- und intramuskuläre Koordination zu verbessern. Um den Effekt der gewählten Kombination zu maximieren soll in geschlossener und offener kinematischen Kette. Für diese Zwecke wird die einzigartige Legpress als Trainingsgerät eingesetzt</i> <i>2. Das Training des Herz-Kreislauf-System und der Koordination 1x pro Woche, welches alterniert mit</i> <i>3. Übung im flachen Wasser 1x pro Woche.</i> <i>4. Koordinationstraining enthält spezielle inovative übungen die gezielt das Sturzrisiko reduzieren.</i> <i>Durch die Anwendung spezifischer Übungen für Koordination, Ausdauertraining und Übungen im flachen Wasser, wird das Programm zusätzlich zu Verbesserung der Parameter des Herz-Kreislauf-Systems und der Koordination auch das Risiko von Stürzen reduzieren. Das Training soll auch die Gefahr von Begleiterkrankungen wie Hypothermie, Druckgeschwüre und Panikattacken minimieren.</i> <i>Diese Übungskombination ist ein sehr effektives Werkzeug, um das Risiko und die Folgen gesundheitlicher Komplikationen im Zusammenhang mit dem Alter werden zu reduzieren.</i>
D	Výstup: Program pohybovej aktivity: - trvanie maximálne: 9 týždňov - počet tréningových jednotiek: 18 - frekvencia: 2 x do týždňa - trvanie jednej jednotky: 60 min. - počet seniorov v skupine: max. 10 Obsah: - silový tréning 1 x do týždňa s aplikovaním unikátneho elektrostimulátoru

	- alternovanie vytrvalostno-koordinačného tréningu s cvičeniami v plytkej vode 1 x do týždňa Cieľ: - spomalenie ireverzibilných zmien spôsobených starnutím a ich následkov - zníženie rizika a následkov civilizačných ochorení - zlepšenie fyzickej zdatnosti a podpora zdravia <i>Detailoutput:</i> <i>Programm der körperlichen Aktivität:</i> - bis zu 9 Wochen - Anzahl der Trainingseinheiten : 18 - Frequenz: 2 x / Woche - Dauer einer Einheit: 60 min. - Gruppengröße: max. 10 <i>Inhalt:</i> - Krafttraining 1/Woche mit Einsatz eines einzigartigen Elektrostimulator - Alternierend Ausdauer-und Koordinationstraining mit Übungen im flachen Wasser 1x / Woche <i>Ziel:</i> - Verlangsamung irreversibler Veränderungen durch das Altern und seine Folgen - Verringerung der Risiken und Folgen von Zivilisationskrankheiten <i>Die Verbesserung der körperlichen Fitness und Gesundheitsförderung</i>
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Fyzikálna terapia jednotlivcov v CAA s prvkami kinezioterapie Bezeichnung der Aktivität: Physikalische Therapie bei Teilnehmern des CAA - Elemente der Kinesiotherapie Popis aktivity: Je medzistupňom v rámci balíka služieb „PROGRAMU PREVENČIE A PODPORY ZDRAVIA SENIOROV V CAA“, ktoré sú klientom poskytované odbornými internými zamestnancami CAA v Bratislave a v St. Poltene a cieľovou skupinou sú seniori - jednotlivci so zníženou fyzickou zdatnosťou alebo s ochorením. Približne 25 – 35% seniorom neumožňuje ich príliš nízka fyzická zdatnosť, resp. ich zdravotný stav absolvovať štandardný pohybový program. Jedným z kritérií je pokles izometrickej sily dolných končatín pod úroveň 1-1,2Nm/kg, resp. <100Nm. Títo sú seniori ohrození, ide o tzv. „začarovaný kruh inaktivity“, ktorý skôr či neskôr vedie k disabilite (nemohúcnosti) a strate osobnej nezávislosti a potrebe stálej starostlivosti.  <pre> graph TD A[Pokles zdatnosti (pod kritickú úroveň)] --> B[Neschopnosť vykonávať pohybovú aktivitu] B --> C[Zvýšenie pasivity] C --> D[Zdravotné komplikácie] D --> A </pre>

	Obr. 2: „Začarovaný“ kruh inaktivity Týmto seniorom bude lekárom na základe výsledkov vyšetrenia odporučený špeciálny remobilizačný program. Tento program využíva prvky: 1. Modernej fyzikálnej terapie: a) Elektroliečba b) Ultrazvuk c) Kaolínové zábaly s obsahom capsaicínu d) Vodoliečba e) Masáž 2. Transkutánnej elektrostimulácie svalov stehna¹⁶ 3. Kinezioterapie a) Obnova rozsahu pohybu b) Zníženie svalových dysbalancií c) Uvoľnenie triggerpointov d) Mäkké techniky e) Obnova pohybových vzorcov f) Liečebná gymnastika V tejto časti seniori absolvujú predpísané intervencie individuálne alebo v malých skupinách (max. 4 seniori). Všetky úkony spojené s touto časťou budú realizované profesionálnymi fyzioterapeutmi. Rovnako ako v predchádzajúcej aktivite aj pri realizácii popisovanej aktivity budú priamo využité výsledky predchádzajúcej spolupráce: 1. Transkutánný elektrostimulátor – výsledok technického vývoja v programe INTERREG IV-A 2. Kaolínové zábaly s capsaicínom – výsledok realizácie spoločnej vedeckej štúdie partnerov v rámci prípravných aktivít pre program INTERREG V-A.
	<i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Das Therapieangebot ist eine Erweiterung des Leistungsspektrums des Programmes zur Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren, die die Kunden von internen Spezialisten der CAA's erhalten werden. Es Ermöglicht auch Senioren mit eingeschränkter körperlicher Mobilität oder Krankheit die Teilnahme an dem CAA Programm.</i> <i>Etwa 25-35% der älteren Menschen haben eine zu geringe körperliche Fitness oder ihr Gesundheitszustand lässt es nicht zu, dass sie sich einem Standard-Bewegungsprogramm unterziehen. Eines der Kriterien ist der Rückgang der isometrischen Kraft der unteren Extremitäten unter 1-1,2Nm / kg bzw. <100Nm. Diese anfängliche körperliche Beeinträchtigung führt zu "einem Teufelskreis der Inaktivität", der früher oder später zu Disabilität (Ohnmacht) und Verlust der persönlichen Autonomie führt und ständige Pflege voraussetzt.</i>

¹⁶ Kern, H., Barberi, L., Löffler, S., Sbardella, S., Burggraf, S., Fruhmann, H., ... Musaro, A. (2014). Electrical Stimulation Counteracts Muscle Decline in Seniors. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 6, 189. <http://doi.org/10.3389/fnagi.2014.00189>



Fig. 2 "Teufels" Kreis der Inaktivität.

Diese Senioren wird der Arzt nach eingehender Diagnostik an ein Remobilisationsprogramm verweisen.

Das Programm verwendet Elemente:

1. Moderne physikalische Therapie:
 - a. Elektrostimulation
 - b. Ultraschall
 - c. Munari/Wärme Packungen mit Capsaicin
 - d. Hydrotherapie
 - e. Assage
2. TENS des Oberschenkels
 1. Kinesiotherapie
 - a. Wiederherstellung der Beweglichkeit
 - b. Reduktion der Muskeldysbalance
 - c. Triggertechniken
 - d. weiche Techniken
 - e. Wiederherstellung von motorischen Mustern
 - f. Heilgymnastik

Die vorgeschriebenen Intervention werden entweder einzeln oder in kleinen Gruppen (max. 4 Senioren) durchgeführt. Alle Behandlungen die mit diesem Teil verbunden sind, werden von professionellen Physiotherapeuten durchgeführt werden.

Wie in den vorherigen beschriebenen Aktivitäten werden direkt die Ergebnisse der bisherigen Zusammenarbeit genutzt:

1. Die transkutane Elektrostimulation technologische Entwicklungen im INTERREG IV-A
2. Munari/Wärme Packungen mit Capsaicin - das Ergebnis der Durchführung gemeinsamer wissenschaftlicher Studien der Partner in den vorbereitenden Aktivitäten für das Programm INTERREG-V-A.

D

Výstup:

Program fyzikálnej terapie s prvkami kinezioterapie:

- Trvanie: 2 – 5 týždňo
- počet terapeutických jednotiek: 4 - 10

	- frekvencia: 2 x do týždňa - trvanie jednej jednotky: 30 - 50 min. - počet seniorov v skupine: individuálne, max. 4 Obsah: - fyzikálna terapia - transkutánna elektrosimulácia - kineziotherapia Cieľ: Remobilizácia seniorov so zníženou úrovňou fyzickej zdatnosti na úroveň, ktorá umožní absolvovanie pohybového programu.
	<i>Detailoutput:</i> Physikalisches Therapie-Programm: - Dauer: 2-5 Wochen. - Anzahl der therapeutischen Einheiten: 4-10 - Frequenz: 2 x / Woche - Dauer einer Einheit: 30-50 min. - Gruppengröße: individuell, max. 4 Inhalt: - Physiotherapie - Elektrostimulation - Kinesiotherapie Ziel: Remobilisierung von Senioren mit niedrigen Fitness-Level, bzw. Schmerzzuständen auf ein Niveau, dass die Teilnahme am Trainingsprogramm ermöglicht.
Aktivita Aktivität	Názov aktivity Inštruktážne školenia seniorov a motivácia pre vykonávanie pohybovej aktivity v domácom prostredí, následný monitoring pohybovej aktivity
	<i>Bezeichnung der Aktivität:</i> Schulung von Senioren und Motivation für die Umsetzung der körperlichen Aktivität zu Hause, nachfolgende Überwachung, Übung und Motivation zu Hause
	Popis aktivity: Skúsenosti z predchádzajúcich spoločných projektov partnerov v oblasti pohybovej aktivity a fyzikálnej terapie seniorov rovnako ako aj zistenia podobných projektov jasne poukazujú na skutočnosť, že pre zabezpečenie stredno- a dlhodobého efektu supervizovaných programov pre podporu zdravia je potrebné seniorov inštruovať, motivovať a monitorovať aj mimo supervizovaného programu. Na základe týchto skúseností a v súlade so stratégiou EU o integrácii pohybovej aktivity do každodenného života¹⁷ je súčasťou 10-týždňového pohybového programu a fyzikálnej terapie aj inštruktážne školenie seniorov. Toto školenie bude realizované v záverečnom desiatom týždni programu v štandardnom čase konania programu. Hlavným cieľom tejto aktivity je naplniť odporúčania WHO o pohybovej aktivite seniorov, t.j. týždenný čas pre pohybovú aktivitu 150, resp. 75 min. týždenne v závislosti od intenzity¹⁸. Zameranie školenia je primárne orientované na dve oblasti: 1. Poskytnutie informácií a názorných inštruktáží pre vykonávanie pohybovej aktivity v domácich podmienkach, najmä: a) Možnosti pohybovej aktivity v domácich podmienkach b) Odporúčania pre vykonávanie pohybových aktivít v prírode a možnosti cezhraničného regiónu c) Špecifiká pohybovej aktivity podľa ročných období

¹⁷ EUR/RC65/9 Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025

¹⁸ WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global recommendations on physical activity for health. ISBN 978 92 4 159 997 9. WHO. 2010.

	d) Základné informácie pre dávkovanie zaťaženia v domácich podmienkach podľa odporúčaní WHO¹⁹ e) Základné informácie pre kvantifikáciu zaťaženia a subjektívneho vnímania zaťaženia²⁰ f) Základné preventívne opatrenia pre zníženie rizika pádov g) Špecifiká pohybovej aktivity pri vybraných diagnózach 2. Motiváciu seniorov pre pokračovanie v pohybovej aktivite po skončení programu absolvovaného v rámci CAA, najmä: a) Vysvetlenie významu pohybovej aktivity pre podporu zdravia b) Objasnenie možných negatívnych dôsledkov inaktivity na zdravie seniorov c) Inštruktáž a vysvetlenie významu následného monitorovania pohybovej aktivity seniorov po skončení programu v CAA Po ukončení programu v CAA a inštruktážnom zaškolení seniorov ako pokračovať v pohybovej aktivite v domácich podmienkach, budú seniori pravidelne kontaktovaní v intervale 2 x krátko mesačne po dobu jedného roku. Komunikácia bude prebiehať formou telefonátov alebo emailovej pošty. Formu komunikácie si podľa osobných preferencií vyberajú seniori. <i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Die Erfahrungen aus früheren gemeinsamen Projekten mit Bewegung und physikalischer Therapie bei Senioren sowie die Ergebnisse ähnlicher Projekte weisen eindeutig darauf hin, dass die mittel- und langfristigen Effekte supervisierter Programme für die Gesundheit der älteren Menschen durch Instruktion, Motivation und Supervision auch außerhalb kontrollierter Bedingungen sichergestellt werden muss. Basierend auf dieser Erfahrung und im Einklang mit der EU-Strategie zur Integration der körperlichen Aktivität in den Alltag ist unsere Strategie ein 10-wöchiges Trainingsprogramm mit physikalischer Therapie und Schulung für Senioren. Diese Schulungen werden in der letzten Woche des Programms durchgeführt werden. Das Hauptziel dieser Tätigkeit ist den WHO-Empfehlungen für körperliche Aktivität von Senioren gerecht zu werden, dh wöchentliche körperliche Aktivität für 150 min./Woche leichter bzw. 75 min/Woche mittlerer Intensität. Der Schwerpunkt der Ausbildung konzentriert sich auf zwei Bereiche:</i> 1. <i>Die Bereitstellung von Informationen und praktische Schulung in der Umsetzung körperlicher Aktivität zu Hause, insbesondere:</i> a. <i>die Möglichkeit der körperlichen Aktivität zu Hause</i> b. <i>Empfehlungen für die Durchführung von körperlichen Aktivitäten in der Natur und der möglichen Grenzregion</i> c. <i>Angabe körperlicher Aktivitäten je nach Jahreszeiten</i> d. <i>Dosierung wie von der WHO empfohlen</i> e. <i>Grundlegende Informationen über die Belastung und wie die subjektive Wahrnehmung der Last quantifiziert werden kann</i> f. <i>Vorsichtsmaßnahmen, um das Risiko von Stürzen zu reduzieren</i> g. <i>Körperliche Aktivitäten je nach Diagnosen</i> 2. <i>Förderung der Senioren um mit körperlicher Aktivität nach der offiziellen Teilnahme fortzufahren, insbesondere:</i>
--	---

¹⁹ WORLD HEALTH ORGANIZATION. Global recommendations on physical activity for health. ISBN 978 92 4 159 997 9. WHO. 2010.

