

# **TDK-dolgozat**

**2023**

**PANNON EGYETEM  
GAZDÁLKODÁSI KAR ZALAEGERSZEG**

**VALÓBAN ZALAEGERSZEG LENNE AZ A HELY,  
„AHOL MEGTALÁLOD A JÖVŐD”? -  
ZALAEGERSZEG VÁROS ÉS A PSR (TÁRSADALMI  
KÖZFELELŐSSÉG) A SPORTFEJLESZTÉSEK JEGYÉBEN**

**COULD ZALAEGERSZEG REALLY BE THE PLACE  
'WHERE YOU CAN FIND YOUR FUTURE'? -  
ZALAEGERSZEG AND PUBLIC SOCIAL RESPONSIBILITY  
IN RESPECT OF SPORTS DEVELOPMENT**

**Németh Dorka**

Konzulens: Dr. Antal Anita PhD

Kézirat lezárásának dátuma: 2023. 11. 03.

# TARTALOMJEGYZÉK

<b>BEVEZETÉS</b> .....	<b>1</b>
<b>1. ELMÉLETI HÁTTÉR</b> .....	<b>5</b>
1.1. A FENNTARTHATÓSÁGRÓL .....	5
1.1.1. Körforgásos gazdaság vs. lineáris gazdaság.....	8
1.1.2. AGENDA 2030.....	11
1.2. NAPJAINK FONTOSABB TRENDJEI .....	12
1.2.1. VUCA világa.....	12
1.2.2. Jövő fogyasztója.....	13
1.3. TÁRSADALMI FELELŐSSÉGVÁLLALÁS .....	14
1.3.1. Vállalati társadalmi felelősségvállalás (Corporate Social Responsibility, CSR).....	14
1.3.1.1. Caroll féle piramis .....	15
1.3.1.2. A vállalati teljesítménymérés – hármas eredménykritérium.....	16
1.3.1.3. A vállalati társadalmi felelősségvállalás területei - a belső CSR .....	16
1.3.1.3.1. Wellbeing .....	17
1.3.1.3.2. Munka-magánélet egyensúly (Work-Life Balance).....	19
1.3.1.3.3. Sport wellbeing .....	21
1.3.2. Társadalmi közfelelőség-vállalás (PSR).....	27
<b>2. PIACI KITEKINTÉS A TÁRSADALMI KÖZFELELŐSSÉG-VÁLLALÁS (PSR) VONATKOZÁSÁBAN</b> .....	<b>27</b>
2.1. HAZAI KÖRKÉP .....	27
2.2. NEMZETKÖZI KITEKINTÉS .....	29
2.2.1. Egyesült Királyság.....	29
2.2.2. Finnország.....	30
2.2.3. Lettország .....	31
2.2.4. Kanada.....	31
<b>3. EMPIRIKUS KUTATÁS</b> .....	<b>33</b>
3.1. KUTATÁSI MÓDSZERTAN .....	33
3.2. ZALAEGERSZEG PSR STRATÉGIÁJÁNAK MEGALAPOZÁSA .....	36
3.3. ZALAEGERSZEG PSR TEVÉKENYSÉGI TERÜLETEINEK MEGHATÁROZÁSA.....	38
3.4. PRIMER KUTATÁSI EREDMÉNYEK .....	54
3.4.1. Kérdőíves megkérdezés eredményei .....	54
3.4.2. Interjú Zalaegerszeg város alpolgármesterével .....	69
<b>4. ÖSSZEGZÉS, KONKLÚZIÓK</b> .....	<b>72</b>
<b>IRODALOMJEGYZÉK</b> .....	
<b>MELLÉKLETEK</b> .....	
1. MELLÉKLET: KÉRDŐÍV .....	
2. MELLÉKLET: PRIMER KUTATÁS ÖSSZEFOGLALÓ ÁBRÁI .....	
3. MELLÉKLET: STURKTURÁLT INTERJÚ.....	

## ÁBRAJEGYZÉK

1. ábra: A sport szeretete .....	1
2. ábra: Fenntartható fejlődés, munkaerő megtartása .....	2
3. ábra Kutatási kérdések szemléltetése .....	4
4. ábra "Gyenge" fenntarthatósági modell.....	6
5. ábra "Erős" fenntarthatósági modell.....	6
6. ábra: Fenntartható szemlélet kialakítása.....	7
7. ábra: Lineáris Gazdaság.....	8
8. ábra: Körforgásos Gazdaság .....	9
9. ábra: Körforgásos Gazdasági modell előnyei.....	10
10. ábra: Körforgásos gazdaság vs. lineáris gazdasági modell.....	10
11. ábra: Fenntartható fejlődési célok.....	11
12. ábra: VUCA világa .....	12
13. ábra: Magyarországi LOHAS fogyasztói csoport jellemzői.....	13
14. ábra: CSR három pillére .....	14
15. Ábra: Vállalati felelősségi piramis .....	15
16. ábra: Belső CSR előnyei.....	16
17. Ábra: Hármás eredménykritérium .....	16
18. ábra: Belső CSR dimenziói.....	17
19. ábra: A boldogság nem pénzben mérhető.....	18
20. ábra: Wellbeing Szövetség .....	18
21. ábra: Szomorú vs. boldog munkavállaló .....	19
22. ábra: Munka-magánélet egyensúly előnyei .....	20
23. ábra: Munka vagy család? .....	20
24. ábra: Legfittebb Munkahely díja .....	22
25. ábra: A sport hatásai .....	23
26. ábra: Munkahelyi stressz okai .....	23
27. ábra: Munkahelyi stressz .....	24
28. ábra: Kiegészítés .....	24
29. ábra: Időben fel nem ismert, végzetes út .....	25
30. ábra: Legfontosabb egészségfejlesztő programok .....	26
31. ábra: Egészségfejlesztés pozitívumai .....	26

32. ábra: Zalaegerszeg, ahol megtalálod a jövőd.....	27
33. ábra: Budaörs és Alsómocsolád címere.....	28
34. ábra: Gazdasági Versenyhivatal .....	28
35. ábra: Egyesült Királyság zászlója.....	30
36. ábra: Finnország zászlója.....	30
37. ábra: Lettország zászlója .....	31
38. ábra: Brit Kolumbia zászlója .....	32
39. ábra: Vancouver.....	32
40. Ábra: PSR példák hazai vs. nemzetközi szintér .....	33
41. Ábra: Az év polgármestere .....	36
42. ábra: Közlekedés.....	38
43. ábra: Új kerékpárutak Zalaegerszegen .....	39
44. ábra: Köznevelés Zalaegerszegen.....	40
45. ábra: Zalaegerszeg helyi médiái .....	41
46. ábra: Kultúra Zalaegerszegen .....	41
47. ábra: Zalaegerszeg közbiztonsága 2022-ben .....	42
48. ábra: Zalaegerszeg rendezvényei.....	43
49. ábra: Helyi társadalom Zalaegerszegen .....	45
50. ábra: Egészségügy Zalaegerszegen .....	46
51. ábra: Zalaegerszeg helyi gazdasága.....	47
52. ábra: Környezetvédelem, energiahatékonyság Zalaegerszegen .....	50
53. ábra: Sport, szabadidő Zalaegerszegen.....	53
54. Ábra: A foglalkoztató gazdasági kategóriába tartozása (fő) .....	54
55. Ábra: Forprofit szektoron belüli vállalati méretek (fő) .....	55
56. Ábra: A foglalkoztatók tevékenységének ágazatok szerinti eloszlása (fő) .....	55
57. Ábra: Nemek szerinti megoszlás .....	55
58. Ábra: Életkor szerinti megoszlás .....	56
59. Ábra: Foglalkozás szerinti eloszlás (fő) .....	56
60. Ábra: Településtípusban élők eloszlása (fő).....	56
61. Ábra: Legmagasabb iskolai végzettség szerinti eloszlás (fő).....	57
62. Ábra: A kitöltők nettó havi jövedelem kategóriánkénti eloszlása (fő).....	57
63. Ábra: A válaszadók eloszlása annak alapján, hogy hányadik munkahelyükön dolgoznak (fő).....	58
64. Ábra: A válaszadók eloszlása a jelenlegi munkahelyen eltöltött idő alapján (fő).....	58