²⁰ Carvalho VO1, Bocchi EA, Guimarães GV. The Borg scale as an important tool of self-monitoring and self-regulation of exercise prescription in heart failure patients during hydrotherapy. A randomized blinded controlled trial. Circ J. 2009 Oct;73(10):1871-6. Epub 2009 Aug 28.

	a. Erklärung der Bedeutung von körperlicher Aktivität für die Gesundheitsförderung b. Klärung der möglichen negativen Folgen der Untätigkeit auf die Gesundheit der älteren Menschen c. Anleitung und Erklärung der Bedeutung der körperlichen Aktivität für Senioren nach dem Programm Die Senioren werden zweimal pro Monat persönlich per Telefon oder E-Mail unter Rücksichtnahme der persönlichen Präferenzen kontaktiert.
D	Výstup: 1. Inštruktážne školenie seniorov a motivácia pre vykonávanie pohybovej aktivity v domácom prostredí: - trvanie: 1 týždeň - počet a štruktúra: dva školiace dni v obvyklých časoch programu CAA. 2 x 3 školiace hodiny (60min.) - počet seniorov v skupine: 20 – 30 Obsah: - Poskytnutie informácií a názorných inštruktáží pre vykonávanie pohybovej aktivity v domácich podmienkach - Motivácia seniorov pre pokračovanie v pohybovej aktivite po skončení programu absolvovaného v rámci CAA Cieľ: maximalizovanie stredno- a dlhodobého efektu supervizovaných programov pre podporu zdravia seniorov 2. Následný monitoring pohybovej aktivity a motivácia v domácom prostredí: - trvanie: 1 rok - frekvencia 2 x mesačne - individuálne kontaktovanie seniora ako jednotlivca Obsah: - Zisťovanie frekvencie a typu pohybovej aktivity - Motivácia k pravidelnému pohybu - Konzultácia prípadných ťažkostí a odporúčania pre ich riešenie Cieľ: maximalizovanie stredno- a dlhodobého efektu supervizovaných programov pre podporu zdravia seniorov
	<i>Detailoutput:</i> Lehrausbildung und motivieren der Senioren körperliche Aktivitäten zu Hause durchführen: - Dauer: 1 Woche - Anzahl und Struktur: zwei Trainingstage in normalen Zeiten CAA-Programm. 2x 3 Trainingsstunden (60 Min.) - Gruppengröße: 20 - 30. Inhalt: - Bereitstellung von Informationen und anschauliche Briefings für die Durchführung der körperlichen Aktivität im häuslichen Umfeld - Senioren motivieren körperliche Aktivität fortzusetzen, nachdem das Programm im CAA beendet wurde Ziel: Maximierung der mittel- und langfristigen Auswirkungen der überwachten Programme für die Gesundheit von Senioren. Im Anschluss Monitoring und die Motivation zu Hause: - Dauer: 1 Jahr - Frequenz 2x Monat - Einzelkontakt Inhalt:

	- Bestimmung der Häufigkeit und Art der körperlichen Aktivität - Motivation für regelmäßige Bewegung - Beratung aller Schwierigkeiten und Empfehlungen zu deren Lösung Ziel: Maximierung der mittel- und langfristigen Auswirkungen der überwachten Programme für die Gesundheit der älteren Menschen
--	--

Poradové číslo PB <i>Nummer des AP</i>	Názov PB <i>Bezeichnung des AP</i>
4	Tvorba odborných metodík, koncepcií, odborných školiacich materiálov a sprievodný výskum Entwicklung spezieller Methoden, Konzepte, professioneller Schulungsunterlagen und Begleitforschung
Zapojenie partnerov Beteiligung	
PB zodpovedný partner <i>Verantwortlicher Partner</i>	FTVŠ UK
Zapojení partneri <i>Beteiligte Partner</i>	Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.
SK: Cieľom pracovného balíka je formulovať koncepciu a vypracovať komplexnú dokumentáciu pre špecialistov v oblasti starostlivosti o seniorov, ktorá im umožní: - tvorbu pohybových programov pre podporu zdravia - integráciu pohybovej aktivity do života seniorov vrátane motivácie - manažment pohybovej aktivity seniorov v domácich podmienkach Náplňou PB je vytváranie koncepcií pre tvorbu programov na podporu zdravia a intergáciu pohybovej aktivity do života seniorov a príprava odborných materiálov a publikácií pre praktické využitie v oblasti poskytovania preventívnej pohybovej aktivity a tiež manuálov, ktorých cieľom je diseminovať odborné informácie špecialistom poskytujúcich služby starostlivosti o seniorov. Pri tvorbe všetkých spomínaných produktov budú implementované výsledky predchádzajúcich spoločných projektov oboch partnerov^{21, 22} a tak isto výsledky sprievodného výskumu, ktorý sa bude realizovať počas celého trvania projektu. Personál slovenského partnera bude zabezpečovať implementáciu know-how v oblasti pohybovej aktivity. Personál rakúskeho partnera bude zabezpečovať časti týkajúce sa fyzikálnej terapie, kinezioterapie a rehabilitačných postupov. Vo fáze výstavby centra u slovenského partnera sa budú aktivity súvisiace s PB realizovať v priestoroch Fakulty telesnej výchovy a športu UK ako pilotné štúdie zamerané na ďalšie zvyšovanie kvality programov poskytovaných v rámci CAA. Ďalším zameraním aktivít bude výskumná činnosť. Jedná sa predovšetkým o výskumné aktivity v spolupráci so strategickým projektovým partnerom - Biomedicínskym centrom Slovenskej akadémie vied. V rámci sprievodnej vedecko - výskumnej činnosti budú vykonávané vedecké štúdie charakteru základného ako aj aplikovaného výskumu na menších vybraných vzorkách. Po dokončení výstavby sa budú aktivity realizovať v priestoroch CAA. U rakúskeho partnera tieto aktivity budú hneď od začiatku realizované v priestoroch CAA. Tieto spoločne vytvorené odborné produkty, výskumné výstupy, koncepcie a manuály budú využívané pri realizácii projektu v rámci aktivít ďalších pracovných balíčkov (PB-3, PB-5, PB-7, PB-8). Personál zapojený do realizácie pracovného balíka (SK+AT Partner): 1. dvaja fyzioterapeuti	

²¹ Kern H, Barberi L, Löfler S, Sbardella S, Burggraf S, Fruhmann H, Carraro U, Mosole S, Sarabon N, Vogelauer M, Mayr W, Krenn M, Cvecka J, Romanello V, Pietrangelo L, Protasi F, Sandri M, Zampieri S, Musaro A. Electrical stimulation counteracts muscle decline in seniors. Front Aging Neurosci. 2014 Jul 24;6:189.

²² S. Zampieri, L. Pietrangelo, S. Loeffler, H. Fruhmann, M. Vogelauer, S. Burggraf, A. Pond, M. Grim-Stieger, J. Cvecka, M. Sedliak, V. Tirpáková, W. Mayr, N. Sarabon, K. Rossini, L. Barberi, M. De Rossi, V. Romanello, S. Boncompagni, A. Musarò, M. Sandri, F. Protasi, U. Carraro, H. Kern. Lifelong Physical Exercise Delays Age-Associated Skeletal Muscle Decline. J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2015 Feb;70(2):163-73. Epub 2014 Feb 18

2. traja vedeckí pracovníci
3. lekár
4. technik
5. odborný garant

DE:

Ziel des Arbeitspakets ist es, ein Konzept zu formulieren und eine umfassende Dokumentation für Fachleute auf dem Gebiet der Altenpflege zu entwickeln, die es ihnen ermöglichen:

- *Schaffung von Bewegungsprogrammen für Gesundheitsförderung*
- *Integration der körperlichen Aktivität in das Leben von Senioren, einschließlich Motivation*
- *Management von körperlicher Aktivität für Senioren im häuslichen Umfeld*

Ziele sind, Konzepte für die Entwicklung von Programmen für die Prävention und Gesundheitsförderung und Integration körperlicher Aktivität in das Leben der älteren Menschen und die Vorbereitung von technischen Materialien und Publikationen für die praktische Anwendung im Bereich der präventiven körperlichen Aktivität, sowie Handbücher zur Verbreitung an Experten von Seniorenbetreuungseinrichtungen. Bei der Erstellung all dieser Dokumente, werden die Ergebnisse der früheren gemeinsamen Projekte beider Partner und auch die Ergebnisse der Begleitforschung, die für die gesamte Dauer des Projekts ausgeführt wird, einfließen.

Der Fokus des Hauptpartners liegt auf der Umsetzung des Know-how im Bereich der körperlichen Aktivität. Der österreichische Partner liefert Module über physikalische Therapie, Physiotherapie und Rehabilitationsmaßnahmen.

Der slowakische Partner wird in der Bauphase des CAA, die auf dieses Arbeitspaket bezogenen Aktivitäten in den Räumlichkeiten der Fakultät für Körpererziehung und Sport als Pilotstudien zur weiteren Verbesserung der Qualität der Programme durchführen.

Ein weiterer Schwerpunkt der Forschungstätigkeit sind vor allem Forschungsaktivitäten in Zusammenarbeit mit strategischen Projektpartnern - Biomedizinisches Zentrum der Slowakischen Akademie der Wissenschaften.

Im Rahmen der wissenschaftlichen Tätigkeiten werden Grundlagenwissenschaftliche Untersuchungen, sowie angewandte Forschung mit kleinerer Probandenzahl durchgeführt. Nach Abschluss der Bauarbeiten werden diese in den Räumen des neuen CAA durchgeführt werden. Auf österreichischer Seite werden diese Aktivitäten von Anfang an in den Räumen des CAA durchgeführt werden.

Diese gemeinsam entwickelten professionellen Produkte, Forschungsergebnisse, Konzepte und Handbücher werden bei der Umsetzung des Projekts im Rahmen der Aktivitäten anderer Arbeitspakete (AP-3, AP-5, AP-7, AP-8) verwendet werden.

Beteiligtes Personal bei der Umsetzung des Arbeitspakets (SK+AT Partner):

1. *zwei Physiotherapeuten*
2. *Drei Wissenschaftler*
3. *Arzt*
4. *Techniker*
5. *Garant*

Hlavný výstup projektu Kernoutput des Projekts		Opíšte hlavný výstup projektu Beschreibung der Kernoutputs	Jednotka Einheit	Počet Anzahl	Ukazovateľ programového výstupu, ktorého sa hlavný výstup projektu týka/ Programm-Outputindikator, zu dem der Projektkernoutput beitragen wird
HV KO 1	Koncepcia tvorby pohybových programov pre podporu zdravia seniorov / Konzeption für Gestaltung von Programmen für körperliche Aktivität und Gesundheit	SK: Dvojúrovňová koncepcia tvorby programov pohybovej aktivity a podpory zdravia určených pre profesionálov v oblasti starostlivosti o seniorov (najmä všeobecní a geriatrickí lekári, opatrovatelia seniorov, pohyboví terapeuti a tréneri, fyzioterapeuti, študenti medicíny, vied o športe, výživy, ošetrovateľstva a fyzioterapie)	SK Produkt	1	SK: Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spolupracou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania

		DE: Ein Zweistufiges Programmkonzept für körperliche Aktivität und Gesundheitsförderung für Fachleute im Bereich der Altenpflege (insbesondere allgemeiner und geriatrischer Ärzte, Pfleger, Bewegungs-Therapeuten und Trainer, Physiotherapeuten, Medizinstudenten, Sportwissenschaftler, Ernährung, Pflege und Physiotherapie)	DE Produkt		DE: Anzahl der wesentlichen, gemeinsam entwickelten Produkte und Dienstleistungen im Rahmen der Förderung institutioneller Zusammenarbeit, der Schaffung von Strukturen der Zusammenarbeit und Planungsinstrumenten
HV KO2	Konцепcia pre integráciu pohybovej aktivity do života seniorov / Konzeption für Integration von körperlicher Aktivität in den Alltag	SK: Formuláciu odporúčaní pre integráciu pohybovej aktivity do života seniorov vrátane motivácie	SK Produkt	1	SK: Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spoluprácou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania
		DE: Formulierung von Empfehlungen für die Integration der körperlichen Aktivität in den Alltag von Senioren, einschließlich der Motivation	DE Produkt		DE: Anzahl der wesentlichen, gemeinsam entwickelten Produkte und Dienstleistungen im Rahmen der Förderung institutioneller Zusammenarbeit, der Schaffung von Strukturen der Zusammenarbeit und Planungsinstrumenten
HV KO3	Manažment pohybovej aktivity seniorov v domácich podmienkach / Heim- /Begleittraining & Betreuungsmanag emet	SK: Formuláciu odporúčaní pre manažment pohybovej aktivity seniorov v domácich podmienkach	SK Produkt	1	SK: Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spoluprácou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania
		DE: Formulierung von Empfehlungen für das Managment der körperlichen Aktivität für Senioren im häuslichen Umfeld	DE Produkt		DE: Anzahl der wesentlichen, gemeinsam entwickelten Produkte und Dienstleistungen im Rahmen der Förderung institutioneller Zusammenarbeit, der Schaffung von Strukturen der Zusammenarbeit und Planungsinstrumenten
HV KO4	Manuál pre špecialistov poskytujúcich služby starostlivosti pre seniorov / Manual für Fachpersonal im Bereich Seniorenvorsorge	SK: Formuláciu odporúčaní pre špecialistov poskytujúcich služby starostlivosti pre seniorov	SK Produkt	1	SK: Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spoluprácou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania
		DE: Formulierung von Empfehlungen für für Fachpersonal im Bereich Seniorenvorsorge	DE Produkt		DE: Anzahl der wesentlichen, gemeinsam entwickelten Produkte und Dienstleistungen im Rahmen der Förderung institutioneller Zusammenarbeit, der Schaffung von Strukturen der Zusammenarbeit und Planungsinstrumenten

Zapojenie cieľových skupín <i>Zielgruppen</i>	
Kto využije (hlavné) výstupy z tohto pracovného balíčka? <i>Wer wird die (Kern)outputs dieses Arbeitspakets nutzen?</i>	Pozrite si, prosím, zoznam cieľových skupín / <i>Auswahl aus der Zielgruppenliste</i> Miestne a regionálne orgány, organizácie regionálneho rozvoja, poskytovatelia sociálnych služieb, obyvateľstvo cezhraničného regiónu Lokale und regionale Behörden, regionale Entwicklungsagenturen, soziale Dienstleister, Bevölkerung der grenzüberschreitenden Region
Ako zapojíte cieľové (a ostatné zainteresované) skupiny do rozvoja (hlavných) výstupov projektu? <i>Wie werden die Zielgruppen (und andere Akteure) in die Umsetzung des gegenständlichen Arbeitspaketes einbezogen?</i>	SK: Aktívnou participáciou na činnostiach vedúcich k realizácii hlavných výstupov projektu. Špecifikácia v popise jednotlivých aktivít v rámci PB. DE: <i>Mit aktiver Partizipation an den Tätigkeiten zur Umsetzung des Arbeitspaketes. Genaue Aktivitäten sind in den einzelnen Arbeitspaketen beschrieben.</i>
Aktivity a ich výstupy v rámci projektového balíčka. <i>Aktivitäten und Detailoutputs des Arbeitspakets.</i>	
Aktivita <i>Aktivität</i>	Názov aktivity: Vytvorenie súboru metodických výstupov, odborných materiálov, tvorba koncepcií a odporúčaní pre seniorov ako aj expertov poskytujúcich služby starostlivosti pre seniorov
	<i>Bezeichnung der Aktivität:</i> Erstellung einer Reihe von methodischen, technischen Materialien, policy-making und Empfehlungen für Senioren sowie Experten in Betreuungseinrichtungen
	Popis aktivity: Aktivity budú zamerané na syntézu výsledkov z predchádzajúcich projektov partnerov zameraných na podporu zdravia seniorov, existujúcich odporúčaní a výsledkov sprievodného výskumu. Tieto aktivity budú vykonávať vedeckí pracovníci oboch partnerov pri zohľadnení špecifických potrieb a možností seniorov žijúcich v cezhraničnom regióne. Výstupy bude možné následne použiť aj pre iné regióny EÚ. Vedeckí pracovníci sa zamerajú na: - vytvorenie dvojúrovňovej koncepcie tvorby programov pohybovej aktivity a podpory zdravia určených pre profesionálov v oblasti starostlivosti o seniorov (najmä všeobecní a geriatrickí lekári, opatrovatelia seniorov, pohyboví terapeuti a tréneri, fyzioterapeuti, študenti medicíny, vied o športe, výživy, ošetrovateľstva a fyzioterapie) - formuláciu odporúčaní pre integráciu pohybovej aktivity do života seniorov vrátane motivácie - formuláciu odporúčaní pre manažment pohybovej aktivity seniorov v domácych podmienkach - vytvorenie odporúčaní a manuálov pre profesionálov v oblasti starostlivosti o seniorov, ktoré komplexne ako jeden celok poskytnú informácie pre tvorbu programov pohybovej aktivity a podpory zdravia, integráciu pohybovej aktivity do života seniorov a pre manažment pohybovej aktivity seniorov v domácych podmienkach
	Základ dvojúrovňovej koncepcie tvorby programov pohybovej aktivity a podpory zdravia predstavuje unikátny súbor informácií, ktorý umožní tvorbu programov zariadeniach so špecifickým profesionálnym vybavením ako aj pre tvorbu programov a odporúčaní pre seniorov v domácych podmienkach. Obidve úrovne vždy obsahujú informácie primárne z oblasti aplikácie pohybovej aktivity a prevencie a doplnkovo z fyzikálnej terapie seniorov.