65. Ábra: Beosztás szerinti eloszlás (fő) .....	58
66. Ábra: Munkahelyi elégedettség mértéke 7 fokozatú Likert skálán (fő) .....	59
67. Ábra: A munkahelyükkel nem teljesen elégedettek eloszlása okcsoportok szerint (fő) .....	59
68. Ábra: A munkahelyváltáson gondolkodók eloszlása okcsoportok szerint (fő) .....	60
69. Ábra: A munkahelyi stressz értékelése 1-7-es skálán (fő) .....	60
70. Ábra: A munkahelyi stressz levezetésére alkalmazott megoldások csoportjai szerinti eloszlás (fő).....	61
71. Ábra: Kiegészítő mértékének értékelése 7 fokozatú Likert skálán (fő) .....	61
72. Ábra: Kiegészítő szerinti eloszlások okcsoportok szerint (fő) .....	62
73. Ábra: Munkahelyen maradás motivációinak értékelése .....	62
74. Ábra: Jólléti elemek alkalmazása szerinti megoszlás .....	63
75. Ábra: Alkalmazott jólléti elemek fontosságának megítélése (fő) .....	63
76. Ábra: Az igénybe vett jólléti elemek kategóriák szerint (fő) .....	63
77. Ábra: Megoszlás a mindennapos testmozgás végzése alapján .....	64
78. Ábra: Mindennapos testmozgási formák alapján történő eloszlás (fő) .....	64
79. Ábra: A kitöltők testmozgás hiányának okcsoportjai szerinti eloszlása (fő).....	64
80. Ábra: Munkahelyi sport és egészségmegőrzést elősegítő programok bevezetésének értékelése 7 fokozatú Likert skálán (fő) .....	65
81. Ábra: Igényelt sportolási és egészségügyi programfajták (fő) .....	65
82. Ábra: Javasolt jólléti programtípusok (fő).....	66
83. Ábra: Munkahelyi elégedettség alapján történő megoszlás .....	VII
84. Ábra: A munkahelyváltás szándéka szerinti megoszlás .....	VII
85. Ábra: Munkahelyi stressz alapján történő megoszlás.....	VII
86. Ábra: Kiegészítő szerinti megoszlás.....	VIII
87. Ábra: Sportolási és egészségügyi programok iránti igény megoszlása.....	VIII

## TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE

1. táblázat: Kutatási kérdések .....	33
2. táblázat: A kutatás hipotézisei .....	35
3. táblázat: Budaörs PSR tevékenységi területei .....	37
4. táblázat: Összefüggésvizsgálat a foglalkozás és a munkahelyi stressz mértéke között .	67
5. táblázat: Az összefüggésvizsgálatok eredményei.....	67
6. táblázat: Az összefüggésvizsgálathoz alkalmazott értékelés .....	67
7. táblázat: A hipotézisvizsgálat eredményei .....	68

## BEVEZETÉS

Sokakban felmerülhet a kérdés, hogy Zalaegerszeg miért is használja a „Zalaegerszeg, ahol megtalálod a jövőd” szlogent? Mi alapozza meg ezt a kijelentést, mivel támasztható alá ez a bizalmat keltő ígéret? Dolgozatom végére nemcsak erre a kérdésre kapjuk meg a választ, hanem arra is, hogy miért tud példakép és benchmark lenni más városok számára, hogyan tud példát mutatni a város a legfontosabb kihívások kapcsán úgy, hogy felelős döntéshozatalt tanúsít, mellyel a város és a bolygó számára is win-win helyzetet teremt.

Kutatásom fő témája Zalaegerszeg város PSR (Public Social Responsibility) stratégiájának vizsgálata a fenntartható fejlődés és a sportfejlesztések jegyében. Kitekintést teszek a fenntartható fejlődésre, mint napjaink egyik legnagyobb kihívására. Ezzel összefüggésben vizsgálom a társadalmi közfelelősség-vállalási stratégiákat mind hazai, mind pedig nemzetközi szinten, továbbá analízist készítek arról, hogy Zalaegerszeg város milyen módon tud hozzájárulni a munkahelyi jólléthez, milyen eszközökkel tudja a lehető legmagasabb szintre emelni ezt a területet fókuszálva a sportfejlesztésekre.

### A témaválasztás indoklása

A sporttal való kapcsolatomban olyan, mint a szerelem (1. ábra). Hűségesen kitartunk egymás mellett; már óvodás korom óta a mindennapjaim részét képezi a rendszeres testmozgás. Véleményem szerint a sportolás, a mozgás a stressz legjobb levezető eszköze. Már régóta figyelemmel kísérem Zalaegerszeg sportberuházásait, amelyek a munkavállalóknak nagy segítséget nyújthatnak a mindennapi hajtásból, stresszből való kiszakadáshoz. Ezen kívül Zalaegerszeg város fenntartható fejlődésért tett törekvései is megérintettek, ezért úgy gondolom, hogy mindenképpen fontos vizsgálni korunk kihívásait, és azokra megoldásokat találni, mert így más városok is inspirációt tudnak szerezni és hasonló törekvéseket tenni a jövőnk érdekében.



1. ábra: A sport szeretete

Forrás: Saját szerkesztés, Freepik, Pannon JMK, Emoji Meaning alapján



## Téma aktualitása

A téma aktualitását adja, hogy korunk egyik legnagyobb kihívása – többek között - a fenntartható fejlődés és a munkaerő megtartása (2. ábra). Az Agenda 2030 fenntartható fejlődési céloknak első számú prioritásnak kell lennie. A vállalatoknak figyelemmel kell lenniük arra is, hogy nem csak a profit létezik. Éreztetniük kell a munkavállalókkal, hogy megbecsülik őket, megfelelő munkakörnyezetet kell kialakítani a számukra, továbbá fontos, hogy mindehhez milyen háttérrel, lehetőséget biztosít egy város önkormányzata, azaz milyen módon járul hozzá, milyen eszközökkel támogatja e fontos célok megvalósulását.



2. ábra: Fenntartható fejlődés, munkaerő megtartása

Forrás: Saját szerkesztés

## Kutatási terv, kutatási módszerek

A dolgozat *módszertani* szempontból az *alkalmazott kutatásokon belül egy értékelő kutatásnak* tekinthető; a *kutatási problémák meghatározása* alapján *feltáró jellegű, más kutatási szempont* alapján történő klasszifikációt illetően pedig részben *kvalitatív* kutatásnak minősíthető. Munkám *primer és szekunder kutatást is tartalmaz*. A PSR stratégiai kerethez kapcsolódó javaslatomhoz a *szintézis módszerét* alkalmazom, vagyis különféle létező elemekből kívánok egy új dolgot összeállítani.

Kutatásomat a témaválasztással indítom, majd egy elméleti megalapozással folytatom, ahol kitékintettek a fenntartható fejlődésre, a társadalmi felelősségvállalásra és a munkahelyi jóllét témakörére.

Piaci kitekintésként vizsgálom, hogy hogyan alakul mind hazai mind pedig nemzetközi szinten a társadalmi közfelelőség-vállalás (PSR) kérdésköre. A szakirodalom feldolgozásánál **dokumentumelemzés** módszerével **rendszeres irodalomkutatást** végzek, amely során a vonatkozó szakirodalmi háttérrel a legfrissebbtől haladva a régebbiekre fel dolgozom fel. Alkalmazok **adatbázis-kutatást**, ahol a megfelelő kulcsszavak segítségével átnézem a könyvtári katalógusok és a számítógépes adatbázisok kínálatát. Természetesen

**online keresést** is fogok végezni az internet tudományos részében, ahol keresőprogramokkal (pl. Google Scholar) a témához kapcsolódó szakirodalmi forrásokat áttekintem. Dolgozatom empirikus részében nagy hangsúlyt fektetek Zalaegerszeg város stratégiai dokumentumainak elemzésére, valamint a sportberuházások felmérésére, amelyek Zalaegerszeg/Zala megye területén történtek 2020-2023 között.

Kvantitatív elemzési eszközként – adattípus szerint - összeállítok *egy online kérdőívet*, melyben vizsgálom a munkahelyi jóllétet, annak eszközeit, módszereit, a kapcsolódó attitűdöt két aspektusból. Kutatást végzek arra vonatkozóan, hogy munkáltatói oldalról a cégek milyen lehetőségeket ajánlanak a munkavállalók számára, hogy a lehető legjobban érezzék magukat, illetve, hogy a stresszt le tudják vezetni. Munkavállalói oldalról pedig vizsgálom a foglalkoztatottak jólléti állapotát, továbbá, hogy igénybe veszik-e a cég által nyújtott jólléti lehetőségeket, mire van és nincs igényük, illetve milyen hatásai vannak a sportolást és az egészségmegőrzést biztosító lehetőségeknek a munkavállalókra. Az adatokat statisztikai módszerekkel (egyszerűbb módszerek, összefüggésvizsgálat) segítségével dolgozom fel. Kvalitatív elemzésként *interjút* készítek Zalaegerszeg alpolgármesterével, ahol többek között szó lesz a jövőben megvalósuló sportberuházásokról is. Az interjút a *kondenzáció* (sűrítés) és a *kategorizáció* (csoportosítás) módszerével dolgozom fel.

Kutatásom végén egy összegzést készítek az **eredményekről**, mely megmutatja, hogy Zalaegerszeg város milyen mértékben képes alkalmazkodni napjaink kihívásaihoz. Kutatásom további eredménye a két aspektusú attitűdvizsgálat a munkahelyi wellbeing és ennek kapcsán a sport jelentőségének azonosítása érdekében, ezzel dolgozatom inspirációt nyújthat a munkahelyi jóllét fejlesztéséhez. Kutatásommal gazdagítani szeretném a témában megjelenő empirikus tanulmányok körét, illetve választ szeretnék adni arra, hogy mi minden alapozza meg a „Zalaegerszeg, ahol megtalálod a jövőd” szlogent.

### **Kutatási célkitűzés, kutatási kérdések, hipotézisek**

A kutatás **konkrét célja** a fenntartható fejlődésnek, a PSR (Public Social Responsibility) stratégiai elemek létének, valamint a munkahelyi jóllétnek a vizsgálata egy város nézőpontján keresztül. Célkitűzésem, hogy kutatásom eredményei alapján más önkormányzatok is inspirációt tudjanak szerezni a dolgozatomból, és hasonló törekvéseket tudjanak tenni a jövőnk érdekében.

Az alábbi **kutatási kérdésekre** kívánok választ találni:

1. Létezik-e Zalaegerszeg városnak PSR (Public Social Responsibility) stratégiája?
2. Milyen lépéseket valósít meg Zalaegerszeg város a fenntartható fejlődés, a társadalmi felelősségvállalás és a munkahelyi jóllét biztosításával összefüggésben?
3. Milyen tendenciák jellemzők a társadalmi közfelelősség-vállalás kapcsán hazai és nemzetközi szinten?
4. Milyen attitűd jellemző a munkahelyi wellbeinggel összefüggésben a munkavállalók és a munkáltatók részéről?
5. Milyen sportberuházások, sportrendezvények jöttek létre Zalaegerszeg/Zala megye területén 2020-2023 között, illetve melyek a jövőbeli tervek?
6. Tekintható-e Zalaegerszeg város benchmarknak a vizsgált tématerületeket illetően más városok számára?

A kérdőíves kutatásommal összefüggésben három, **alternatív irány nélküli hipotézist** fogalmaztam meg:

H1: A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják az adott munkahelyen maradást illető motivációkat.

H2: A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják a munkahellyel való elégedettség, a stressz, a kiegészítő mértékét, az eddigi munkahelyek számát, valamint a munkahelyváltásra vonatkozó igényt.

H3: A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják azt, hogy a testmozgás a mindennapok részét képezi-e vagy nem a munkavállaló esetében, továbbá azt, hogy milyen mértékben érzékelik a sportolás és az egészségmegőrzés jólléti hatását.



3. ábra Kutatási kérdések szemléltetése

Forrás: Saját szerkesztés

# 1. ELMÉLETI HÁTTÉR

## 1.1. A FENNTARTHATÓSÁGRÓL

Ki gondolta volna, hogy 2023-ban legfontosabb megoldandó feladataink közé fog tartozni környezeti értékeink, bolygónk óvása? Ki gondolta volna, hogy az ember lesz mindezen problémának a fő okozója? Sajnos az elmúlt évtizedekben nem gondoltunk arra, hogy mi emberek fogunk hozzájárulni a klímaváltozáshoz, a jövő generációjának hanyatló életminőségéhez. Milyen világba csöppenhet bele egy gyermek 2050-ben? A jövő generációiának léte a tét. Ha folyamatosan csak pazarolunk, hulladékot termelünk, kizsákmányoljuk bolygónk értékeit, erdőket teszünk tönkre, csak a profitabilitás lebeg a szemünk előtt, akkor visszafordíthatatlan következményekkel kell számolnunk. Mostanra nehezen, de talán egyre többen felismertük, hogy nemcsak a gazdasági növekedésre, a profitra szabad koncentrálni, hanem komplexen kell figyelni a társadalomra és a környezetre is. (Nemzeti Fenntartható Fejlődési Tanács, 2020)

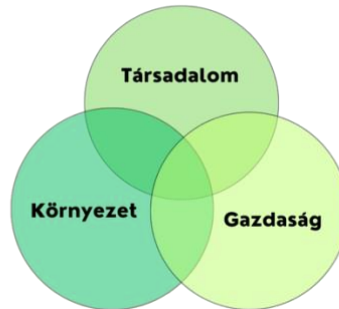
A fenntarthatóság **három fontos elemet** helyez előtérbe: a társadalmi fejlődést, a környezetvédelmet és a gazdasági fejlődést. Ezen területek együttes figyelembevételét nevezhetjük fenntarthatónak. Be kell látniuk a vállalatoknak, hogy tevékenységük hatással van a gazdaságra, társadalomra és a környezetre is. Ha ezt a 3 kulcsterületet holisztikus szemlélettel közelítjük meg, akkor tudunk hosszú távon sikeresek, de egyben fenntarthatóak is lenni. (Hold Alapforgalmazó Zrt, 2023)

- *A környezetvédelmi* pillér a káros anyagok, az ökológiai lábnyom és a nagymértékű energiafelhasználás csökkentésére fókuszál.
- *A társadalmi felelősségvállalás* kapcsán az érintetti kapcsolatok menedzselése és az ellátási lánc területe kiemelten fontos. A munkavállalóknak, fogyasztóknak, városok polgárainak, cégek beszállítóinak érdekeit mind figyelembe kell venni. Ennek keretében a munkahelyi wellbeinget, azaz a munkahelyi jóllétet sokan alkalmazzák, mint bevált, hatékony módszert.
- *Gazdasági* szempontból a cél most is a profitmaximalizálás, ugyanakkor más módon és más eszközökkel kell elérni. (Hold Alapforgalmazó Zrt, 2023)

A lényeg, hogy úgy termeljen profitot egy vállalat, hogy az az érintettekre pozitívan hasson. Aszerint, hogy ez a 3 terület **hogyan kapcsolódik össze** egymással, megkülönböztetünk „gyenge” és „erős” fenntarthatóságot. (Mizik, 2018)

A „gyenge” fenntarthatóság szerint a három tényezőnek balanszban kell lennie egymással, azonban a három elem összege időben nem csökkenhet (4. ábra). Ezen elv mentén megengedett az, hogy a tőkejavak egymással korlátlanul helyettesíthetőek legyenek. Egyik tőke ideiglenesen csökkenhet, ha azt egy másik terület ugyanabban az időintervallumban ellensúlyozza. (Mizik, 2018)

"GYENGE" FENNTARTHATÓSÁGI MODELL



4. ábra "Gyenge" fenntarthatósági modell

Forrás: Saját szerkesztés, Mizik 2018 alapján

Ez a felfogás a jövő generációja szempontjából semmiképpen nem előnyös, hiszen a három pillér egymással való kompenzálása korlátozott. Ezért az „erős” fenntarthatóság elve lesz a nyerő modell, amely szerint a három pillér egymásba ágyazottan működik (5. ábra). A környezet található a hierarchia tetején, amely, mint egy pók, behálózza a társadalmat és a gazdaságot. A társadalom helyezkedik el a környezet és a gazdaság között, amely megpróbálja egyensúlyban tartani a másik két területet. A gazdaságnak pedig ki kell szolgálnia az emberiség szükségleteit. Az „erős” fenntarthatóság lényege, hogy a természeti tőke semmilyen más tőkejavakkal nem helyettesíthető. (Mizik, 2018)

"ERŐS" FENNTARTHATÓSÁGI MODELL



5. ábra "Erős" fenntarthatósági modell

Forrás: Saját szerkesztés, Mizik, 2018 alapján

A modell alapján **három fontos kritériumnak** kell teljesülnie:

- Amit a *környezetbe bocsátunk*, az semmilyen esetben sem haladhatja meg a természet befogadó képességét.
- Amit a *környezetből kinyerünk*, az semmilyen esetben sem haladhatja meg a természet újratermelőképességét.
- A *nem megújuló erőforrások* felhasználásának a mértéke semmilyen esetben sem haladhatja meg azt az ütemet, amilyen arányban helyettesíteni tudjuk őket megújuló erőforrásokkal. (Mizik, 2018)

**Fenntartható szemlélet** kialakítására kell törekednünk, amit átadunk gyermekeinknek, emellett a fenntartható fejlődés mentén való gondolkodást nemcsak a mindennapokba, hanem az üzleti életbe is be kell vonnunk, mint fő irányadó stratégia (6. ábra).

*„A fenntartható fejlődés olyan fejlődés, amely kielégíti a jelen generáció szükségleteit anélkül, hogy veszélyeztetné a jövő generációk esélyét arra, hogy ők is kielégíthessék szükségleteiket.” (Szlávik, 2019)<sup>1</sup>*

Ahhoz, hogy a jelen és a jövő generációjának életvitelét jobbá tegyük, összefogás szükséges országos szinten, mely során komplex megoldásokra kell törekednünk, s nyomást gyakorolni a vállalatok vezetőire, a politikusokra, hogy felelős döntéseket hozzanak. (Nemzeti Fenntartható Fejlődési Tanács, 2020)



6. ábra: Fenntartható szemlélet kialakítása

Forrás: Saját szerkesztés

---

<sup>1</sup> A dokumentum oldalszámozás nélküli.

### 1.1.1. Körforgásos gazdaság vs. lineáris gazdaság

Bizonyára mindenki emlékszik arra, hogy nagymamáink és nagypapáink idejében a pazarlás, mint fogalom ismeretlen volt. Mindent, amit megvettek, annak megpróbálták az élettartamát a lehető legtovább kitolni. Ha valami elromlott, azt megjavították. A szakadt ruhákat befoltozták. Ma sajnos olyan időket élünk, amire nem lehetünk büszkék. Amint elromlik valamilyen technikai kütyünk, vagy elszakad egy ruhánk, azt azonnal kidobjuk. Sokakban fel sem merül az újrahasznosítás, vagy a megjavítás lehetősége.