	Pridanú hodnotu koncepcie tvorí skutočnosť, že odporúčania pre tvorbu programov v domácich podmienkach budú koncipované tak, aby boli schopné zabezpečiť primeraný pozitívny efekt na fyzickú zdatnosť seniorov pri znížení materiálnych nárokov, čím sa znížia náklady na poskytovanie tohto typu starostlivosti. <i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Die Aktivitäten konzentrieren sich auf die Synthese der Ergebnisse früherer Projekte, um die Gesundheit der älteren Menschen, die bestehenden Empfehlungen und die Ergebnisse der begleitenden Forschung zu fördern. Diese Aktivitäten werden von Wissenschaftlern beider Partner durchgeführt, wobei die spezifischen Bedürfnisse und Möglichkeiten der in der Grenzregion lebenden Personen berücksichtigt werden. Die Erkenntnisse sollen dann auch in anderen EU-Regionen genutzt werden.</i> <i>Wissenschaftler konzentrieren sich auf:</i> - <i>Erstellen eines zweistufigen Programmkonzepts für körperliche Aktivität und Gesundheitsförderung für Fachleute im Bereich der Altenpflege (insbesondere allgemeiner und geriatrischer Ärzte, Seniorenpfleger, Bewegungs-Therapeuten und Trainer, Physiotherapeuten, Medizinstudenten, Sportwissenschaftler, Ernährung, Pflege und Physiotherapie)</i> - <i>Formulierung von Empfehlungen für die Integration der körperlichen Aktivität in den Alltag von Senioren, einschließlich der Motivation</i> - <i>Formulierung von Empfehlungen für das Management der körperlichen Aktivität für Senioren im häuslichen Umfeld</i> - <i>Die Einrichtung von Empfehlungen und Handbüchern für Fachleute in der Altenpflege, Informationen für das Thema als Ganzes und beider vorangegangener Einzelempfehlungen</i> <i>Die Basis des Konzepts des zweistufigen Programms der körperlichen Aktivität und Gesundheitsförderung stellt eine einzigartige Reihe von Informationen dar, die die Umsetzung sowohl Geräte spezifischer professioneller Ausrüstung als auch unter Bedingungen im häuslichen Umfeld erlaubt. Beide Ebenen enthalten immer Informationen aus primären Anwendungsgebieten der körperlichen Aktivität, Prävention und zusätzliche physiotherapeutische Maßnahmen bei Senioren. Der Mehrwert dieser Herangehensweise ist die Tatsache, dass Empfehlungen für die Aktivitäten im häuslichen Umfeld dazu bestimmt sind, einen angemessenen positiven Effekt auf die körperliche Fitness von Senioren zu gewährleisten und gleichzeitig die Kosten reduziert werden.</i>
D	<i>Výstup:</i> 1. Koncepcia tvorby programov pohybovej aktivity a podpory zdravia určená pre profesionálov v oblasti starostlivosti o seniorov - 1 dokument 2. Odporúčania pre integráciu pohybovej aktivity do života seniorov vrátane motivácie - 1 dokument 3. Odporúčania pre manažment pohybovej aktivity seniorov v domácich podmienkach - 1 dokument 4. Odborná publikácia - manuál pre profesionálov v oblasti starostlivosti o seniorov - 1 dokument <i>Detailoutput:</i> 1. <i>Konzept Übungen und Gesundheitsförderung für Experten im Bereich der Altenpflege: 1 Dokument</i> 2. <i>Empfehlungen für die Integration körperlicher Aktivität in Alltag von Senioren, einschließlich der Motivation: 1 Dokument</i>

	3. <i>Empfehlungen für das Management von körperlicher Aktivität für Senioren im häuslichen Umfeld: 1 Dokument</i> <i>Fachpublikation - Leitfaden für Experten in der Gerontologie: 1 Dokument</i>
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Sprievodná výskumná činnosť a príprava vedeckých publikácií
	Bezeichnung der Aktivität: Begleitende Forschungsaktivitäten und Erstellung von wissenschaftlichen Publikationen
	Popis aktivity: Sprievodná vedecko - výskumná činnosť plynulo nadväzuje na aktivity vykonávané v rámci predchádzajúcich projektov Interreg, ale obsahuje aj nové, respektíve rozšírené výskumné zameranie. Jedná sa predovšetkým o výskumné aktivity v spolupráci so strategickým projektovým partnerom - Biomedicínskym centrom Slovenskej akadémie vied. Centrum aktívneho starnutia umožní zvýšiť výskumné kapacity v rámci doterajšej spolupráce, predovšetkým v zmysle priestorových podmienok na aplikovanie pohybových intervenčných programov. Nezanedbateľná bude aj možnosť vykonávania niektorých testovacích procedúr, napríklad odberov venóznej krvi v priestoroch Centra aktívneho starnutia. Tým sa rozšíri spektrum výskumných aktivít a zároveň zjednoduší logistika presunov probandov/pacientov v porovnaní s doterajšími výskumnými aktivitami. Okrem zdravých seniorov sa výskum bude zaoberať aj niektorými vybranými civilizačnými ochoreniami najmä: prediabetes a diabetes 2. typu, mierna kognitívna disfunkcia, skoré štádia Alzheimerovej a Parkinsonovej choroby a sarkopénia. Výstupy sprievodnej vedecko – výskumnej činnosti budú tak publikácie vedeckého charakteru určené pre zahraničné a domáce vedecké časopisy, ako aj odborné a popularizačné publikácie a materiály určené pre odbornú a laickú verejnosť. Okrem publikácií budú nové zistené vedecké poznatky diseminované vo forme konferenčných príspevkov doma a v zahraničí.
	Beschreibung der Aktivität: <i>Die begleitende wissenschaftliche Forschungsaktivität setzt die im Rahmen der bisherigen INTERREG-Projekte durchgeführten Aktivitäten nahtlos fort, schließt aber auch neue, Forschungen ein. Dies sind vor allem Forschungsaktivitäten in Zusammenarbeit mit strategischen Projektpartnern - Biomedizinisches Zentrum der Slowakischen Akademie der Wissenschaften. Centre for Active Ageing wird die Forschungsmöglichkeiten im Rahmen der bisherigen Zusammenarbeit, insbesondere im Hinblick auf die räumlichen Rahmenbedingungen für die Anwendung von physikalischen Interventionsprogrammen, verbessern. Erwähnenswert ist auch die Möglichkeit für einige Testverfahren wie venöse Blutentnahme, auf dem Gelände des Zentrums für aktives Altern. Dies wird das Spektrum der Forschungsaktivitäten erweitern und gleichzeitig die Logistik des Transfers von Probanden/Patienten im Vergleich zu aktuellen Forschungsaktivitäten vereinfachen. Neben der Gesundheit der älteren Menschen wird die Forschung auch einige ausgewählte Zivilisationskrankheiten betrachten, insbesondere: Prediabetes und Typ-2-Diabetes, leichte kognitive Dysfunktion, frühe Stadien der Alzheimer- und Parkinson-Krankheit und Sarkopenie. Der Outcome der Begleitforschung wird als Publikationen von wissenschaftlicher Natur für ausländische und inländische wissenschaftliche Zeitschriften und Fachzeitschriften und Verbreitungsmaterialien für Fachleute und die breite Öffentlichkeit verfügbar gemacht. Neben den Publikationen werden die neu gefundenen wissenschaftlichen Informationen in Form von Konferenzbeiträgen im In- und Ausland verbreitet.</i>
D	Výstup: - Publikácie v zahraničných karentovaných časopisoch: 4 - Popularizačné publikácie písané po slovensky alebo nemecky: 4 - Konferenčné príspevky na vedeckých konferenciách 4
	Detailoutput: - Veröffentlichungen in internationalen Fachzeitschriften: 4

	- <i>Populärwissenschaftliche Beiträge (Slowakisch oder Deutsch): 4</i> - <i>Beiträge auf wissenschaftlichen Konferenzen 4</i>
--	---

Poradové číslo PB <i>Nummer des AP</i>	Názov PB <i>Bezeichnung des AP</i>
5	Výmenné pobyty – vyškolenie personálu CAA a jazykové kurzy <i>Austausch von CAA Personal - Training und Sprachkurse</i>

Zapojenie partnerov <i>Beteiligung</i>	
---	--

PB zodpovedný partner <i>Verantwortlicher Partner</i>	FTVŠ UK
--	---------

Zapojení partneri <i>Beteiligte Partner</i>	Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.
--	---

SK: Vzhľadom na vysokú kvalifikáciu personálu slovenského partnera v oblasti programov pohybovej aktivity a rakúskeho partnera v oblasti fyzikálnej terapie budú realizované výmenné pobyty za účelom zvýšenia kvalifikácie slovenského personálu v oblasti fyzikálnej terapie a rakúskeho personálu v oblasti pohybovej aktivity. Za účelom zvýšenia efektívnosti týchto školení absolvujú zamestnanci oboch partnerov jazykovú prípravu z nemeckého, resp. slovenského jazyka vo forme skupinových jazykových kurzov. Personál zapojený do realizácie pracovného balíka (SK+AT Partner): 1. dvaja fyzioterapeuti 2. dvaja maséri 3. dvaja lekári 4. traja tréneri 5. dvaja výskumní pracovníci	
---	--

DE: Aufgrund des vorhanden hochqualifizierten Personal des slowakischen Partners auf dem Gebiet der körperlichen Aktivität und dem österreichischen Partner auf dem Gebiet der physikalischen Therapie soll ein Austauschprogramm während des Projektes durchgeführt werden. Diese Ausbildung soll die gegenseitigen Skills fördern und Sprachkurse in Deutsch und Slowakisch in Form von Gruppenkursen ergänzt werden. Beteiligtes Personal bei der Umsetzung des Arbeitspaket(SK+AT Partner) : 1. zwei Physiotherapeuten 2. Zwei Masseure 3. Zwei Ärzte 4. Drei Sportwissenschaftler 5. zwei Forscher	
--	--

Hlavný výstup projektu <i>Kernoutput des Projekts</i>		Opíšte hlavný výstup projektu <i>Beschreibung der Kernoutputs</i>	Jednotka <i>Einheit</i>	Počet <i>Anzahl</i>	Ukazovateľ programového výstupu, ktorého sa hlavný výstup projektu týka/ <i>Programm-Outputindikator, zu dem der Projektkernoutput beitragen wird</i>
HV KO 1	Vyškolenie personálu CAA / Schulungen für Personal des CAAs	SK: Vyškolenie personálu rakúskeho partnera bude zamerané na zvýšenie kvalifikácie v oblasti tvorby a realizácie pohybových programov a fyziológiu efektu pohybovej aktivity na organizmus seniorov	SK: <i>osobo-školenia</i>	24	SK: Počet účastníkov zapojených do spoločných školiacich schém

	a na zlepšenie úrovne nemeckého jazyka. Vyškolenie personálu slovenského partnera bude zamerané na zvýšenie kvalifikácie v oblasti tvorby a realizácie terapeutických programov z oblasti fyzikálnej terapie a kinezioterapie a na zlepšenie úrovne slovenského jazyka. Výstup: 12 osobostáží v trvaní dva týždne + 12 osobokurzov cudzieho jazyka s dokladom o absolvovaní		
	DE: Die Ausbildung des Personals des österreichischen Partners wird nach zunehmenden Fähigkeiten bei der Erstellung und Umsetzung von körperlichen Aktivitätsprogrammen ausgerichtet werden. Außerdem wird dem Personal Sprachunterricht (slowakische Sprache) angeboten. Die Ausbildung des Personals des slowakischen Partners wird nach zunehmenden Fähigkeiten bei der Erstellung und Umsetzung von Behandlungsprogrammen in der physikalischen Therapie und Physiotherapie gezielter. Außerdem wird dem Personal Sprachunterricht (deutsche Sprache) angeboten. Output: 12 zwei wochen dauernde Austauschaufenthalte + 12 Personenkurse mit dem Nachweis des Abschlusses	DE: Personen- kurse	DE: Zahl der TeilnehmerInnen an gemeinsamen Aus- und Weiterbildungsprogrammen
Zapojenie cieľových skupín Zielgruppen			
Kto využije (hlavné) výstupy z tohto pracovného balíčka? Wer wird die (Kern)outputs dieses Arbeitspakets nutzen?		Zamestnanci, pracovná sila / Arbeitskräfte	
		Zamestnanci, pracovná sila / Arbeitskräfte	

Ako zapojíte cieľové (a ostatné zainteresované) skupiny do rozvoja (hlavných) výstupov projektu? <i>Wie werden die Zielgruppen (und andere Akteure) in die Umsetzung des gegenständlichen Arbeitspaketes einbezogen?</i>	SK: Aktívnou participáciou na činnostiach vedúcich k realizácii hlavných výstupov projektu. Špecifikácia v popise jednotlivých aktivít v rámci PB. DE: <i>Mit aktiver Partizipation an den Tätigkeiten zur Umsetzung des Arbeitspaketes. Genaue Aktivitäten sind in den einzelnen Arbeitspaketen beschrieben.</i>
Aktivity a ich výstupy v rámci projektového balíčka. Aktivitäten und Detailoutputs des Arbeitspakets.	
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Interregionálny transfer odborných kompetencií – školenia personálu CAA prostredníctvom výmenných školiacich pobytov Bezeichnung der Aktivität: Die interregionale Übertragung von Fachkompetenz - CAA Schulung des Personals durch Austauschtrainingsbesuche Popis aktivity: Školenie personálu rakúskeho partnera bude zamerané na zvýšenie kvalifikácie v oblasti tvorby a realizácie pohybových programov a fyziológiu efektu pohybovej aktivity na organizmus seniorov. Hlavnou náplňou školení bude: 1. charakteristika telesných zmien súvisiacich so starnutím 2. rozdelenie motorických schopností 3. teória a didaktika dávkovania fyzického zaťaženia seniorov 4. špecifiké zmeny fyzického zaťaženia pri vybraných typoch ochorení 5. diagnostika fyzickej zdatnosti seniorov 6. metodika rozvoja nervovosvalových kapacít 7. metodika rozvoja kardiopulmonárnych kapacít 8. metodika intervencí pre zníženie rizika pádov Školenie personálu slovenského partnera bude zamerané na zvýšenie kvalifikácie v oblasti tvorby a realizácie terapeutických programov z oblasti fyzikálnej terapie a kinezioterapie. Hlavnou náplňou školení bude: 1. indikácie, kontraindikácie a spôsob aplikácie vybraných procedúr fyzikálnej terapie, najmä: a) elektroliečba b) elektroanalgéza c) transkutánná elektrostimulácia d) rebox e) ultrazvuk f) galvanizácia g) vodoliečba h) kaolínové zábaly 2. indikácie, kontraindikácie a spôsob aplikácie vybraných procedúr kinezioterapie, najmä: a) remobilizácia b) obnova rozsahu pohybu c) svalové testy d) zníženie svalových dysbalancií e) uvoľnenie triggerpointov f) mäkké techniky g) obnova pohybových vzorcov h) liečebná gymnastika