Fő okozóként említhetjük a **lineáris gazdasági modellt**, amely arra ösztönözi a társadalmat, hogy folyamatosan csak vásároljon. Kiindulópontja az, hogy a nyersanyagok végtelenek. Ez a feltevés teljes egészében hamis, hiszen végesen fogynak a fosszilis energiahordozók, például a szén, a kőolaj, a földgáz. Olyan mértékben szennyezzük a környezetünket és fogyasztjuk ivóvizünket, hogy az emberiség léte is kérdésessé válik. Az erdők kivágása is említésre méltó, hiszen egy fa sem nő meg egyik napról a másikra. (Greendex Szerkesztőség,2022; Nemzeti Fenntartható Fejlődési Tanács, 2020)

A lineáris gazdasági modell lényegében megöli a bolygót ezáltal az emberi fajt is (7. ábra). Ma már a gyártók is ráeszméltek arra, hogy ha gyors és nagy volumenű profitot akarnak realizálni, ahhoz gyors gyártás kell. Ezért ez a modell egyszeri fogyasztással tervez. A termékek viszonylag olcsók, relatív rossz minőségű alapanyagokból készülnek, amelyek élettartama sokkal rövidebb, mint egy jó minőségű alapanyagból gyártott terméké. Nem beszélve arról, hogy ez milyen káros hatással van a légkörre, a vizeinkre és a talajunk minőségére. Évente legalább 300 millió tonna műanyagot állítanak elő, amely legtöbbször óceánokba, tengerekbe kerül, ahol a halak táplálékként tekintenek rá. Ez a gazdasági modell veszélyezteti az anyagellátást is, amelyet a fémipar, az elektronikai ipar, az autó-és járműipar érez meg. (Greendex Szerkesztőség, 2022)



7. ábra: Lineáris Gazdaság

Forrás: Európapont,2020

Ami a legszomorúbb, hogy a gyermekeink is ezt tanulják meg, ezt veszik mintaként magukkal. Drasztikus számokról beszélhetünk: Európában évente 2.5 milliárd tonna hulladékot állítunk elő, sok tonna nyersanyagot használunk fel, és legalább 5 tonna hulladékot termelünk évente. (Európai Parlament, 2023)

Néhány tipp, hogy hasznos tagjai legyünk a társadalomnak. Ha valamit vásárolunk, és az elromlik javítsuk, javíttassuk meg. Ha a termék egyes részeinek élettartama véget ér, kidobás helyett, újra is lehet hasznosítani. Ezáltal értékteremtő tevékenységet végzünk, és csökken a hulladék mennyisége. Ezt hívják **körforgásos gazdaságnak**, amely arra épül, hogy „egyszeri fogyasztás helyett a termékek élettartamát a lehető legjobban meghosszabbítsuk.” (8. ábra) (Európai Parlament, 2023)<sup>2</sup>



8. ábra: Körforgásos Gazdaság

Forrás: Európapont, 2020

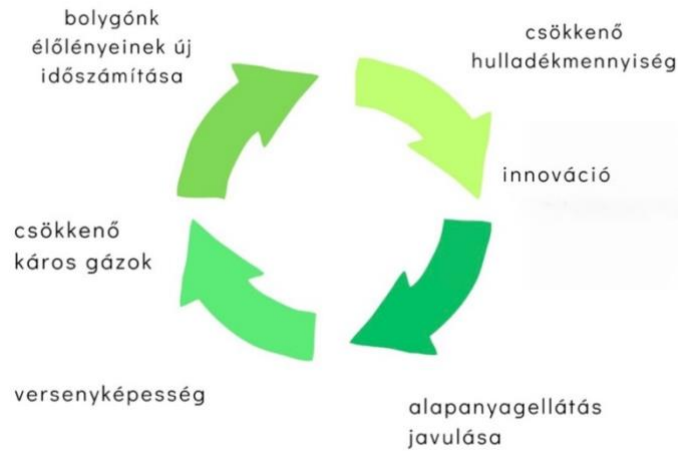
Milyen **előnyei** vannak, ha áttérünk a **körforgásos gazdaság modelljére**? (9. ábra)

Az újrahasznosítás csökkentené a hulladék mennyiségét, bolygónk élőlényeknek új életet adna. Csökkenne az üvegházhatású gázok éves kibocsátása a légkörbe, az alapanyagellátásunk javulna, illetve elősegítené az innovációt, versenyképességet, ezáltal nőne a munkahelyek száma és a gazdaság egyre inkább felfelé ívelő tendenciát írhatna le. (Európai Parlament, 2023)

<sup>2</sup> A dokumentum oldalszámozás nélküli.



# KÖRFORGÁSOS GAZDASÁG ELŐNYEI



9. ábra: Körforgásos Gazdasági modell előnyei

Forrás: Saját szerkesztés, Európai Parlament, 2023 alapján

Az alábbi összehasonlító táblázat segítségével konkrét tényelemekkel szemléltetem, mekkora különbség van a két modell között, ezáltal érzékeltetem, milyen rossz „hagyományosnak” ítélt rendszert követünk/köveztünk (10. ábra).

Körforgásos gazdaság	Lineáris gazdaság
jó minőségű alapanyagok	rossz minőségű alapanyagok
hosszú életciklusú termékek	rövid életciklusú termékek
javul az anyagellátás	veszélyezteteti az anyagellátást
folyamatosan csökken a káros gázok kibocsátása	káros hatások a légkörre, vízre, talajra
javítja a versenyképességet	rontja a versenyképességet
bolygónk élőlényei "új életet" kapnak	bolygónk élőlényei csökkennek

10. ábra: Körforgásos gazdaság vs. lineáris gazdasági modell

Forrás: Saját szerkesztés, Európai Parlament, 2023 alapján

### 1.1.2. AGENDA 2030

Az AGENDA 2030 fenntartható fejlődési keretrendszer egy fontos mérföldkő lehet a bolygó jövőjének érdekében. 17 Fenntartható Fejlődési Célt tartalmaz, amelyhez 169 alcél kapcsolódik. (ENSZ) (11. ábra)



11. ábra: Fenntartható fejlődési célok

Forrás: ENSZ weboldala

Cél a szegénység felszámolása, az éhezés megszüntetése, az egészség és jóllét, a minőségi oktatás, a nemek közti egyenlőség, a tiszta víz és alapvető köztisztaság, megfizethető és tiszta energia, tisztességes munka és gazdasági növekedés, megfelelő infrastruktúra kialakítása, egyenlőtlenségek csökkentése, fenntartható városok és közösségek, felelős fogyasztás és termelés, fellepés az éghajlatváltozás ellen, óceánok és tengerek védelme, szárazföldi ökoszisztémák védelme, béke, igazság és erős intézmények, partnerség a célok eléréséért. Magyarország nagymértékben kiveszi a részét a keretrendszer alakításában. (ENSZ)

A Bizottság intézkedéseivel a látható eredményekre fókuszál. Az Európai Bizottság elnöke Ursula von der Leyen a lehető legtöbb bizottsági javaslatba, stratégiába beépíti a fenntartható fejlődési célokat. (Európai Bizottság)

## 1.2. NAPJAINK FONTOSABB TRENDJEI

Manapság nem csak a bolygónk élhetőbb szebb jövőjének kihívásaival kell szembenéznünk, hanem a főbb mozgató irányvonalakkal, trendekkel is meg kell küzdenünk. Ezek közül kettőt emelnék ki, amely nagyban befolyásolja jelenünket, jövőnket: a VUCA világa és a fogyasztók változása.

### 1.2.1. VUCA világa

Egyik ilyen meghatározó trend a VUCA világa. A rövidítés jelentése az alábbi: „*Változékony (Votality) bizonytalan (Uncertainty), komplex (Complexity) és kétértelmű (Ambiguity).*” (Csehné et al., 2020)<sup>3</sup> (12. ábra)

Sajnos nem éljük meg az élet adott pillanatát, csak rohanunk, nem állunk meg egy percre sem. Mindent azonnal akarunk. Rengeteg inger ér minket, amely azonnali döntéseket, cselekvéseket igényel tőlünk. A vállalatok vezetőinek jó, ha van konkrét jövőképük, azonban fontos, hogy rugalmasak legyenek a vízióik megvalósításának tekintetében, hiszen a környezetünk napról napra változik. Egy vezetőnek át kell látnia a káoszon, alkalmazottai számára egyértelmű, világos utat kell mutatnia. A bizonytalanság tekintetében fontos, hogy jól kezeljék a változásokat, különböző helyzeteket, fogyasztói igényeket, munkatársakat. Ha sikerül mindezeket megérteni és megfelelően alkalmazkodni, akkor számos új kapu nyílhat meg előttünk. Az agilitás egy nélkülözhetetlen vezetői tulajdonság ahhoz, hogy egy vállalat hatékonyan és sikeresen működjön. (Kiss) A VUCA világnak un. AVICA vezetőkre van szüksége. Az AVICA jelentése (Agile-agilis, Value-oriented-értékvezérelt, Inspiring-inspiráló, Collaborative-együttműködő, Appreciative-elismerő). (FORBES, 2018)

## VUCA világa



12. ábra: VUCA világa

Forrás: Saját szerkesztés, Leadership Mastery, alapján

<sup>3</sup> A dokumentum oldalszámozás nélküli.

### 1.2.2. Jövő fogyasztója

Sokakban felmerül a kérdés, hogy milyen is lesz a jövő fogyasztója? Új fogalomként megemlíteném a **LOHAS (Lifestyle of Health and Sustainability)** kifejezést, amely egy olyan társadalmi réteget jelöl, aki szívügyének érzi az egészségtudatos szemléletet és a fenntarthatóságot. Ezen fogyasztói csoport a környezetre, a társadalomra és a társadalmilag felelős üzletvitelre vezérelvként tekint. Egészségtudatosak és a fenntarthatóság fogalmát első számú prioritásnak tekintik. Felelős gondolkodás és szemlélet jellemzi őket, amely a környezetbarát termékek vásárlásában is megnyilvánul. Társadalmi felelősségvállalásuk tisztességes kereskedelemben és a megfelelő erkölcsi magatartásban is megjelenik. (Szakály, 2017)

Kutatások alapján látható, hogy egyre jobban növekszik ezen fogyasztói csoportba tartozók száma. Nemzetközi szintéren megállapítható, hogy az Egyesült Államokban az 1960-as években a LOHAS csoportba tartozók köre mindössze 5%-át tette ki a teljes népességnek. Napjainkban viszont körülbelül 50. 000.000 egyént jelent, aki a LOHAS-t követi. Ez egy pozitív visszajelzés lehet nekünk embereknek. Magyarországon 2015-ben a LOHAS-t követő fogyasztók aránya 8,7%-volt, mely a következő években egy felfelé ívelő tendenciát fog leírni. (ECOLIFE, 2016)

Az alábbi ábrával szemléltetni szeretném, hogy Magyarországon milyen értékek vezérlik a LOHAS társadalmi csoportot. (13. ábra)



13. ábra: Magyarországi LOHAS fogyasztói csoport jellemzői

Forrás: Saját szerkesztés, Szakály, 2017 alapján

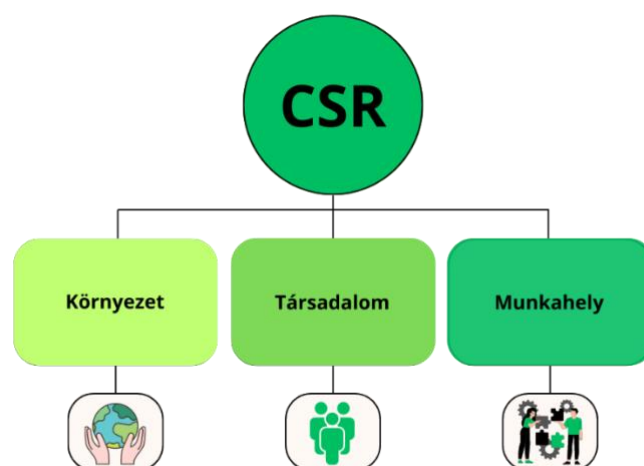
A LOHAS magyarországi csoportjánál az individualista, az autentikus, a környezettudatos, az etikus kompetencia, az egészségtudatos, az etikus vállalat értékei jellemnek meg. Szeretik a márkás és magas minőségű termékeket vásárolni. Tisztelik a hagyományokat, a hazai termékeket mindenképpen előnyben részesítik. Gyermeküket környezettudatosságra nevelik, többek között korán megtanulják mi is az az újrahasznosítás, felelős szemlélet. Támogatják a civil szervezetek munkáját, s az önkéntesség fogalma sem idegen terep. Tudatos táplálkozást folytatnak, rendszeres testmozgással egybekötve. Jótékonyági akciókban szeretnek aktívan részt venni. (Szakály, 2017)

### 1.3. TÁRSADALMI FELELŐSÉGVÁLLALÁS

#### 1.3.1. Vállalati társadalmi felelősségvállalás (Corporate Social Responsibility, CSR)

A fenntarthatóság mellett a vállalati társadalmi felelősségvállalás a témához kapcsolódó terület. Az üzleti élet szereplői Milton Friedman elméletét vallották, mely szerint a vállalatok első számú célkitűzései között a profit maximalizálás szerepel és csak ezek után kerülhet előtérbe a felelős vállalatvezetés, a felelős döntéshozatal a társadalmi felelősségvállalás gondolata. (Braun, 2016)

2023-ban már nem csak a cégek, hanem a fogyasztók is felismerték, hogy bizony a profiton túl is van élet. Sokkal jobban figyelnek egy termék kapcsán arra, hogy az előállítása milyen társadalmi következményekkel jár. Ebből következtethető, hogy a vásárlás egy erkölcsi döntés is egyben. Ha egy cég nagy hangsúlyt fektet a társadalmi tevékenységére, akkor a vásárló jutalmazni fogja termékei vásárlásával. (14. ábra) (Balázsné, 2023)



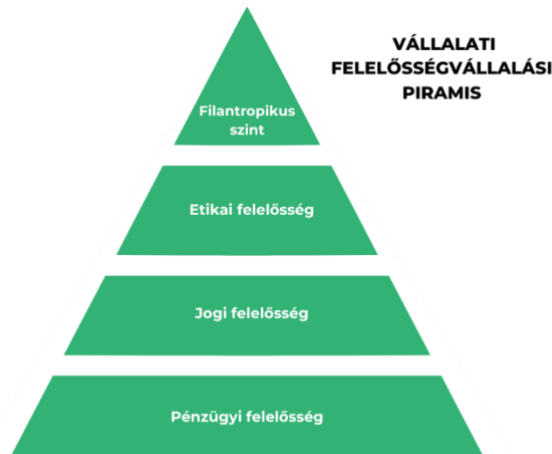
14. ábra: CSR három pillére

Forrás: Saját szerkesztés, Braun 2016 alapján

„A **vállalati társadalmi felelősségvállalás** (Corporate Social Responsibility) egy olyan megközelítés, amely szerint a vállalatok önkéntes alapon környezeti és társadalmi szempontokat építenek be üzleti tevékenységükbe és az érdekelt felekkel való kapcsolatukba.” (Comission of the Europe Communities, 2001)<sup>4</sup>

### 1.3.1.1. Caroll féle piramis

Caroll nevéhez fűződik a CSR piramis, amely négy különböző szinten jelenik meg. (Szlávik, 2019) (15. ábra)



15. Ábra: Vállalati felelősségi piramis

Forrás: Saját szerkesztés, Szlávik 2019 alapján

Az első szint a pénzügyi felelősség, amely szerint minden vállalat működésének alapját a profit adja. Ezt követi a jogi felelősség, miszerint fontos, hogy a vállalat minden jogi előírást, szabályt betartson. A harmadik szint az etikai felelősség. A társadalom elvárja, az etikus viselkedést. A negyedik, azaz a legfelső szint a filantropikus szint, amely egyfajta kíváncsalom a társadalom részéről. (Szlávik, 2019)

### CSR előnyei

Az alábbi ábrával szemléltetem a CSR előnyeit. (16. ábra) A vállalatok csak nyerni tudnak, ha alkalmazzák a CSR elveit. Előnyei közt megemlíteném, hogy csökkenteni tudja a munkahelyi fluktuációt. Mint egy mágnes magához vonzza az alkalmazottakat és megpróbálja a lehető legtovább megtartani. A versenyképesség mellé társulhat a jó hírnév, egy pozitív vállalati imázs. A vállalatban dolgozók a belső CSR módszereinek használatával sokkal boldogabbak lesznek, amely által a munkát is szívesebben végzik el, így sikeresebb tud lenni a cég. (márk, 2022; Gonda, 2018)

<sup>4</sup> A dokumentum oldalszámozás nélküli.