	Prvá séria školení sa uskutoční v druhom polroku realizácie projektu. Druhá séria potom po začatí činnosti CAA v Bratislave.
	<i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Die Ausbildung des Personals des österreichischen Partners wird nach zunehmenden Fähigkeiten bei der Erstellung und Umsetzung von körperlicher Aktivität Programmen und physiologischer Effekte der körperlichen Aktivität bei Senioren ausgerichtet werden.</i> <i>Hauptinhalt der Ausbildung:</i> 1. Merkmale von körperlichen Veränderungen die mit dem Altern verbunden sind 2. Verteilung der Motorischen Fähigkeiten 3. Theorie und Methodik der körperlichen Belastungs Dosierung bei Senioren 4. Spezifische Änderungen bei körperlicher Belastung bei bestimmten Krankheitsmodellen 5. Diagnose der körperlichen Fitness bei Senioren 6. neuromuskuläre Leistungsfähigkeit - Entwicklungsmethodik 7. Herz-Lungen-Kapazität - Entwicklungsmethodik 8. Interventionsmethoden um die Sturzgefahr zu reduzieren <i>Die Ausbildung des Personals des slowakischen Partners wird nach zunehmenden Fähigkeiten bei der Erstellung und Umsetzung von Behandlungsprogrammen in der physikalischen Therapie und Physiotherapie gezielter.</i> <i>Hauptinhalt der Ausbildung:</i> 2. Indikationen, Kontraindikationen und Verfahren zur Anwendung ausgewählter physikalischer Therapieverfahren, insbesondere: a. Elektrotherapie zur Kräftigung und Detonisierung b. Elektrotherapie zur Schmerzreduktion c. Die transkutane Elektrostimulation d. Rebox e. Ultraschall f. Galvanisation g. Hydrotherapie h. Munari/Wärmepackungen 3. Indikationen, Kontraindikationen und ausgewählte Physiotherapeutische Verfahren, insbesondere: a. Remobilisierung b. Wiederherstellung der Beweglichkeit c. Muskeltests d. Reduktion der Muskeldysbalance e. Triggertechniken f. weiche Techniken g. Wiederherstellung von motorischen Mustern h. Heilgymnastik <i>Die erste Reihe von Schulungen werden in der zweiten Hälfte des Projekts stattfinden. Die zweite Serie dann nach der Inbetriebnahme des neuen CAA in Bratislava</i>
	Výstup: 12 osobostáží v trvaní dva týždne
	Detailoutput: 12 zwei wochen dauernde Austauschaufenthalte
D	

Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Zvyšovania úrovne jazykových znalostí členov projektového tímu
	Bezeichnung der Aktivität: Sprachkurse für das Projektpersonal
	Popis aktivity: Parametre kurzov: Typ výučby: skupinová Vyučovací jazyk: nemecký, slovenský Zameranie jazyka: zdravotnícka terminológia a komunikácia s pacientom Frekvencia výučby: 2 x do týždňa Trvanie vyučovacej jednotky: 60 min. Trvanie kurzu: 2 x 5 mesiacov Miesto výučby: v priestoroch partnerov Kurzy spĺňajú požiadavky podľa Európskeho referenčného rámca.
	Beschreibung der Aktivität: Kursparameter: Veranstaltungstyp : Gruppe Unterrichtssprache: Deutsch, Slowakisch Wortschatz: medizinische Terminologie und Kommunikation mit den Patienten Kursfrequenz: 2x/Woche Dauer der Unterrichtseinheiten : 60 min. Dauer: 2 x 5 Monate Ort: in den Räumlichkeiten der Partner Kurse entsprechen den Anforderungen des Europäischen Referenzrahmens .
D	Výstup: 12 osobokurzov s dokladom o absolvovaní
	Detailoutput: 12 Personenkurse mit dem Nachweis des Abschlusses

Poradové číslo PB Nummer des AP	Názov PB Bezeichnung des AP
6	Zvyšovanie odborných kapacít partnerov v oblasti projektového manažmentu Verbesserung der Qualität und Kapazität der Partner im Projektmanagement
Zapojenie partnerov Beteiligung	
PB zodpovedný partner Verantwortlicher Partner	FTVS
Zapojení partneri Beteiligte Partner	Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.
SK: Cieľom toho pracovného balíčka je zvýšiť odbornú úroveň spoločného personálu projektu, t.j. interných zamestnancov oboch projektových partnerov, ktorí zabezpečujú samotnú úspešnú realizáciu celého projektu a budú tiež zodpovední za udržateľnosť výsledkov po skončení realizácie projektu. Potreba zvýšiť odbornosť interných zamestnancov venujúcich sa projektovému manažmentu vychádza z aktuálnych spoločenských výziev a taktiež zo súčasného trendu budovania kvalitných interných kapacít úspešných inštitúcií, ktoré umožňujú organizáciám pružne a adekvátne reagovať na nové výzvy a aktuálne potreby. Túto úlohu plnia v organizáciách práve zamestnanci pracujúci ako projektoví manažéri a preto sa partneri tohto projektu rozhodli podporiť svoje interné kapacity v tejto oblasti a zároveň tak podporiť aj kapacity na ďalšie budovanie a rozvíjanie úspešnej projektovej spolupráce počas i po skončení realizácie tohto projektu s výhľadom do budúcnosti. Za hlavného projektového partnera budú realizáciu projektu zabezpečovať dvaja interní zamestnanci, jeden pracujúci na pozícii „projektový manažér“ a jeden „asistent projektového manažéra“ a za partnera projektu na rakúskej strane bude realizáciu zabezpečovať jeden interný zamestnanec pracujúci na pozícii „projektový manažér“. Personál zapojený do realizácie pracovného balíka (SK+AT Partner): 1. dvaja projektoví manažéri	

2. asistent projektového manažera					
DE: Das Ziel dieses Arbeitspakets ist es, das professionelle Niveau der gemeinsamen Projektmitarbeiter zu erhöhen, die nicht nur an einer sehr erfolgreichen Umsetzung des Projekts arbeiten sondern auch für Fragen der Nachhaltigkeit nach dem Abschluss des Projekts verantwortlich sein werden. Die Notwendigkeit einer erhöhten Professionalität der internen Mitarbeiter, die im Projektmanagement Aufgrund aktueller gesellschaftlicher Herausforderungen gearbeitet haben, sowie die aktuelle Tendenz, hochqualitative interne Kapazitäten zu schaffen, sind erfolgreiche Institutionen, die es Unternehmen ermöglichen, flexibel und adäquat auf neue Herausforderungen und aktuelle Bedürfnisse zu reagieren. Diese Rolle spielen die von den Projektmitarbeitern tätigen Rechteorganisationen, und deshalb haben sich die Partner des Projekts entschlossen, ihre interne Kapazität in diesem Bereich zu unterstützen und damit auch die Fähigkeit zur weiteren Errichtung und Entwicklung einer erfolgreichen Projektzusammenarbeit während und am Ende Projektrealisierung zu fördern. Mit Blick auf budúcnosť. Za wird der slowakische Hauptpartner zwei interne Mitarbeiter und der österreichische Partner einen internen Mitarbeiter als Projektmanager bereitstellen. Beteiligtes Personal bei der Umsetzung des Arbeitspaket(SK+AT Partner) : 1. zwei Projektmanager 2. Asistent des Projektmanagers					
Hlavný výstup projektu Kernoutput des Projekts		Opíšte hlavný výstup projektu Beschreibung der Kernoutputs	Jednotka Einheit	Počet Anzahl	Ukazovateľ programového výstupu, ktorého sa hlavný výstup projektu týka/ Programm-Outputindikator, zu dem der Projektkernoutput beitragen wird
HV KO 1	Osoby vyškolené v projektovom manažmente / Geschultes Personal im Bereich des Projektmanagements	SK: osoba vyškolená v oblasti projektového manažmentu	SK: osoba	3	SK: Počet účastníkov zapojených do spoločných školiacich schém
		DE: Ausbildungszertifikat für Projektmanagement	DE: Person		DE: Zahl der TeilnehmerInnen an gemeinsamen Aus- und Weiterbildungsprogrammen
Zapojenie cieľových skupín Zielgruppen					
Kto využije (hlavné) výstupy z tohto pracovného balíčka? Wer wird die (Kern)outputs dieses Arbeitspakets nutzen?			Pozrite si, prosím, zoznam cieľových skupín / Auswahl aus der Zielgruppenliste		
			Dvaja projektoví manažéri pracujúci ako interní pracovníci partnerov projektu a jeden interný zamestnanec hlavného partnera projektu pracujúci ako asistent PM. Inštitúcie projektových partnerov partneri. / Drei Mitglieder des Projektmanagement Teams. Projektpartnern.		
Ako zapojíte cieľové (a ostatné zainteresované) skupiny do rozvoja (hlavných) výstupov projektu? Wie werden die Zielgruppen (und andere Akteure) in die Umsetzung des gegenständlichen Arbeitspaketes einbezogen?			SK: Aktívnou participáciou na činnostiach vedúcich k realizácii hlavných výstupov projektu. Špecifikácia v popise jednotlivých aktivít v rámci PB.		
			DE: Mit aktiver Partizipation an den Tätigkeiten zur Umsetzung des Arbeitspaketes. Genaue Aktivitäten sind in den einzelnen Arbeitspaketen beschrieben.		
Aktivity a ich výstupy v rámci projektového balíčka. Aktivitäten und Detailoutputs des Arbeitspakets.					
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Školenie projektového manažmentu				
	Bezeichnung der Aktivität: Zertifiziertes Training zur Verbesserung des Projektmanagements				
	Popis aktivity: Traja členovia projektového tímu sa budú vzdelávať v oblasti projektového manažmentu.				

	Na základe aktuálnych, ale i minulých skúseností počas spoločnej projektovej prípravy i implementácie projektov cezhraničnej spolupráce obe partnerské inštitúcie identifikovali potrebu skvalitniť a ďalej odborne rozvíjať svoje interné kapacity v oblasti projektovej prípravy a projektového riadenia na odbornú úroveň. Týmto bude obom inštitúciám umožnené zaradiť sa medzi organizácie, ktoré pracujú nie len so špičkovými odborníkmi v oblasti vedy a výskumu, ale aj medzi organizácie so silnými a vysokokvalitnými kapacitami v oblasti projektového manažmentu. <i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Drei Mitglieder des Projektmanagement Teams werden an den anerkannten n für Projektmanagement teilnehmen.</i> <i>Basierend auf der aktuellen Erfahrung, sowie Erfahrungen aus der Vergangenheit, im Rahmen gemeinsamer Projektvorbereitungen und Durchführung von grenzüberschreitenden Projekten, haben beide Partnerinstitutionen die Notwendigkeit erkannt ihre internen beruflichen Fähigkeiten in der Projektvorbereitung und dem Projektmanagement von dem derzeit hohen Niveau auf ein noch professionelleres Niveau zu bringen. Dies ist notwendig, da beide Partner nicht nur unter Top-Experten auf dem Gebiet der Wissenschaft und Forschung, sondern auch zwischen Organisationen mit starken und hohen Kapazität im Projektmanagement tätig sind.</i>
D	Výstup: Výstupom tejto aktivity budú úspešne ukončené školenia troch členov tímu projektových manažérov. Tento výstup prispeje k zvýšeniu kvalitatívnych kapacít projektových partnerov v oblasti manažmentu projektov, a tým priamo aj podporí ich schopnosti a kvalitu manažmentu a implementácie projektov a grantov poskytovaných Európskou úniou. Zvýšenie kapacít partnerov a tiež samotných zamestnancov – ako jednotlivcov v oblasti projektového riadenia prispeje k úrovni implementácie tohto projektu a tiež podstatne zvýši možnosti ďalšieho rozvoja budúcej cezhraničnej spolupráce týchto partnerov v rámci cezhraničného slovensko-rakúskeho regiónu. Rovnako aj samotní zamestnanci dosiahnu kvalifikáciu, ktorá zvýši ich odborné kvality a konkurencieschopnosť na trhu práce a tým budú mať vyššie šance prispieť k ekonomicky efektívnejšiemu a viac konkurencieschopnému rakúsko-slovenskému cezhraničnému regiónu. <i>Detailoutput:</i> <i>Der Output dieser Aktivität ist eine Bescheinigung der erfolgreich abgeschlossenen Ausbildung der drei Teammitglieder als Projektmanager. Dieser Ausgang wird dazu beitragen, die Kapazität der Qualität der Projektpartner im Projektmanagement zu erhöhen und damit direkt ihre Fähigkeiten zu fördern und zur Qualität des Managements und Umsetzung von grenzüberschreitenden EU Projekten beitragen. Die Erhöhung der Kapazität der Partner sowie Mitarbeiter selbst - als Individuen im Projektmanagement und eine einzigartige Gelegenheit ein Zertifikat in einem international anerkannten Projektmanagement System zu erreichen wird deutlich zum Niveau der Umsetzung des Projekts und grundsätzlich zum zunehmenden Potenzial für künftige grenzüberschreitende Zusammenarbeit dieser Partner und dem grenzüberschreitenden österreichisch-slowakischen Raum beitragen. Zusätzlich werden Mitarbeiter selbst die Qualifikation erhalten, die ihre Kompetenz und Wettbewerbsfähigkeit auf dem Arbeitsmarkt erhöhen würde und damit mehr Chancen haben und zu einer wirtschaftlich effizienteren und wettbewerbsfähigeren österreichisch-slowakischen Grenzregion beitragen</i>