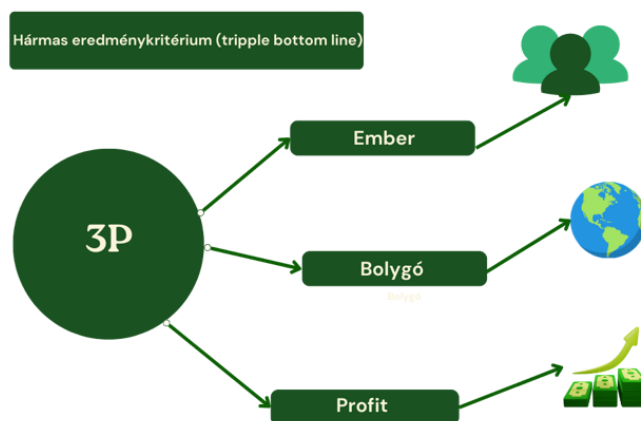
16. ábra: Belső CSR előnyei

Forrás: Saját szerkesztés, márk, 2022 és Gonda, 2018 alapján

### 1.3.1.2. A vállalati teljesítménymérés – hármas eredménykritérium

A vállalat teljesítményének mérését a hármas eredménykritérium (triple bottom line) alapján tudjuk mérni. (Braun, 2016) (17. ábra)

A 3P fogalmát 1995-ben John Elkington alkotta meg, melynek lényege, hogy a vállalat teljesítőképessége gazdasági, környezeti és társadalmi szempontok szerint is mérhető. Cél, hogy ne csak gazdasági értékünk legyen, hanem társadalmi és környezeti értékünk is. (Braun, 2016)



17. Ábra: Hármas eredménykritérium

Forrás: Saját szerkesztés, Braun 2016 alapján

### 1.3.1.3. A vállalati társadalmi felelősségvállalás területei - a belső CSR

Most, hogy már egy átlátható képet kaptunk a vállalati társadalmi felelősségvállalásról (CSR), térjünk ki a főbb területeire. A Zöld Könyv szerint megkülönböztetünk **vállalaton belüli és kívüli** dimenziót. A kutatás témájához kapcsolódóan a belső CSR-ra fogok kitérni,

amely a vállalat közvetlen környezetét érinti. (Commission of the Europe Communities, 2001)  
(18. ábra)



18. ábra: Belső CSR dimenziói

Forrás: Saját szerkesztés, Commission of the Europe Communities ,2001 alapján

A belső CSR-t kiemelt fókuszterületként kell kezelnie egy vállalatnak. Fontosságáról nem lehet eleget beszélni. **Éreztetni kell a munkavállalókkal**, hogy megbecsülik őket, hogy nekik is van szavuk bizonyos kérdéskörökben. Belső képzési lehetőségeket, mint motivációs eszközöket kell bevetni. Ígéretes karrierutat kell felvázolni vízióknak, emellett számos programot, szolgáltatást kínálni, hogy még jobban érezzék magukat az adott vállalatnál. (Balázsné, 2023)

#### **1.3.1.3.1. Wellbeing**

Egy javasolt irány a vállalatok számára a wellbeing-re való odafigyelés, amelyet, ha jól építenek be a működésükbe, akkor egyfajta win-win szituációt teremtenek a vállalat sikeressége és a munkavállalók jólléte között.

A COVID-19 járvány hatásai által felértékelődött a munkahelyi jóllét szerepe. Merem állítani, hogy a covid okozta éveink, életünk egyik, ha nem a legnehezebb időszaka volt. Sok munkavállaló kilátástalannak érezte az életét. Nem tudta mi fog történni, hogy elveszti-e a munkáját vagy sem, lesz-e annyi pénze, hogy ugyanazon az életszínvonalon tudjon élni, amit megszokott. A stressz és a bizonytalanság szerepe nagymértékben felértékelődött. A vállalatok is nagy veszélyben voltak, kérdés volt, hogy fenn tudnak majd maradni vagy sem. Amelyik vállalat a járvány időszakában a munkahelyi jóllét területét kiemelt fókuszterületként kezelte, nagy versenyelőnyre tett szert. (DigitalHungary, 2022)

#### **De miért is fontos a munkavállalók jólléte?**

Egyre több munkavállaló számára már nem a biztos jövedelem áll a középpontban egy munkahely kapcsán. A mai világban sokkal nagyobb szerepet vállal egy cég életében az emberi tényező. A munkavállalók jól szeretnék érezni magukat a vállalatnál. Sok vállalat megadja a kellő anyagi juttatást a munkavállaló számára, azonban mégis magas a fluktuáció.



Miért? Azért, mert a legtöbb cég nem nyújt további extra motivációt a munkavállalónak. (DigitalHungary, 2022)



19. ábra: A boldogság nem pénzben mérhető

Forrás: Saját szerkesztés, DigitalHungary, 2022 alapján

Gondoljunk csak bele, milyen munkamorál jellemzi azon egyéneket, akik azt látják, hogy a munkahelyüket csak az érdekli, hogy minél magasabb profitot termeljenek. Az ember azt érzi, hogy robotként tekintenek rá, és csak egy eszköz, amely, ha nem jól teljesít, lecserélik. A profit másképpen is elérhető. A vállalat, ha odafigyel a munkavállaló mentális és fizikai jóllétére, ha érzi a munkavállaló, hogy a cég meg akarja őt tartani, és nem csak egy porszem a gépezetben, akkor a munkavállaló kiegyensúlyozott, boldog lesz, szeretni fog dolgozni az adott munkahelyen. (19. ábra)

Magyarországon 2020-ban megalakult a **Wellbeing Szövetség**, amelynek célja a „jóllét (wellbeing) beépítése a magyarországi vállalatok szervezeti kultúrájába, valamint az erre irányuló törekvések összefogása és támogatása.” (Wellbeing Szövetség weboldala)<sup>5</sup> (20. ábra)



20. ábra: Wellbeing Szövetség

Forrás: Wellbeing Szövetség Facebook oldala

Középpontjában a cégek vezetői álltak, akik körében **felmérést** készítettek arról, hogy mennyire tartják fontosnak, illetve mit tesznek azért, hogy a munkavállalók a lehető legjobban érezzék magukat náluk. (DigitalHungary, 2022) (21. ábra) Ilyen programok

<sup>5</sup> A weboldal oldalszámozás nélküli.

például a stressz kezelésére létrejövő tréningek, a vállalati egészségnapok, az egészséges életmódra nevelő programok, a különböző szűrővizsgálatokra való felhívás, rendszeres egészségügyi és sportolási lehetőségek biztosítása, tematikus egészségnapok (gyümölcsnapok), prevenció és szemléletformálóm kampányok (mellrák, rák, stb.), kerékpárral való munkába járás támogatása, ingyenes gerinctorna, dohányzásról leszoktató program, munka-magánélet egyensúlyt elősegítő programok (szülési szabadságon lévő és onnan visszatérő kismamák támogatása), rugalmas munkaidő (otthonról való munkavégzés), szemléletformáló programok szervezése, például fa ültetés, adománygyűjtési akciók. (Csapóné-Tóth, 2017)

A kutatás során kiderült, hogy a legtöbb cég nagyon fontos területnek tartja a munkavállalók jóllétét, de az aktivitásuk azonban elmarad különböző indokokra hivatkozva ilyen például, az anyagi ok, vagy a kellő ismertek hiánya. Az azonban kiderült, hogy a legtöbb vállalat a fizikai jóllét területére nagyobb hangsúlyt fektet (68%) mint a mentális (8%) és környezeti (3%) jóllétre. (DigitalHungary, 2022). Egy 2013-as magyarországi kutatás a munkavállalók sportolási szokásait vizsgálta, amely szerint kiderült, hogy a cégek 54%-a szervez a vállalati sport- és egészségnapot, 79%-uk támogatja a munkahelyi sport megvalósulását sportbérlettel, amely segítségével, a dolgozók teljesítménye javul, a munkából való hiányzásuk pedig csökken. (Csapóné-Tóth, 2017)



21. ábra: Szomorú vs. boldog munkavállaló

Forrás: Saját szerkesztés

#### ***1.3.1.3.2. Munka-magánélet egyensúly (Work-Life Balance)***

Ma már nem a hagyományos családi modell jellemző. Régen a nő feladata a gyermeknevelés és a háztartás vezetése volt, a férfiak pedig az anyagi biztonságért feleltek. A mai modern családi struktúra alapján a nők karrieristák lettek, nem csak a gyerekneveléssel és a háztartással foglalkoznak. A férfiakra már házvezetési feladatok is hárulnak. Ilyen például a mosás berakása, szemét kidobása, mosogatás.

Nagyon sok párkapcsolat tönkrement a túlzott munkahelyi leterheltség, megfelelési kényszer miatt. Energia nem jutott a magánéleti teendőkre. Ez kiégéshez, testi-lelki egészség romlásához vezetett. Kutatások alátámasztják, hogy azok a munkavállalók sokkal jobban teljesítenek a munkahelyükön, akik rugalmas időbeosztásban dolgoznak. (Egészségvonal, 2023)

Az alábbi ábrával a **munka-magánélet összehangolásának előnyeit** szemléltetem. (22. ábra)



22. ábra: Munka-magánélet egyensúly előnyei

Forrás: Saját szerkesztés, Egészségvonal, 2023 alapján

Sajnos én a saját bőrömön tapasztaltam meg, hogy édesanyám mennyi áldozatot hozott azért, hogy minőségi időt tudjon velem eltölteni, és egyúttal egy sikeres karriert kiépíteni. (23. ábra) A vállalat ahelyett, hogy odafigyelt volna a munka és a magánélet összehangolására, csak azt nézte, hogyan tudna tud hasznot húzni a kiváló munkaerőből. Választás elé állították édesanyámat: vagy felmegy Budapestre egy ígéretes karrierút érdekében, vagy marad ugyanabban a pozícióban, ahonnan nincs feljebb jutás.



23. ábra: Munka vagy család?