Poradové číslo PB Nummer des AP		Názov PB Bezeichnung des AP			
7		Informačná kampaň o možnostiach a význame pohybovej aktivity seniorov Informationskampagne über die Möglichkeiten und die Bedeutung der körperlichen Aktivität für Senioren			
Zapojenie partnerov Beteiligung					
PB zodpovedný partner Verantwortlicher Partner		Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.			
Zapojení partneri Beteiligte Partner		FTVŠ UK			
SK: Informačná kampaň zameraná na zvýšenie povedomia seniorov i širokej a odbornej verejnosti o možnostiach a úlohách pohybovej aktivity seniorov. Cieľová skupina projektu, seniori, budú o cieľoch projektu a informačnej kampani projektu, s cieľom zvýšenia povedomia o pohybovej aktivite a podpore zdravia seniorov, informovaní prostredníctvom 2 seminárov pre cieľovú skupinu, t.j. seniorov v cezhraničnej oblasti. Pri implementácii informačnej kampane budú aktívne využívané informačné kanály vyplývajúce zo strategických partnerstiev s obcami, krajinami a spolkovými krajinami, univerzitou a zdravotnými poisťovňami. Personál zapojený do realizácie pracovného balíka (SK+AT Partner): 1.garant 2.dvaja výskumní pracovníci 3.lekár					
DE: Die Informationskampagne zielt darauf ab, das Bewusstsein der Senioren, der allgemeinen Öffentlichkeit und des Fachpersonals über die Möglichkeiten und Aufgaben der körperlichen Aktivität bei Senioren zu sensibilisieren. Senioren werden die Hauptzielgruppe der Projekt- und Projektinformationskampagne sein, um das Bewusstsein für körperliche Aktivität und Gesundheitsförderung für ältere Menschen zu wecken, die über zwei Workshops im Grenzgebiet, informiert werden sollen. Bei der Umsetzung der Informationskampagne werden aktiv ausgewiesene Informationskanäle aus strategischen Partnerschaften mit Gemeinden, Provinzen und Provinzen, Universitäten und Krankenkassen eingesetzt. Beteiligtes Personal bei der Umsetzung des Arbeitspaket(SK+AT Partner) : 1. Garant 2.zwei Wissenschaftler 3.Arzt					
Hlavný výstup projektu Kernoutput des Projekts		Opíšte hlavný výstup projektu Beschreibung der Kernoutputs	Jednotka Einheit	Počet Anzahl	Ukazovateľ programového výstupu, ktorého sa hlavný výstup projektu týka/ Programm-Outputindikator, zu dem der Projektkernoutput beitragen wird
HV KO 1	Spolupráca medzi inštitúciami / Institutionelle Zusammenarbeit	SK: Spolupráca dvoch hlavných partnerov s 13 strategickými partnermi t.j. 15 zapojených subjektov , ktorí sa budú na projekte podieľať.	SK: počet	15	SK: Počet organizácií/subjektov, ktoré sa podieľajú na spolupráci medzi inštitúciami
		DE: Die Zusammenarbeit der beiden Hauptpartner mit 13 strategischen Partnern, d.h. 15 Stakeholder, die am Projekt teilnehmen werden.	DE: Anzahl		DE: Anzahl der Organisationen bzw. Einrichtungen, die an institutioneller Zusammenarbeit beteiligt sind

HV KO 2	Informačná kampaň / Informationskampagne	SK: 1. informácia pre internetovú stránku 2. vytvorenie informačného letáku 3. 2xWorkshop zameraný na cezhraničný transfer informácií a poznatkov pre seniorov a odbornú verejnosť– po kolaudácii CAA	SK: počet	1	SK: Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spolupracou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania
		DE: 1. Informationen auf der Webseite 2. Die Erstellung einer Informationsbroschüre 3. 2x Workshop über den grenzüberschreitenden Transfer von Informationen und Kenntnissen für Senioren und Fachpersonal nach Annahme des Projektes	DE: Anzahl		DE: Anzahl der wesentlichen, gemeinsam entwickelten Produkte und Dienstleistungen im Rahmen der Förderung institutioneller Zusammenarbeit, der Schaffung von Strukturen der Zusammenarbeit und Planungsinstrumenten

Zapojenie cieľových skupín Zielgruppen

Kto využije (hlavné) výstupy z tohto pracovného balíčka?
Wer wird die (Kern)outputs dieses Arbeitspakets nutzen?

Pozrite si, prosím, zoznam cieľových skupín / Auswahl aus der Zielgruppenliste

Miestne a regionálne orgány, organizácie regionálneho rozvoja, poskytovatelia sociálnych služieb, obyvateľstvo cezhraničného regiónu
Lokale und regionale Behörden, regionale Entwicklungsagenturen, soziale Dienstleister, Bevölkerung der grenzüberschreitenden Region

Ako zapojíte cieľové (a ostatné zainteresované) skupiny do rozvoja (hlavných) výstupov projektu?
Wie werden die Zielgruppen (und andere Akteure) in die Umsetzung des gegenständlichen Arbeitspaketes einbezogen?

SK:
Aktívnou participáciou na činnostiach vedúcich k realizácii hlavných výstupov projektu. Špecifikácia v popise jednotlivých aktivít v rámci PB.

DE:
Mit aktiver Partizipation an den Tätigkeiten zur Umsetzung des Arbeitspaketes. Genaue Aktivitäten sind in den einzelnen Arbeitspaketen beschrieben.

Aktivity a ich výstupy v rámci projektového balíčka Aktivitäten und Detailoutputs des Arbeitspakets

Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Distribúcia informácií cieľovej skupine
	Bezeichnung der Aktivität: Verteilung von Informationen an die Zielgruppe
	Popis aktivity: Aktivity budú zamerané na zdieľanie poznatkov o význame a možnostiach pohybovej aktivity seniorov (obce, mestá, kraje, Jednota dôchodcov Slovenska) - distribúcia letákov pre zariadenia a desatoro odporúčaní pre internetové stránky obcí.
	Beschreibung der Aktivität: Die Aktivitäten konzentrieren sich auf die Wissensvermittlung über die Bedeutung und die Möglichkeiten von körperlichen Aktivitäten für Senioren (Gemeinden, Kreise, Pensionisten) - Verteilung von Flugblättern über das Programm und zehn Empfehlungen für körperliche Aktivität für Websites für Gemeinden.
D	Výstup: 1. informácia pre internetovú stránku

	2. vytvorenie informačného letáku
	<i>Detailoutput:</i> 1. Informationen auf der Webseite 2. Die Erstellung einer Informationsbroschüre
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Informačný seminár pre seniorov na dvoch miestach (BA, St. Polten) po kolaudácii CAA
	Bezeichnung der Aktivität: Informationsseminar für Senioren in zwei Städten (BA, St. Pölten) nach der Inbetriebnahme von CAA
	Popis aktivity: Workshop zameraný na cezhraničný transfer informácií a poznatkov pre seniorov a odbornú verejnosť – po kolaudácii CAA
	Beschreibung der Aktivität: Workshop über den grenzüberschreitenden Transfer von Informationen und Kenntnissen für Senioren und Fachpersonal nach Annahme des Projektes
D	Výstup: počet zúčastnených osôb: 60
	<i>Detailoutput:</i> 60 Teilnehmer

Poradové číslo PB <i>Nummer des AP</i>	Názov PB <i>Bezeichnung des AP</i>
8	Zvyšovanie kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege
Zapojenie partnerov Beteiligung	
PB zodpovedný partner <i>Verantwortlicher Partner</i>	Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.
Zapojení partneri <i>Beteiligte Partner</i>	FTVŠ UK
SK: Cieľovou skupinou týchto aktivít budú opatrovatelia seniorov, fyzioterapeuti, pohyboví terapeuti a tréneri, všeobecní a geriatrickí lekári, ktorí aktívne participujú na starostlivosti o seniorov a tak isto študenti medicíny, vied o športe, výživy, ošetrovateľstva a fyzioterapie. Pri propagovaní školení budú aktívne využívané informačné kanály vyplývajúce zo strategických partnerstiev s obcami, krajinami a spolkovými krajinami, univerzitou a zdravotnými poisťovňami. Obsah školení tvoria predovšetkým výstupy z PB-4, so zameraním na: - tvorbu pohybových programov pre podporu zdravia - integráciu pohybovej aktivity do života seniorov vrátane motivácie - manažment pohybovej aktivity seniorov v domácich podmienkach Unikátnosť tohto pracovného balíka spočíva v poskytovaní dvojúrovňových školení – základnej a expertnej úrovne. Obidve úrovne vždy obsahujú informácie primárne z oblasti aplikácie pohybovej aktivity a prevencie a doplnkovo rehabilitácie a fyzioterapie seniorov. Slovenský partner v tomto pracovnom balíku predstavuje expertnú skupinu, ktorá je zodpovedná v oboch úrovniach za časť súvisiacu s pohybovou aktivitou a prevenciou. Rakúsky partner predstavuje v tomto pracovnom balíku pre obidve úrovne expertnú skupinu zameranú primárne na fyzikálnu terapiu a čiastočne na prevenciu, najmä v oblasti prevencie úrazov seniorov. Celkový počet školení je 8. Slovenský partner uskutoční 2 školenia v prvom roku (základná úroveň) a dve školenia v treťom roku v priestoroch CAA Bratislava (expertná úroveň) (spolu 4).	

Rakúsky partner uskutoční 2 školenia v prvom roku na klinike (základná úroveň) a 2 školenia v treťom roku v priestoroch CAA St. Pölten (expertná úroveň) (spolu 4).

Celkovo bude vyškolených 200 odborníkov v oblasti starostlivosti o seniorov.

Personál zapojený do realizácie pracovného balíka, ktorý bude vykonávať aj školiace aktivity:

1. dvaja fyzioterapeuti
2. dvaja lekári
3. dvaja vedeckí pracovníci
4. odborný garant

DE:

Die Zielgruppe dieser Aktivitäten sind Personen aus folgenden Fachgebieten: Seniorenbetreuung, Physiotherapie, Bewegungstherapie und Trainer, allgemeine und geriatrische Medizin, aber auch Personen die aktiv an der Pflege älterer Menschen beteiligt sind und auch Studenten der Medizin, Sportwissenschaften, Ernährung, Pflege und Physiotherapie.

Die Ausbildung wird primär dem Fachpersonal und Mitarbeitern im Rahmen der strategischen Partnerschaften mit Gemeinden, Provinzen, Universitäten und Krankenkassen angeboten.

Fortbildungsinhalte kommen aus den Outcomes von PB-4, mit einem Fokus auf:

- Schaffung von Bewegungsprogrammen zur Prävention und Gesundheitsförderung
- Integration körperlicher Aktivität in das tägliche Leben von Senioren, einschließlich Motivation
- Management körperlicher Aktivität von Senioren im häuslichen Umfeld

Die Einzigartigkeit dieses Arbeitspakets besteht aus der Bereitstellung einer zweistufigen Ausbildung auf Basis- und Expertenebene. Beide Programme speisen sich aus Informationen aus der praktischen Anwendung von körperlicher Aktivität, Prävention, Rehabilitation und Physiotherapie bei Senioren.

Slowakische Partner in diesem Arbeitspaket ist eine Expertengruppe, die teilweise für die beiden Ebenen im Zusammenhang mit körperlicher Aktivität und Prävention zuständig ist.

Österreichischen Partner ist in diesem Arbeitspaket eine Expertengruppe mit Fokus auf physikalische Therapie und Prävention, vor allem im Bereich der Unfallverhütung bei älteren Menschen.

Insgesamt sollen 8 Ausbildungskurse für 200 Experten auf dem Gebiet der Altenpflege angeboten werden.

In beiden Teilnehmerländern werden je zwei Kurse im ersten Jahr (Baseline) und zwei Kurse im dritten Jahr in den Räumlichkeiten des CAA Bratislava/St. Pölten (Expertenebene) (4 pro Land) abgehalten.

Personal das bei der Umsetzung des Arbeitspakets beteiligt ist und wird auch die Schulungen durchführen:

1. zwei Physiotherapeuten
2. zwei Ärzte
3. zwei Wissenschaftler
4. Fachgarant

Hlavný výstup projektu Kernoutput des Projekts		Opíšte hlavný výstup projektu Beschreibung der Kernoutputs	Jednotka Einheit	Počet Anzahl	Ukazovateľ programového výstupu, ktorého sa hlavný výstup projektu týka/ Programm-Outputindikator, zu dem der Projektkernoutput beitragen wird
HV KO 1	Vyškolenie odborného personálu z oblasti starostlivosti o seniorov / Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege	SK: Školiace aktivity za účelom zvyšovania kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov – základná úroveň a expertná úroveň Výstup: Celkovo bude vyškolených 200 odborníkov v oblasti starostlivosti o seniorov. Každý účastník obdrží certifikát o účasti.	SK: osoba	200	SK: Počet účastníkov zapojených do spoločných školiacich schém
		DE: Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege. Insgesamt	DE: person		DE: Zahl der TeilnehmerInnen an gemeinsamen Aus- und Weiterbildungsprogrammen

		werden 200 Experten geschult.		
Zapojenie cieľových skupín Zielgruppen				
Kto využije (hlavné) výstupy z tohto pracovného balíčka? Wer wird die (Kern)outputs dieses Arbeitspakets nutzen?		Pozrite si, prosím, zoznam cieľových skupín / Auswahl aus der Zielgruppenliste Miestne a regionálne orgány, organizácie regionálneho rozvoja, poskytovatelia sociálnych služieb, obyvateľstvo cezhraničného regiónu Lokale und regionale Behörden, regionale Entwicklungsagenturen, soziale Dienstleister, Bevölkerung der grenzüberschreitenden Region		
Ako zapojíte cieľové (a ostatné zainteresované) skupiny do rozvoja (hlavných) výstupov projektu? Wie werden die Zielgruppen (und andere Akteure) in die Umsetzung des gegenständlichen Arbeitspaketes einbezogen?		SK: Aktívnou participáciou na činnostiach vedúcich k realizácii hlavných výstupov projektu. Špecifikácia v popise jednotlivých aktivít v rámci PB. DE: Mit aktiver Partizipation an den Tätigkeiten zur Umsetzung des Arbeitspaketes. Genaue Aktivitäten sind in den einzelnen Arbeitspaketen beschrieben.		
Aktivity a ich výstupy v rámci projektového balíčka. Aktivitäten und Detailoutputs des Arbeitspakets.				
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Školiace aktivity za účelom zvyšovania kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov – základná úroveň			
	Bezeichnung der Aktivität: Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege - Basisausbildung			
	Popis aktivity: Základná úroveň poskytuje účastníkom školení informácie o implementácii pohybovej aktivity do každodenného života seniorov v domácich podmienkach a podmienkach zariadení sociálnej starostlivosti bez nutnosti používania špeciálneho materiálneho vybavenia. Školenie obsahuje teoretickú časť, v ktorej sú prezentované špecifiká pohybovej aktivity seniorov, modelové programy vrátane zásad bezpečnosti a praktickú časť, v ktorej si účastníci školenia pri praktickej demonštrácii osvoja základné zručnosti potrebné pre riadenie pohybovej aktivity a terapie v domácich podmienkach a podmienkach zariadení sociálnej starostlivosti. Rozsah školenia: 6x60 min.			
	Beschreibung der Aktivität: Die Basisausbildung bietet Informationen über die Durchführung von körperlicher Aktivität im Alltag von Senioren in häuslicher Umgebung und in Betreuungseinrichtungen, ohne die Verwendung spezieller Ausrüstung. Die Ausbildung wird einen theoretischen Teil beinhalten welcher auf die Besonderheiten der körperlichen Aktivität bei älteren Menschen eingeht und Modellprogramme und Sicherheitsprinzipien vorstellt. Im Praxis-Teil, werden die Teilnehmer Anhand praktischer Demonstrationen Grundfähigkeiten, für das Managment körperlicher Aktivität und Therapie im häuslichen Umfeld und in Betreueungseinrichtungen erwerben.			
D	Výstup: Celkovo bude vyškolených 100 odborníkov v oblasti starostlivosti o seniorov. Každý účastník obdrží certifikát o účasti.			
	Detailoutput: Insgesamt 100 ausgebildete Experten auf dem Gebiet der Altenpflege. Jeder Teilnehmer erhält ein Teilnahmezertifikat			
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Školiace aktivity za účelom zvyšovania kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov – expertná úroveň			
	Bezeichnung der Aktivität: Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege - Expertenebene			

	Popis aktivity: Expertná úroveň školenia predstavuje nadstavbu na základnú úroveň vo forme poskytovania vysokokvalifikovaných odborných informácií týkajúcich sa pohybovej aktivity a terapie v špeciálne pre tento účel vytvorených priestoroch disponujúcich špeciálnym vybavením pre potreby pohybovej aktivity a terapie seniorov. Školenie obsahuje teoretickú časť, v ktorej sú prezentované špecifiká pohybovej aktivity seniorov, modelové programy vrátane zásad bezpečnosti a praktickú časť, v ktorej si účastníci školenia pri praktickej demonštrácii osvoja základné zručnosti potrebné pre riadenie pohybovej aktivity a terapie v priestoroch špeciálne upravených pre potreby pohybovej aktivity seniorov. Rozsah školenia: 6x60 min.
	<i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Die Ausbildung auf Expertenebene erweitert die Basisausbildung um hochspezialisierte Informationen zu körperlicher Aktivität und Therapie und speziell für diesen Zweck entwickelte Geräte bei älteren Menschen.</i> <i>Die Ausbildung wird einen theoretischen Teil beinhalten welcher auf die Besonderheiten der körperlichen Aktivität bei älteren Menschen eingeht und Modellprogramme und Sicherheitsprinzipien vorstellt. Im Praxis-Teil, werden die Teilnehmer Anhand praktischer Demonstrationen Grundfähigkeiten, für das Management körperlicher Aktivität und Therapie im häuslichen Umfeld und in Betreuungseinrichtungen erwerben.</i>
D	Výstup: Celkovo bude vyškolených 100 odborníkov v oblasti starostlivosti o seniorov. Každý účastník obdrží certifikát o účasti.
	<i>Detailoutput:</i> Insgesamt 100 ausgebildete Experten auf dem Gebiet der Altenpflege. Jeder Teilnehmer erhält ein Teilnahmezertifikat.