Forrás: Saját szerkesztés

### **Mit is tehetünk munkavállalóként, hogy ne menjen egyik terület se a másik rovására?**

- **Időmenedzsment:** Csökkentsük például az online térben való részvételünket. Ne menjünk minden nap bevásárolni, hiszen ez rengeteg időt felölel, inkább gondoljuk át, mi a fontos, mi szükséges, és heti egy nagybevásárlást csináljunk. Ezek apró dolgoknak tűnhetnek, de rengeteg időt lehet vele megspórolni.
- **Regeneráció:** Mind a sportban, a munka világában is nagyon fontos a megfelelő regenerálódás. Kapcsolódjunk ki minden nap legalább 1 órát, ahol csak magunkkal, a családdal foglalkozunk. Sportoljunk, olvassunk, vagy kiránduljunk. Én magam is támogatója vagyok az aktív pihenésnek.
- **Élvezetes munka:** Jó dolog, ha szeretjük a munkánkat, hiszen adott munkavégzés igenis tud stresszes, monoton fárasztó lenni. Sokkal könnyebb ezeket a tényezőket elviselni, ha szeretjük a munkánkat. Az sem szégyen, ha felismerjük azt, hogy bizony nekünk ez a munka nem tetszik, nem ide valók vagyunk. Merjünk váltani, merjünk új területet megismerni, megtanulni!
- **Sport:** Akár a munka világában, akár az iskolapadban nagyon nagy szükség van a rendszeres testmozgásra. Testünknek nem is gondolnánk mekkora löketet ad, ha elmegyünk mozogni. Azt magam is észrevettem, hogy 1 órás sportolás után tele vagyok energiával és sokkal boldogabb vagyok, mint sportolás előtt.

(Egészségvonal, 2023)

#### ***1.3.1.3.3. Sport wellbeing***

A rendszeres testmozgás nem csak az egészségünk megőrzője, hanem a munkahelyi jóllét egyik jól bevált eszköze. A sportolás hozzájárul a megfelelő testi-lelki egészséghez, a munkahelyi stressz, kiégés kezeléséhez, ezáltal a munkavállalók megbízhatóbbak és nagyobb teljesítményre képesek, amely a vállalat számára kulcsfontosságú. (Szabó, 2018)

Először is tisztázzuk mi is az az egészség. „Az egészség olyan állapot, melyet az anatómiai integritás, a teljesítményre való képesség, a személyes értékek, a családi munka-és közösségi szerep, a fizikai, biológiai és társadalmi stresszel való megküzdés képessége, a jólét érzése, a betegség és a korai halál rizikóitól való mentesség jellemez.” (Rikk et al.,2018)<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> A dokumentum oldalszámozás nélküli.

Az egészségnek a **mentális és a fizikai típusáról** ejtenék néhány szót, mivel e két típust szokták a leggyakrabban említeni. A *fizikai egészség* lényegében olyan embernél érvényesül teljes mértékben, aki tudatosan táplálkozik, rendszeresen sportol, megfelelő mértékű időt hagy a pihenésre, kikapcsolódásra. Ha valaki fizikailag egészséges, akkor csökken a betegség kockázata, emellett fejlődik az ember légzőszerve, izomzata. (Szabó, 2021)

„A mentális egészség az egyén érzelmi, szociális és pszichológiai jólétét jelenti.” Ha valaki egészséges mentálisan, akkor nem gyötri szorongás, depresszió. Képes élvezni az életet, meglátni a jót a rossz dolgokban is, egyensúlyban tudja tartani a családot, a munkát. (Szabó, 2021)<sup>7</sup>

Magamon is észrevettem, hogy amikor stresszes vagyok akár az iskola, vagy a munkám miatt, és elmegyek mozogni, utána mintha kicseréltek volna. Boldogabb vagyok, jobban érzem magam a bőrömben. Az egészségügyi gondjaim az életmódváltással megszűntek, ezáltal egy minőségi életet élhetek. Nagyon hálás vagyok a szüleimnek, akik nem engedték, hogy felemésszen a stressz, segítettek egészséges ételeket főzni, és minden nap elküldtek sportolni.

### **Munkahelyi Sportprogram**

Kiváló törekvésnek tartom a **Legfittebb Munkahelyi Programot**, amely 2013-ban jött létre Magyarországon azzal a céllal, hogy biztassák és díjazzák azokat a vállalatokat, amelyek kiemelten figyelnek a munkatársaik egészségére, fittségére. Az aktívan közreműködő vállalatokat a „Legfittebb Munkahely Díjjal” jutalmazzák. (Mojomarketing) (24. ábra)



24. ábra: Legfittebb Munkahely díja  
Forrás: Mojomarketing alapján

Több mint 20 éve foglalkoznak vállalati sportprogramok, illetve csapatépítő programok rendezésével, amelyek **pozitív hatással** van az élet különböző területeire. Ilyen például az egészség, a stresszkezelés, fittség, célok, a teljesítmény, az elégedettség, a közösség, a csapatmunka. (Mojomarketing) (25. ábra)

---

<sup>7</sup> A dokumentum oldalszámazás nélküli.

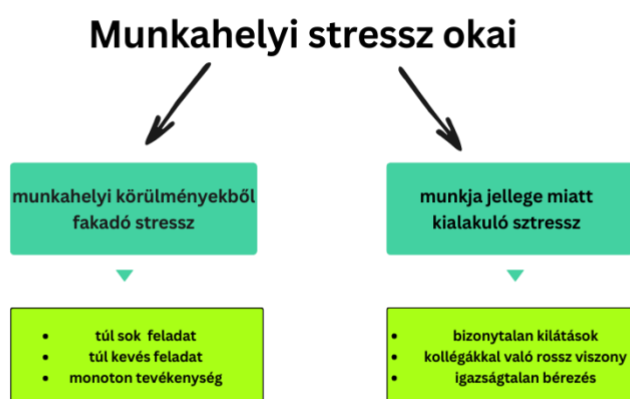
	<b>Stresszkezelés</b>	1	Csökkenő stressz
	<b>Fittség</b>	2	Erősödő immunrendszer
	<b>Célok</b>	3	Kitűzött célok megfogalmazása és elérése
	<b>Közösség</b>	4	Fejlődő szociális készség a vállalati sportprogramok által
	<b>Teljesítmény</b>	5	Javuló munkavállalói teljesítmény
	<b>Egészség</b>	6	Munkából való hiányzás csökkenése
	<b>Elégedettség</b>	7	Javuló munkahelyi morál, csökkenő kiégés
	<b>Csapatmunka</b>	8	Kollegák egy csapatáá való kövácsolása

25. ábra: A sport hatásai

Forrás: Saját szerkesztés, Legfittebb Munkahely, 2022 alapján

### Munkahelyi stressz

A WHO a stresszt az egyik legsúlyosabb egészségügyi problémaként kezeli. A munkahelyi környezet életünk egyik legnagyobb stresszforrása. Stressz számos ok miatt kialakulhat bennünk. (26. ábra) (Egészségvonal, 2023)



26. ábra: Munkahelyi stressz okai

Forrás: Saját szerkesztés, Egészségvonal, 2023 alapján

A munkahelyi stressz **tünetei** az ingerültség, fáradékonyság, türelmetlenség, koncentrációs zavar, munkahelyi konfliktusok, agresszivitás. (27. ábra) Ehhez sok esetben társulnak testi és lelki tünetek is. Ilyen például a mellkasi fájdalom, a fejfájás, a depresszió, a magas vérnyomás. (Egészségvonal, 2023)

Sajnos a maximalizmusom végett jómagam is megtapasztaltam a stressz negatív hatásait. Pánikrohamaim voltak, nem láttam boldognak az életemet. Azt éreztem, hogy egy

mókuskerékben vagyok, ahol felkelek elmegyek iskolába vagy a munkahelyemre, aztán hazajövök és tanulok. Rájöttem, hogy változtatnom kell, és elkezdek rendszeresen sportolni, ami számomra kiút volt az alagút mélyéről.