Poradové číslo PB <i>Nummer des AP</i>	Názov investície <i>Bezeichnung der Investition</i>
I1	Stavebné práce a prístrojové vybavenie priestorov „CAA“ v Bratislave <i>Bau- und Einrichtarbeiten „CAA“ Bratislava</i>
Zapojenie partnerov <i>Beteiligung</i>	
PB zodpovedný partner <i>Verantwortlicher Partner</i>	FTVŠ UK
Zapojení partneri <i>Beteiligte Partner</i>	
SK: Pracovný balík zahŕňa aktivity zamerané na úspešnú realizáciu verejného obstarávania, plánovania, schvaľovacích procesov, tvorby projektovej dokumentácie, výstavby, kolaudácie a zabezpečenia vybavenia. V tomto pracovnom balíku bude zapojený predovšetkým slovenský partner a jeho personál na pozícii projektových manažérov. Rakúsky partner, konkrétne Prof. DDr. Helmut Kern, preberie úlohu odborného konzultanta pre vybrané otázky z oblasti koncipovania priestorov určených pre fyzikálnu terapiu. Popis investície: Objekt je situovaný v areáli Fakulty telesnej výchovy a športu Univerzity Komenského v Bratislave na Nábřeží arm. gen. L. Svobodu. Miesto v susedstve atletickej dráhy a tenisových kurtov v západnej časti areálu FTVŠ. Pozemok je prakticky rovinou približne 17 m nad hladinou rieky Dunaj (150 vs. 133 m nm) Predpokladaným konštrukčným systémom je monolitický železobetón, z ktorého sú navrhnuté nosné steny, stĺpy a stropné dosky. Obvodové steny a strecha budú izolované tepelnou izoláciou v zmysle STN tak, aby stavba spĺňala kritériá nízkoenergetickej stavby. KONŠTRUKČNÉ RIEŠENIE A TECHNICKÉ ZABEZPEČENIE STAVBY	

Výplňové konštrukcie, okná a zasklené steny majú modernú konštrukciu s prerušeným tepelným mostom a zasklením s koeficientom prestupu tepla podľa platnej STN. Svetlé výšky hlavných prevádzkových priestorov vychádzajú z hygienických noriem a sú min. 3 m. Priestor telocvične a posilňovne má priznanú stropnú konštrukciu bez zaveseného podhľadu. Nášľapné vrstvy podláh vychádzajú z osvedčených realizácií podobných prevádzok. V priestore bazéna s príslušenstvom a umyvárňach je použitá dlažba s protišmykovou úpravou pre mokrú prevádzku stupeň B. V rehabilitačných priestoroch je nášľapná vrstva na báze vinylu. Konštrukcia bazénového telesa je zo železobetónu s povrchovou úpravou z keramického obkladu. Typ bazéna: s napnutou vodnou hladinou a s prelivovými žľabmi pre odvod recirkulovanej vody.

APROXIMATÍVNY PREPOČET NÁKLADOV

Odhad nákladov stavby bol stanovený metódou porovnávania cien za stavebné práce vo funkčne podobných objektoch.

Náklady na projektové práce 40 000,- eur

Náklady na technologické vybavenie

Bazénová technológia 24 000,- eur

Vzduchotechnika 68 000,- eur

Náklady na stavebné práce

Sú stanovené priemernou cenou za m² úžitkovej plochy

Objekt je pre výpočet nákladov rozčlenený na 5 funkčných celkov:

Vodoliečebná časť	133 m ² x 910 eur/m ²	121 030 eur
-------------------	---	-------------

Zdravotnícka časť	316 m ² x 750 eur/m ²	243 320 eur
-------------------	---	-------------

Pohybová terapia	505 m ² x 720 eur/m ²	363 600 eur
------------------	---	-------------

Spoločné zariadenia	151 m ² x 720 eur/m ²	108 720 eur
---------------------	---	-------------

Technologické priestory	52 m ² x 600 eur/m ²	30 442 eur
-------------------------	--	------------

Spolu	867112 eur	
-------	------------	--

Náklady na stavebnú časť spolu 999 912,- eur

Náklady na vybavenie 303 577,79,- eur

Napojenie stavby na zdroje energií, vodu, kanalizáciu a telekomunikačné siete je možné riešiť v rámci areálu FTVŠ UK.

Všetky aktivity súvisiace s verejným obstarávaním bude vykonávať Oddelenie verejného obstarávania UK Bratislava.

Detailnejší popis investície vrátane grafickej časti: investičný zámer sa nachádza v nepovinnnej prílohe č. 4.

DE:

Dieses Arbeitspaket umfasst die Umsetzung der Beschaffungsplanung, Genehmigungsverfahren, Bau, Prüfung und Bereitstellung von Ausrüstung. An diesem Arbeitspaket sind hauptsächlich der slowakische Partner und seine Projektmanager beteiligt. Prof. DDr. Helmut Kern übernimmt die Rolle eines Beraters für ausgewählte Fragen im Bereich der physikalischen Therapie.

Beschreibung der Investition:

Das Gebäude befindet sich in der Fakultät für Körpererziehung und Sport der Comenius-Universität in Bratislava. Eine Ebene Fläche im westlichen Bereich der FTVS cca 15 m oberhalb des Wasserspiegels der Donau.

Es wird sich um eine Stahlbeton Ausführung mit tragenden Wänden, Säulen und Platten. Die Außenwände und das Dach sind mit Wärmedämmung gemäß der STN isoliert, sodass das Gebäude die Kriterien für Niedrigenergiehäuser erfüllt.

Architektur und technische Unterstützung:

Rohbau, Fenster und Glaswände sind nach modernen thermischen Standards ausgeführt und erfüllen alle geltenden lokalen Vorschriften. Die Höhe der Hauptarbeitsbereiche basieren auf Hygienestandards und sind min. 3 m. Fitnessraum und Fitnessbereich haben eine abgehängte Deckenkonstruktion. Bodenbeläge erfüllen alle hygienischen Standards. Der Unterwasserbereich und die Nassräume sind mit rutschfesten Fliesen für Nassbetrieb Stufe B ausgerüstet. Die Rehabilitationsbereiche haben einen Vinylboden. Das Unterwasserbecken ist aus Stahlbeton mit beschichteten keramischen Fliesen. Unterwasserbecken Modell: Tonikum Wasserstand und Überlaufrinnen für die Entwässerung des rückgeführten Wassers.

Das Gebäude wird mit den Energieressourcen, Wasser, Abwasser und Telekommunikation mit dem Universitätsgelände verbunden.

APROXIMATIVE KOSTENKALKULATION

Die geschätzten Baukosten wurden nach der Methode des Preisvergleichs für Bauarbeiten in funktional ähnlichen Objekten ermittelt.

Kosten der Projektdokumentation 40 000, - EUR

Kosten der technologischen Ausrüstung

Pooltechnik 24 000, - EUR

Lüftungstechnologie 68 000, - EUR

Kosten der Bauarbeiten

Sie sind bestimmt durch den Durchschnittspreis pro m² Nutzfläche

Das Objekt ist zur Berechnung der Kosten in 5 Funktionseinheiten unterteilt:

Hydrotherapie-Bereich 133 m² x 910 eur / m² 121 030 eur

Medizinische Abteilung 316 m² x 750 eur / m² 243 320 eur

Bewegungstherapie 505 m² x 720 eur / m² 363 600 eur

Gemeinsame Einrichtungen 151 m² x 720 Euro / m² 108 720 Euro

Technologische Räume 52 m² x 600 eur / m² 30 442 euros

Insgesamt 867112 Euro

Kosten für das Bauteil zusammen 999 912, - EUR

Ausstattungskosten 303 577.79, - EUR

Die öffentliche Vergabe wird durch die Abteilung für öffentliche Vergabe der Komenius Universität realisiert.

Eine ausführlichere Beschreibung der Investition inklusive Lagepläne: Investitionsplan ist im optionalen Anhang Nr. 4.

Zdôvodnenie Begründung

SK:

Dlhodobý trend EU jasne preukazuje význam preventívnej starostlivosti o seniorov, ktorá je najefektívnejším spôsobom pre zachovanie sebestačnosti do vysokého veku a najúčinnším prostriedkom pre znižovanie nákladov na zdravotnú starostlivosť. Vzhľadom na špecifické potreby seniorov je potrebné pre naplnenie cieľov projektu vytvorenie novej infraštruktúry, ktorá bude plniť úlohu poskytovateľa služieb seniorom a taktiež úlohu kompetenčného centra.

Výstavba Centra aktívneho starnutia znamená vytvorenie jedinečnej infraštruktúry zameranej na potreby seniorov, ktorým bude slúžiť v dvoch hlavných rovinách.

V prvej rovine bude CAA slúžiť ako centrum pre realizáciu programov na podporu zdravia seniorov s kapacitou približne 600 až 700 ľudí ročne, čo predstavuje celkový ročný počet intervencií až 14.000. Významným príspevkom pre rozvoj cezhraničného regiónu bude možnosť využívať centrum aj pre rakúskych seniorov z prihraničných miest a obcí, čím sa tak isto zintenzívni aspekt cezhraničnej sociálnej inklúzie. Celkový počet seniorov s priamou dostupnosťou centra do 30 minút je 209.571.

V druhej rovine bude CAA predstavovať kompetenčné centrum pre pohybovú aktivitu, prevenciu a podporu zdravia seniorov, ktoré bude zamerané na získavanie nových odborných poznatkov v oblasti pohybovej aktivity a podpory zdravia a ich disemináciu širokej verejnosti a odborníkov z oblasti poskytovania starostlivosti o seniorov. Centrum poskytne priestor pre tesné previazanie činností výskumných inštitúcií, zdravotných poisťovní, poskytovateľov zdravotnej starostlivosti a iných subjektov so záberom presahujúcim programové územie. Touto činnosťou prispeje CAA k rozširovaniu poznatkov v oblasti dlhodobej zdravotnej starostlivosti a tieto zistenia môžu pozitívne ovplyvňovať strategické politické rozhodnutia zamerané na zvyšovanie kvality života a sociálnu inklúziu seniorov. Výstupy CAA budú teda môcť prispieť k zlepšeniu kvality života seniorov nielen v programovom regióne, ale i v celej Európskej únii, v ktorej v súčasnosti žije približne 101.400.000 seniorov.

DE:

Langfristige EU-weite Trends zeigen deutlich die Bedeutung der Prävention für ältere Menschen, die eine möglichst effiziente Art und Weise ist die Selbstversorgung im Alter zu erhalten und auch ein wirksames Mittel, um die Kosten der Gesundheitsversorgung zu reduzieren. Aufgrund der besonderen Bedürfnisse älterer Menschen ist es notwendig, die Ziele des Projekts zu erreichen eine neue Infrastruktur zu schaffen, die als Dienstleister für Senioren und auch als Kompetenzzentrum für Fachpersonal fungiert.

Der Bau des Centres of Active Ageing bedeutet, Infrastrukturen, für die einzigartigen Bedürfnisse von Senioren zu

schaffen, die in zwei Bereichen folgendes umsetzen soll:

Zum einen wird das CAA als ein Zentrum für die Umsetzung der Programme dienen, die die Gesundheit der älteren Menschen, etwa 600 bis 700 Menschen pro Jahr pro Zentrum, mit in Summe über 14.0000 Therapie und Trainingseinheiten, fördern. Dies bringt einen signifikanten Effekt für die teilnehmenden Regionen und speziell im grenzüberschreitenden Raum ermöglicht es 209.571 Senioren die innerhalb der Fahrtzeit von 30min zum CAA wohnen die Teilnahme an einer umfassenden Gesundheitsfördernden Maßnahme.

Zum zweiten wird das CAA als Kompetenzzentrum für körperliche Aktivität, Prävention und Gesundheitsförderung für ältere Menschen dienen, die sich auf die Entwicklung neuer Kompetenzen im Bereich der körperlichen Aktivität und der Gesundheitsförderung und Verbreitung in der Öffentlichkeit und an Fachleute in der Betreuung konzentrieren wird. Das CAA wird auch Institutionen Raum für die Forschung zur Verfügung stellen, Krankenkassen und Gesundheitsdienstleister mit einer größeren Reichweite als das Programmgebiet werden die Aktivitäten umsetzen. Diese Tätigkeiten werden dazu beitragen, das Wissen des CAA über die Prävention zu verbreiten und die dabei gewonnenen Erkenntnisse strategischen Entscheidungsträgern in der Politik zur Verbesserung der Lebensqualität und der sozialen Integration der älteren Menschen zu Verfügung zu stellen. Das CAA wird nicht nur zur Verbesserung der Lebensqualität von Senioren im Programmgebiet, sondern auch in der gesamten Europäischen Union beitragen können, die derzeit ca. 101.400.000 Senioren beherbergt.

Lokalizácia investície

Standort der Investition

Lokalizácia fyzickej investície (NUTS V), ak je to možné prosíme uviest adresu, kde sa investícia bude nachádzať.

Standort der physischen Investition (NUTS V), falls es möglich ist, die Adresse, wo die Investition sich befinden wird, anzugeben.

Univerzita Komenského v Bratislave
Fakulta telesnej výchovy a športu
Nábr. arm. gen. L. Svobodu 9
814 69 Bratislava (viď priložená štúdia / siehe Studie in Anlage)

Riziká spojené s investíciou

Mit der Investition verbundene Risiken

SK:

Riziko:

Predĺženie doby obstarávania stavebných prác a dodávky prístrojových súčastí CAA

Riešenie:

- Výber kvalitného manažéra pre verejné obstarávanie
- Súčinnosť medzi projektovým manažmentom a oddelením verejného obstarávania Univerzity Komenského
- Flexibilita na úrovni riadenia a implementácie projektu

Riziko:

Predĺženie doby získania úradných povolení pre začatie výstavby CAA

Riešenie:

- Dôsledná komunikácie s príslušnými úradmi
- Dostatočná časová rezerva pre získanie príslušných povolení

DE:

Risiko:

Erweiterung der Beschaffung von Bau-, Liefer- und Instrumententeilen des CAA.

Lösung:

- Auswahl eines Qualitätsmanager für das öffentliche Beschaffungswesen.
- Synergien zwischen der Projektmanagement-Abteilung der öffentlichen Auftragsvergabe der Comenius Universität.
- Flexibilität bei der Verwaltung und Durchführung des Projektes.

Risiko:

Verlängerung der Frist für die amtliche Zulassung um mit dem Bau des CAA zu starten.

Lösung:

- Einheitliche Kommunikation mit den zuständigen Behörden.
- Hinreichend im Voraus einreichen um die erforderlichen Genehmigungen zu erhalten.

Investičná dokumentácia

Begleitende Dokumentation zur geplanten Investition

SK:

1. Územné rozhodnutie. Termín: 4. Kvartál 2018
2. Stavebné povolenie. Termín: 4. Kvartál 2018

3. Kolaudačné rozhodnutie. Termín: 4. Kvartál 2020					
DE: 1. <i>Gebietsentscheid. Termin: 4. Quartal 2018</i> 2. <i>Baugenehmigung. Termin: 4. Quartal 2018</i> 3. <i>Bauübernahme. Termin: 4. Quartal 2020</i>					
Vlastníctvo Eigentümerschaft					
SK: - vlastník miesta, kde sa bude nachádzať investícia, je zhodný s realizátorom projektu: UNIVERZITA KOMENSKÉHO V BRATISLAVE - vlastníctvo investície po skončení projektu si ponechá UNIVERZITA KOMENSKÉHO V BRATISLAVE - zodpovednou za údržbu investície bude UNIVERZITA KOMENSKÉHO V BRATISLAVE - údržba bude prebiehať podľa pravidiel správy majetku vlastníka - UNIVERZITY KOMENSKÉHO V BRATISLAVE					
DE: - <i>Der Eigentümer des Standortes, an dem sich die Investition befinden soll ist identisch mit dem Antragsteller: Comenius-Universität in Bratislava</i> - <i>Das Eigentum an der Investition nach Projektende wird die Comenius-Universität in Bratislava innehaben.</i> - <i>Mit der Instandhaltung der Investition wird die Comenius-Universität in Bratislava betraut.</i> - <i>Die Instandhaltung der Investition wird nach den Regeln für die Vermögensverwaltung der Comenius-Universität in Bratislava durchgeführt.</i>					
Hlavný výstup projektu <i>Kernoutput des Projekts</i>		Opíšte hlavný výstup projektu <i>Beschreibung der Kernoutputs</i>	Jednotka <i>Einheit</i>	Počet <i>Anzahl</i>	Ukazovateľ programového výstupu, ktorého sa hlavný výstup projektu týka/ <i>Programmoutputindikator, zu dem der Projektkernoutput Indikator beitragen wird</i>
HV/KO 1	Centrum aktívneho starnutia“ (CAA) so sídlom na Slovensku (Bratislava / Centre of Active Ageing“ (CAA) in der Slowakei (Bratislava)	SK: Budova Centra aktívneho starnutia v Bratislave	investícia	1	
		DE: <i>Gebäude von Centre of Active Ageing“ (CAA) in der Slowakei (Bratislava)</i>	Investition		
Zapojenie cieľových skupín Zielgruppen					
Kto využije hlavné výstupy z tohto pracovného balíčka? <i>Wer wird die Kernoutputs dieses Arbeitspakets nutzen?</i>			Pozrite si, prosím, zoznam cieľových skupín / Auswahl aus der Zielgruppenliste Miestne a regionálne orgány, organizácie regionálneho rozvoja, poskytovatelia sociálnych služieb, obyvateľstvo cezhraničného regiónu Lokale und regionale Behörden, regionale Entwicklungsagenturen, soziale Dienstleister, Bevölkerung der grenzüberschreitenden Region		

Ako zapojíte cieľové (a ostatné zainteresované) skupiny do rozvoja hlavných výstupov projektu? <i>Wie werden die Zielgruppen (und andere Akteure) in die Umsetzung dieses Arbeitspaketes einbezogen?</i>	SK: Aktívnou participáciou na činnostiach vedúcich k realizácii hlavných výstupov projektu. Špecifikácia v popise jednotlivých aktivít v rámci PB. DE: <i>Mit aktiver Partizipation an den Tätigkeiten zur Umsetzung des Arbeitspaketes. Genaue Aktivitäten sind in den einzelnen Arbeitspaketen beschrieben.</i>
Aktivity a ich výstupy v rámci pracovného balíčka Aktivitäten und die Outputs innerhalb des Arbeitspakets	
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Realizácia verejného obstarávanie na dodávateľa zákazky stavebných prác
	Bezeichnung der Aktivität: Öffentliche Beschaffung für die Errichtung des CAA (Bauarbeiten)
	Popis aktivity: Aktivity súvisiace s verejným obstarávaním budú realizované podľa platnej slovenskej legislatívy (Zákon č. 25/2006 Z.z. 343/2015 Z.z.) v súlade so základnými princípmi verejného obstarávania, ktoré verejný obstarávateľ uplatňuje v každej etape procesu VO. Sú nimi: princíp rovnakého zaobchádzania, princíp nediskriminácie hospodárskych subjektov, princíp transparentnosti, princíp proporcionality a princíp hospodárnosti a efektívnosti pri vynakladaní finančných prostriedkov pri zabezpečení kvality dodávaného tovaru, poskytovanej služby alebo uskutočňovanej práce. Realizáciu verejného obstarávania bude vykonávať Rektorát Univerzity Komenského – Oddelenie verejného obstarávania, ktoré má dlhoročné skúsenosti so stovkami verejných obstarávaní. Všetky aktivity súvisiace s verejným obstarávaním bude vykonávať Oddelenie verejného obstarávania UK Bratislava.
	Beschreibung der Aktivität: <i>Die Tätigkeiten im Zusammenhang mit dem öffentlichen Auftragswesen werden nach den slowakischen Rechtsvorschriften (Gesetz Nr. 25/2006 Z.z. 343/2015) gemäß den Grundprinzipien des öffentlichen Auftragswesens durch den Auftraggeber durchgeführt, um in jeder Phase des Verfahrens VO anzuwenden: Grundsatz der Gleichbehandlung, Nichtdiskriminierungsprinzip der Wirtschaftsbeteiligten, der Grundsatz der Transparenz, Das Prinzip der Verhältnismäßigkeit und die Wirtschaft und Effizienz in der Ausgabe von Mitteln in der Qualitätssicherung Lieferung der Waren, Dienstleistungen oder die Durchführung der Arbeit. Die Umsetzung des öffentlichen Auftragswesens erfolgt durch den Rektor der Comenius-Universität - Abteilung für Beschaffung, die jahrelange Erfahrung mit Hunderten von öffentlichen Aufträgen hat.</i> Die öffentliche Vergabe wird durch die Abteilung für öffentliche Vergabe der Comenius Universität realisiert.
D	Výstup: Obstaraný dodávateľ pre realizáciu stavebných prác
	Detailoutput: <i>Lieferanten für die Bauarbeiten im Rahmen des CAA</i>
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Realizácia verejných obstarávaní na dodávateľov vybavenia CAA
	Bezeichnung der Aktivität: Öffentliche Beschaffung der Ausrüstung des CAA
	Popis aktivity: Aktivity súvisiace s verejným obstarávaním budú realizované v súlade so základnými princípmi verejného obstarávania, ktoré verejný obstarávateľ uplatňuje v každej etape procesu VO. Sú nimi: princíp rovnakého zaobchádzania, princíp nediskriminácie hospodárskych subjektov, princíp transparentnosti, princíp proporcionality a princíp hospodárnosti a efektívnosti pri vynakladaní finančných prostriedkov pri zabezpečení kvality

	dobavaneho tovaru, poskytovanej sluzby alebo uskutočnovanej práce. Realizáciu verejného obstarávania bude vykonávať Rektorát Univerzity Komenského – Oddelenie verejného obstarávania, ktoré ma dlhoročné skúsenosti so stovkami verejných obstarávaní. <i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Die Tätigkeiten im Zusammenhang mit dem öffentlichen Auftragswesen werden im Einklang mit den Grundprinzipien des öffentlichen Auftragswesens durch den Auftraggeber durchgeführt, um in jedem Stadium des Verfahrens VO anzuwenden: Grundsatz der Gleichbehandlung, Nichtdiskriminierungsprinzip der Wirtschaftsbeteiligten, der Grundsatz der Transparenz, Das Prinzip der Verhältnismäßigkeit und die Wirtschaft und Effizienz in der Ausgabe von Mitteln in der Qualitätssicherung Lieferung der Waren, Dienstleistungen oder die Durchführung der Arbeit. Die Umsetzung des öffentlichen Auftragswesens erfolgt durch den Rektor der Comenius-Universität - Abteilung für Beschaffung, die jahrelange Erfahrung mit Hunderten von öffentlichen Aufträgen hat.</i>
D	Výstup: Obstaraní dodávateľa prístrojového vybavenia CAA <i>Detailoutput:</i> <i>Lieferanten für die Ausrüstung des CAA</i>
Aktivita Aktivität	Názov aktivity: Výstavba budovy CAA <i>Bezeichnung der Aktivität:</i> Bau von CAA Popis aktivity: Výstavba budovy CAA bude realizovaná v súlade s aktuálne platnou legislatívou podľa vypracovanej projektovej dokumentácie. Priestory CAA budú spĺňať technické kritéria podľa platných technických noriem. Stavba bude do užívania odovzdaná kolaudáciou. Pravidelnou kontrolou pokračovania stavených prác bude zaistené včasné dokončenie budovy CAA. <i>Beschreibung der Aktivität:</i> <i>Der Bau des CAA Gebäudes wird in Übereinstimmung mit den geltenden Gesetzen unter Vorbereitung der Projektdokumentation durchgeführt. Die CAA-Anlagen erfüllen die technischen Kriterien nach den geltenden technischen Standards. Regelmäßige Inspektion der Bauarbeiten des Gebäudes CAA soll eine Zeitgerechte Fertigstellung gewährleisten.</i>
D	Výstup: Budova CAA s platným kolaudačným rozhodnutím <i>Detailoutput:</i> <i>Gebäude des CAAs mit gültiger Kalkulation</i>

Aktivity projektu realizované mimo oprávneného programového územia (20%)
Projektaktivitäten außerhalb des förderfähigen Programmgebietes (20%)

SK:	žiadny
DE:	keine

5. Aktivity projektu

5. Projektaktivitäten

Celková dĺžka realizácie aktivít projektu (v mesiacoch): <i>Gesamtdauer des Projekts in Monaten:</i>	36
Začiatok realizácie aktivít projektu: (začiatok realizácie prvej aktivity) <i>Projektbeginn:</i>	03/2019
Ukončenie realizácie aktivít projektu: (koniec realizácie poslednej aktivity alebo viacerých aktivít, ak sa ich realizácia ukončuje v rovnaký čas) <i>Projektende:</i>	02/2022

5.1. Aktivity projektu realizované v oprávnenom území OP

5.1. Ort der Projektumsetzung innerhalb des förderfähigen Programmgebiets

Vedúci partner: <i>Lead Beneficiary:</i>	Univerzita Komenského v Bratislave Fakulta telesnej výchovy a športu		
Pracovný balíček: <i>Arbeitspaket:</i>	0. Príprava projektu 0. Projektvorbereitung		
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
0.1	Príprava projektu Projektvorbereitung	05/2014	10/2017
Pracovný balíček: <i>Arbeitspaket:</i>	1. Riadenie projektu 1. Projektmanagement		
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
1.1	Administratívne zabezpečenie projektu, komunikácia s poskytovateľom a vzájomné koordinácia projektového tímu Administration, Kommunikation und Koordination der Projektpartner	03/2019	02/2022
1.2	Finančné riadenie projektu Finanzmanagement	03/2019	02/2022
1.3	Monitoring projektu Projekt-Monitoring	03/2019	02/2022
1.4	Uskutočnenie verejného obstarávania Öffentliche Beschaffung	03/2019	02/2020
Pracovný balíček: <i>Arbeitspaket:</i>	2. Publicita a komunikácia 2. Kommunikation		
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
2.1	Sprievodné aktivity sledujúce cieľ priebežne zabezpečiť vizibilitu projektu Begleitmaßnahmen um die Sichtbarkeit des Projektes zu gewährleisten	03/2019	02/2022

2.2	Zorganizovanie dvoch záverečných hodnotiacich konferencií pre odbornú verejnosť <i>Zwei Abschlusskonferenzen für Fachleute</i>	12/2021	02/2022
2.3	Vytvorenie internetovej stránky projektu <i>Erstellen einer Projektwebseite</i>	03/2019	09/2019
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		3. Program prevencie a podpory zdravia seniorov v CAA 3. Programm zur Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
3.1	Diagnostika seniorov - klientov CAA <i>Senioren Diagnostik – CAA Kunden</i>	03/2021	02/2022
3.2	Program supervízovanej pohybovej aktivity v CAA <i>Körperliches Aktivitätsprogramm im CAA</i>	03/2021	02/2022
3.3	Fyzikálna terapia jednotlivcov v CAA s prvkami kinezioterapie <i>Physikalische Therapie bei Teilnehmern des CAA - Elemente der Kinesiotherapie</i>	03/2021	02/2022
3.4	Inštruktážne školenia seniorov a motivácia pre vykonávanie pohybovej aktivity v domácom prostredí, následný monitoring pohybovej aktivity <i>Schulung von Senioren und Motivation für die Umsetzung der körperlichen Aktivität zu Hause, nachfolgende Überwachung, Übung und Motivation zu Hause</i>	03/2021	02/2022
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		4. Tvorba odborných metodík, koncepcií, odborných školiacich materiálov a sprievodný výskum 4. Entwicklung spezieller Methoden, Konzepte, professioneller Schulungsunterlagen und Begleitforschung	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
4.1	Vytvorenie súboru metodických výstupov, odborných materiálov, tvorba koncepcií a odporúčaní pre seniorov ako aj expertov poskytujúcich služby starostlivosti pre seniorov <i>Erstellung einer Reihe von methodischen, technischen Materialien, policy-making und Empfehlungen für Senioren sowie Experten in Betreuungseinrichtungen</i>	03/2019	02/2022
4.2	Sprievodná výskumná činnosť a príprava vedeckých publikácií <i>Begleitende Forschungsaktivitäten und Erstellung von wissenschaftlichen Publikationen</i>	03/2019	02/2022
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		5. Výmenné pobyty – vyškoľenie personálu CAA a jazykové kurzy 5. Austausch von CAA Personal - Training und Sprachkurse	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
5.1	Interregionálny transfer odborných kompetencií – školenia personálu CAA prostredníctvom výmenných školiacich pobytov <i>Die interregionale Übertragung von Fachkompetenz - CAA Schulung des Personals durch Austauschtrainingsbesuche</i>	03/2019	02/2021

5.2	Zvyšovania úrovne jazykových znalostí členov projektového tímu <i>Sprachkurse für das Projektpersonal</i>	03/2019	02/2021
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		6. Zvyšovanie odborných kapacít partnerov v oblasti projektového manažmentu 6. Verbesserung der Qualität und Kapazität der Partner im Projektmanagement	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
6.1	Školenie projektového manažmentu <i>Zertifiziertes Training zur Verbesserung des Projektmanagements</i>	03/2019	02/2020
6.2	Zvyšovania úrovne jazykových znalostí členov projektového tímu <i>Sprachkurse für das Projektpersonal</i>	03/2019	02/2020
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		7. Informačná kampaň o možnostiach a význame pohybovej aktivity seniorov 7. Informationskampagne über die Möglichkeiten und die Bedeutung der körperlichen Aktivität für Senioren	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
7.1	Distribúcia informácií cieľovej skupine <i>Verteilung von Informationen an die Zielgruppe</i>	03/2019	02/2022
7.2	Informačný seminár pre seniorov na dvoch miestach (BA, St. Polten) po kolaudácii CAA <i>Informationseminar für Senioren in zwei Städten (BA, St. Pölten) nach der Inbetriebnahme von CAA</i>	03/2019	02/2022
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		8. Zvyšovanie kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov 8. Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
8.1	Školiace aktivity za účelom zvyšovania kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov – základná úroveň <i>Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege - Basisausbildung</i>	03/2020	02/2022
8.2	Školiace aktivity za účelom zvyšovania kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov – expertná úroveň <i>Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege - Expertenebene</i>	03/2020	02/2022
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		11. Stavebné práce a prístrojové vybavenie priestorov „CAA“ v Bratislave 11. Bau- und Einrichtarbeiten „CAA“ Bratislava	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
11.1	Realizácia verejného obstarávania na dodávateľa zákazky stavebných prác <i>Öffentliche Beschaffung für die Errichtung des CAA (Bauarbeiten)</i>	03/2019	08/2019
11.2	Realizácia verejných obstarávaní na dodávateľov vybavenia CAA <i>Öffentliche Beschaffung der Ausrüstung des CAA</i>	08/2019	02/2021
11.3	Výstavba budovy CAA <i>Bau von CAA</i>	03/2019	02/2021

Vedúci partner: Lead Beneficiary:		Physiko- und Rheumatherapie Gesellschaft m.b.H.	
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		0. Príprava projektu 0. Projektvorbereitung	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
0.1	Príprava projektu <i>Projektvorbereitung</i>	05/2014	10/2017
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		1. Riadenie projektu 1. Projektmanagement	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
1.1	Administratívne zabezpečenie projektu, komunikácia s poskytovateľom a vzájomné koordinácia projektového tímu <i>Administration, Kommunikation und Koordination der Projektpartner</i>	03/2019	02/2022
1.2	Finančné riadenie projektu <i>Finanzmanagement</i>	03/2019	02/2022
1.3	Monitoring projektu <i>Projekt-Monitoring</i>	03/2019	02/2022
1.4	Uskutočnenie verejného obstarávania <i>Öffentliche Beschaffung</i>	03/2019	02/2020
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		2. Publicita a komunikácia 2. Kommunikation	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
2.1	Sprievodné aktivity sledujúce cieľ priebežne zabezpečiť vizibilitu projektu <i>Begleitmaßnahmen um die Sichtbarkeit des Projektes zu gewährleisten</i>	03/2019	02/2022
2.2	Zorganizovanie dvoch záverečných hodnotiacich konferencií pre odbornú verejnosť <i>Zwei Abschlusskonferenzen für Fachleute</i>	12/2021	02/2022
2.3	Vytvorenie internetovej stránky projektu <i>Erstellen einer Projektwebseite</i>	03/2019	09/2019
Pracovný balíček: Arbeitspaket:		3. Program prevencie a podpory zdravia seniorov v CAA 3. Programm zur Prävention und Gesundheitsförderung von Senioren	
P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
3.1	Diagnostika seniorov - klientov CAA <i>Senioren Diagnostik – CAA Kunden</i>	03/2021	02/2022
3.2	Program supervízovanej pohybovej aktivity v CAA <i>Körperliches Aktivitätsprogramm im CAA</i>	03/2021	02/2022
3.3	Fyzikálna terapia jednotlivcov v CAA s prvkami kinezioterapie <i>Physikalische Therapie bei Teilnehmern des CAA - Elemente der Kinesiotherapie</i>	03/2021	02/2022

3.4	Inštruktážne školenia seniorov a motivácia pre vykonávanie pohybovej aktivity v domácom prostredí, následný monitoring pohybovej aktivity <i>Schulung von Senioren und Motivation für die Umsetzung der körperlichen Aktivität zu Hause, nachfolgende Überwachung, Übung und Motivation zu Hause</i>	03/2021	02/2022
-----	---	---------	---------

Pracovný balíček: Arbeitspaket:	4. Tvorba odborných metodík, koncepcií, odborných školiacich materiálov a sprievodný výskum 4. Entwicklung spezieller Methoden, Konzepte, professioneller Schulungsunterlagen und Begleitforschung
--	---

P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
----------------------	---	------------------------------------	----------------------------------

4.1	Vytvorenie súboru metodických výstupov, odborných materiálov, tvorba koncepcií a odporúčaní pre seniorov ako aj expertov poskytujúcich služby starostlivosti pre seniorov <i>Erstellung einer Reihe von methodischen, technischen Materialien, policy-making und Empfehlungen für Senioren sowie Experten in Betreuungseinrichtungen</i>	03/2019	02/2022
-----	---	---------	---------

4.2	Sprievodná výskumná činnosť a príprava vedeckých publikácií <i>Begleitende Forschungsaktivitäten und Erstellung von wissenschaftlichen Publikationen</i>	03/2019	02/2022
-----	---	---------	---------

Pracovný balíček: Arbeitspaket:	5. Výmenné pobyty – vyškolenie personálu CAA a jazykové kurzy 5. Austausch von CAA Personal - Training und Sprachkurse
--	---

P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
----------------------	---	------------------------------------	----------------------------------

5.1	Interregionálny transfer odborných kompetencií – školenia personálu CAA prostredníctvom výmenných školiacich pobytov <i>Die interregionale Übertragung von Fachkompetenz - CAA Schulung des Personals durch Austauschtrainingsbesuche</i>	03/2019	02/2021
-----	--	---------	---------

5.2	Zvyšovania úrovne jazykových znalostí členov projektového tímu <i>Sprachkurse für das Projektpersonal</i>	03/2019	02/2021
-----	--	---------	---------

Pracovný balíček: Arbeitspaket:	6. Zvyšovanie odborných kapacít partnerov v oblasti projektového manažmentu 6. Verbesserung der Qualität und Kapazität der Partner im Projektmanagement
--	--

P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
----------------------	---	------------------------------------	----------------------------------

6.1	Školenie projektového manažmentu <i>Zertifiziertes Training zur Verbesserung des Projektmanagements</i>	03/2019	02/2020
-----	--	---------	---------

6.2	Zvyšovania úrovne jazykových znalostí členov projektového tímu <i>Sprachkurse für das Projektpersonal</i>	03/2019	02/2020
-----	--	---------	---------

Pracovný balíček: Arbeitspaket:	7. Informačná kampaň o možnostiach a význame pohybovej aktivity seniorov 7. Informationskampagne über die Möglichkeiten und die Bedeutung der körperlichen Aktivität für Senioren
--	--

P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
7.1	Distribúcia informácií cieľovej skupine <i>Verteilung von Informationen an die Zielgruppe</i>	03/2019	02/2022
7.2	Informačný seminár pre seniorov na dvoch miestach (BA, St. Polten) po kolaudácii CAA <i>Informationsseminar für Senioren in zwei Städten (BA, St. Pölten) nach der Inbetriebnahme von CAA</i>	03/2019	02/2022

Pracovný balíček: Arbeitspaket:	8. Zvyšovanie kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov 8. Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege
--	---

P.č. Lfd.- Nr.	Názov aktivity Aktivitätsbezeichnung	Realizácia aktivity od: Beginn:	Realizácia aktivity do: Ende:
8.1	Školiace aktivity za účelom zvyšovania kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov – základná úroveň <i>Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege - Basisausbildung</i>	03/2020	02/2022
8.2	Školiace aktivity za účelom zvyšovania kvalifikácie odborného personálu v oblasti starostlivosti o seniorov – expertná úroveň <i>Skills-Schulung von Fachkräften im Bereich der Altenpflege - Expertenebene</i>	03/2020	02/2022

5.2 Aktivity projektu realizované mimo oprávneného územia OP

5.2 Aktivitäten außerhalb des förderfähigen Programmgebiets

žiadne
keine

6. Merateľné ukazovatele projektu

6. Messbare Projektindikatoren

6.1 Príspevok partnerov k merateľným ukazovateľom projektu

6.1 Beitrag der Partner zu messbaren Projektindikatoren

Kód Code	Názov merateľného ukazovateľa Messbarer Indikator	Partner Partner	Merná jednotka Maßeinheit	Cieľová hodnota Zielwert
	Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spoluprácou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania <i>Anzahl der wesentlichen, gemeinsam entwickelten Produkte und Dienstleistungen im Rahmen der Förderung institutioneller Zusammenarbeit, der Schaffung von Strukturen der Zusammenarbeit und Planungsinstrumenten (P)</i>	HP/LB PP1	počet Anzahl	6
	Počet organizácií/subjektov, ktoré sa podieľajú na spolupráci medzi inštitúciami <i>Anzahl der Organisationen bzw. Einrichtungen, die an institutioneller Zusammenarbeit beteiligt sind (P)</i>	HP/LB	počet Anzahl	10
	Počet organizácií/subjektov, ktoré sa podieľajú na spolupráci medzi inštitúciami <i>Anzahl der Organisationen bzw. Einrichtungen, die an institutioneller Zusammenarbeit beteiligt sind (P)</i>	PP1	počet Anzahl	5
	Počet účastníkov zapojených do spoločných školiacich schém <i>Zahl der TeilnehmerInnen an gemeinsamen Aus- und Weiterbildungsprogrammen (P)</i>	HP/LB	počet Anzahl	985
	Počet účastníkov zapojených do spoločných školiacich schém <i>Zahl der TeilnehmerInnen an gemeinsamen Aus- und Weiterbildungsprogrammen (P)</i>	PP1	počet Anzahl	742

6.2 Prehľad merateľných ukazovateľov projektu

6.2 Übersicht der messbaren Projektindikatoren

Kód Code	Názov merateľného ukazovateľa Messbarer Indikator	Merná jednotka Maßeinheit	Celková cieľová hodnota Zielwert - kumulativ	Relevancia k HP* Relevanz zu HP*	Typ závislosti ukazovateľa Art der Abhängigkeit des Indikators
	Počet spoločne vyvinutých hlavných produktov a služieb súvisiacich so spoluprácou medzi inštitúciami, integrovanými rámcami a nástrojmi plánovania <i>Anzahl der wesentlichen, gemeinsam entwickelten Produkte und Dienstleistungen im Rahmen der Förderung institutioneller Zusammenarbeit, der Schaffung von Strukturen der Zusammenarbeit und Planungsinstrumenten (P)</i>	počet Anzahl	6	UR, RMŽaND NE,GBFMuND	Maximálna hodnota Maximalwert
	Počet organizácií/subjektov, ktoré sa podieľajú na spolupráci medzi inštitúciami <i>Anzahl der Organisationen bzw. Einrichtungen, die an institutioneller Zusammenarbeit beteiligt sind (P)</i>	počet Anzahl	15	N/A	Súčet Gesamt

Počet účastníkov zapojených do spoločných školiacich schém <i>Zahl der TeilnehmerInnen an gemeinsamen Aus- und Weiterbildungsprogrammen (P)</i>	počet <i>Anzahl</i>	1727	RMŽaND <i>GFMundND</i>	Súčet <i>Gesamt</i>
--	------------------------	------	---------------------------	------------------------

* Relevancia k horizontálnym princípom

* *Relevanz zu den horizontalen Prinzipien*

7. Rozpočet projektu

7. Projektbudget

Rozpočtová kapitola <i>Budgetlinie</i>	Partner		Spolu/Gesamt
	HP/LB	PP1	
1. Náklady na zamestnancov <i>1. Personalkosten</i>	650 376,00	605 808,00	1 256 184,00
2. Kancelárske, administratívne a iné nepriame výdavky <i>2. Büro und Verwaltungsausgaben (Gemeinkosten) (indirekte Kosten)</i>	97 556,40	90 871,20	188 427,60
3. Cestovné náklady a náklady na ubytovanie <i>3. Reise- und Unterbringungskosten</i>	11 970,00	14 532,00	26 502,00
4. Náklady na externú expertízu a služby <i>4. Kosten für externe Expertise und Dienstleistungen</i>	103 299,99	165 075,00	268 374,99
5. Výdavky na vybavenie <i>5. Ausrüstungskosten</i>	303 577,79	0,00	303 577,79
6. Náklady na infraštruktúru a stavebné náklady <i>6. Infrastruktur- und Errichtungskosten</i>	1 150 934,40	0,00	1 150 934,40
SPOLU GESAMT	2 317 714,58	876 286,20	3 194 000,78
Schéma de minimis De-minimis-Beihilfe:	NIE/NEIN	NIE/NEIN	-
Predpokladá partner v projekte čisté príjmy? Geplante Nettoeinnahmen des Partners	NIE/NEIN	NIE/NEIN	
V akej výške? In der Höhe von	0,00	0,00	0,00

HP Univerzita Komenského v Bratislave
(VP)/LB Fakulta telesnej výchovy a športu

PP1 Physiko- und Reumatherapie GmbH

8. Zazmluvnená výška NFP a zdroje financovania

8. Vertraglich festgelegte Kofinanzierung

8.1. Zazmluvnená výška nenávratného finančného príspevku

8.1 Kofinanzierung auf Projektebene

Celková výška oprávnených výdavkov: <i>Gesamte förderfähige Kosten:</i>	3 194 000,78 €
Maximálna výška nenávratného finančného príspevku zo zdroja EÚ: <i>Maximale EFRE-Kofinanzierung:</i>	2 714 900,66 €
Maximálna výška nenávratného finančného príspevku zo zdroja ŠR SR: <i>Maximale nationale Kofinanzierung (Staatshaushalt der SR):</i>	231 771,46 €
Maximálna výška nenávratného finančného príspevku zo zdroja národného spolufinancovania AT: <i>Maximale nationale Kofinanzierung (AT):</i>	0,00 €
Výška spolufinancovania z vlastných zdrojov: Kofinanzierung aus Eigenmitteln:	247 328,66 €

8.2. Zdroje financovania projektu v členení podľa partnerov v EUR

8.2 Kofinanzierungsquellen nach Partnern in EUR

Zdroj <i>Quelle</i>	Partner	Suma v EUR <i>Summe in EUR</i>	%	Spolu za zdroj <i>Gesamt-finanzierung</i>	% podiel zdroja na rozpočte projektu <i>% Anteil am Gesamtbudget</i>
Celkový rozpočet projektu: <i>Gesamtbudget des Projektes:</i>	HP/LB	2 317 714,58	-	3 194 000,78	-
	PP1	876 286,20	-		
Spolufinancovanie zo zdroja EÚ: <i>EFRE-Finanzierung:</i>	HP/LB	1 970 057,39	85,00%	2 714 900,66	85,00%
	PP1	744 843,27	85,00%		
Spolufinancovanie zo zdroja ŠR SR: <i>Nationaler Kofinanzierungsbeitrag (Staatshaushalt SK):</i>	HP/LB	231 771,46	10,00%	231 771,46	7,00%
	PP1	0,00	0,00%		
Spolufinancovanie zo zdroja národného spolufinancovania AT: <i>Nationaler Kofinanzierungsbeitrag (AT):</i>	HP/LB	0,00	0,00%	0,00	0,00%
	PP1	0,00	0,00%		
Vlastné zdroje verejné: <i>Öffentliche Eigenmittel:</i>	HP/LB	115 885,73	5,00%	115 885,73	4,00%
	PP1	0,00	0,00%		
Vlastné zdroje súkromné: <i>Private Eigenmittel:</i>	HP/LB	0,00	0,00%	131 442,93	4,00%
	PP1	131 442,93	15,00%		
Celkové oprávnené výdavky <i>Förderfähige Gesamtkosten:</i>				3 194 000,78	100,00%