27. ábra: Munkahelyi stressz

Forrás: Saját szerkesztés

### **Kiégés (burn-out)**

A stressz következményeként megemlíteném a kiégés (burn-out), amely hangsúlyos szerepet játszik a munkahelyhez való negatív hozzáállásban, a kollegákkal való arrogáns, eltaszító viselkedésben, motiváció csökkenésében, alacsony önbecsülésben. (Egészségvonal, 2023)

A **kiégés** nem más, mint a „szindróma krónikus emocionális megterhelések, stresszek nyomán fellépő fizikai, emocionális, mentális kimerülés, mely a reménytelenség és inkompetencia érzésével, célok és ideálok elvesztésével jár, s melyet a saját személyre, munkára, illetve másokra vonatkozó negatív attitűdök jellemeznek” (Ónody, 2001)

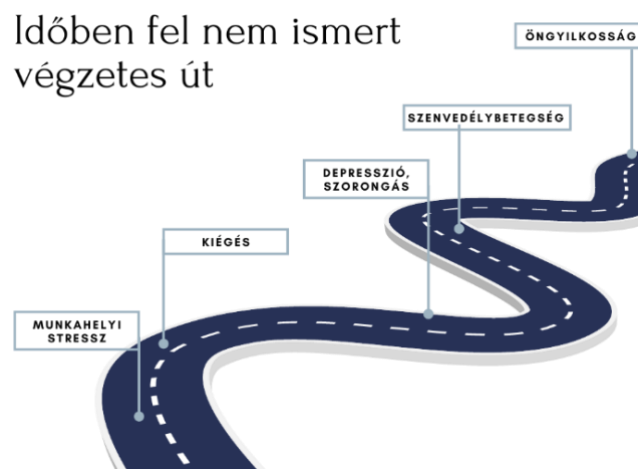
**Tünetei** közt szerepe a fizikai és lelki kimerülés, amely során eltűnik az ember életéből a boldogság, az öröm. (28. ábra) Az életbe vetett hit szinte szertefoszlik, a karrierépítés már nem cél. Társas kapcsolatok elhalnak, üresség érzete jelenik meg, amelyet negatív életfelfogás tetőz. A kiégést **okozhatja** a teljesítménykényszer, a túlzott munkahelyi elvárások. A stressz, az erkölcsi és anyagi elismerés hiánya, a karrierút felvázolásának elmaradása, az önbizalomhiány úgyszintén előszobája a kiégésnek. Kiégés **ellen** nagyon fontos a rendszeres testmozgás a lelki egészség. (Egészségvonal, 2023)



28. ábra: Kiégés

Forrás: Saját szerkesztés

A család szerepe kulcsfontosságú. Az egyént ne hagyjuk egyedül, foglalkozunk vele, mutassuk meg neki, hogy az élet szép, amit értékelni kell. A családnak, a közeli hozzátartozóinknak óriási szerepe van a kiégés által gyötört ember gyógyításában. Ha nem vesszük észre magunkon a jeleket, és a családunk sem akkor olyan, mintha felülnék egy vonatra, amelynek végállomása a halál kapuja. Kezdődik a munkahelyi stresszel, majd folytatódik a kiégéssel, depresszióval szorongással, szenvedélybetegségekkel, majd az öngyilkosság gondolatával, késői észrevétel esetén pedig egy sorspecsételő döntéssel, öngyilkossággal zárul. (Egészségvonal, 2023) (29. ábra)



29. ábra: Időben fel nem ismert, végzetes út

Forrás: Saját szerkesztés, Egészségvonal, 2023 alapján

### **Egészségfejlesztés**

Ahhoz, hogy egy vállalat sikeres legyen, az egészségfejlesztést is kiemelt fókuszterületként kell kezelnie. Honnan is indult a munkahelyi egészségfejlesztés?

Az egészségfejlesztés az **USA-ból indult**, ahol egy 1992-es felmérés szerint a munkahelyek 81%-a legalább egy egészségfejlesztő programot nyújtott a munkavállalóinak. Az idő előrehaladtával Nyugat-Európában is egyre nagyobb teret nyert ez a terület. Az Egyesült Királyságban az 1996-os adatok alapján a nagyvállalatok 69%-a, a kisvállalatok 40%-a foglalkozott már az egészségfejlesztés területével. 1989-ben az Európai Unió Minisztereinek Tanácskozásán elfogadták az „**Egészség és Biztonság Irányelvei**” című dokumentumot, amely a munkahelyi egészség- és biztonság védelemét érintette. Szigorú elvárásokat fogalmazott meg a munkavállalók és a munkáltatók számára. A vállalatok, ha az egészségmegőrzés területére is nagy hangsúlyt fektetnek, akkor csökkentik az alkalmazottak munkából való hiányzását. (Szatmári, 2018)



A legtöbb táppénzes megbetegedés háttérében valamilyen mozgásszervi betegség áll. Ilyen például a gerincfájdalom. Ha nem figyelnek a munkavállalók a saját egészségükre, akkor többször ki fognak maradni a munkából, ami lemaradással, és csökkent bérrel járhat, ez pedig előidézhetheti a szorongást, stresszt, ami az egészségügyi állapotát tovább rombolja. Életünk meghatározó részét a munkahelyünkön töltjük, ezért a vezetőknek fontos, hogy a munkahely tükrözze a helyes utat a munkavállalók számára. A 2004-es **Népegészségügyi jelentés** alapján a magyar lakosság betegségei **sportterápiával** kezelhetőek lennének. (Szatmári, 2018)

A legfontosabb **egészségfejlesztési programok** között szerepel a dohányzásról való leszoktatás, az egészséges táplálkozás, a stressz management, a rendszeres testmozgás, a kommunikáció, problémamegoldást fejlesztő programok. (Szatmári, 2018) (30. ábra)



30. ábra: Legfontosabb egészségfejlesztő programok

Forrás: Saját szerkesztés, Szatmári 2018 alapján

Az alábbi ábra segítségével szemléltetem, hogy munkavállalói és a munkáltatói oldalról milyen **pozitívumokkal** jár az **egészségfejlesztésre való odafigyelés**. (31. ábra)

<i>munkavállaló</i>	<i>munkáltató</i>
jobb egészségügyi állapot	munkaminőség növekedése
több energia	kevesebb hiányzás
alacsonyabb munkahelyi stressz	lojálisabb alkalmazottak
jobb munkahelyi légkör	csökkenő fluktuáció
nagyobb örömmel végzett munka	csökkenő munkahelyi balesetek
jobb koncentrációs képesség	munkahelyi morál javulása

31. ábra: Egészségfejlesztés pozitívumai

Forrás: Saját szerkesztés, Szatmári 2018 alapján

### 1.3.2. Társadalmi közfelelősség-vállalás (PSR)

Manapság sokakat foglalkoztat az, hogy mit tesznek a vállalatok a jövőnk érdekében. Az látható, hogy egyre több vállalat odafigyel arra, hogy beintegrálja a mindennapi működésébe a CSR (vállalati társadalmi felelősségvállalás) elveit. Ellenben keveseknek jut eszébe, hogy nem csak az üzleti szektornak(versenyszférának) van felelőssége jövőnk formálásában. Ugyanúgy **a közszférának** (állami intézmények összesége) is **ki kell vennie saját részét a társadalmi felelősségvállalásban.** (Takács, 2018)

*„A PSR tehát a közszféra intézményeinek sajátos tevékenységi területéhez kapcsolódik.”* Akkor mondható ki, hogy egy szervezet társadalmi közfelelősséget végez, ha a kötelezően előírt feladatokon túl is végrehajt olyan tevékenységeket, amelyekkel **fontos társadalmi szükségletek elégít ki, vagy problémákat old meg.** (Jakab-Rác, 2019)<sup>8</sup>

Mivel Zalaegerszeg (32. ábra) a szülővárosom és egyben otthonom is, illetve itt képzelem el a jövőmet, ezért egyre jobban érdekel, hogy egy város (önkormányzata) hogyan reagál az újszerű trendekre, a fenntartható fejlődésre, hogyan képes felelős döntéshozatalra, a jövőt tekintve milyen beruházásokat valósít meg, illetve hogyan és milyen eszközökkel tudja a város lakóinak és munkavállalóinak testi-lelki egészségét fenntartani a (PSR) társadalmi közfelelősség-vállalás tekintetében.



32. ábra: Zalaegerszeg, ahol megtalálod a jövőd

Forrás: ZMJV Paktum Portál, 2017

## 2. PIACI KITEKINTÉS A TÁRSADALMI KÖZFELELŐSSÉG-VÁLLALÁS (PSR) VONATKOZÁSÁBAN

A piaci kitekintés során a társadalmi közfelelősség-vállalás (PSR) létét, az ebben kialakult tendenciákat vizsgálom hazai és nemzetközi vonatkozásokban.

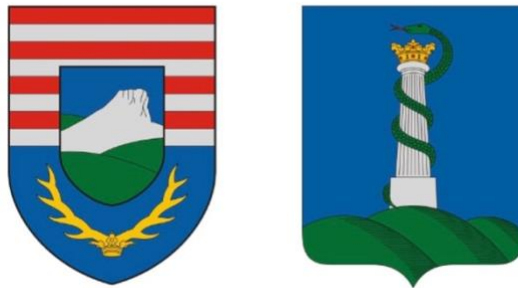
### 2.1. HAZAI KÖRKÉP

Magyarországon még nem elterjedt fogalom a PSR, azonban kutatások alátámasztják, hogy nyitottak vagyunk a társadalmi közfelelősség-vállalásra. Megállapítható, hogy egyre több

---

<sup>8</sup> A dokumentum oldalszámozás nélküli.

közintézmény nyitott a PSR területeire. De beszéljenek szavak helyett a tettek! Egyre több önkormányzat (Budaörs, Alsómocsolád) (33. ábra) és felsőoktatási intézmény (Neumann János Egyetem) is elkészítette saját PSR stratégiáját. (Jakab-Rácz, 2019)



33. ábra: Budaörs és Alsómocsolád címere

Forrás: Saját szerkesztés, Budaörsiinfó, 2011 és Nemzeti Jelképek évszám alapján

A felsoroltakon kívül a Nemzeti Média-és Hírközlési Hatóság, a Nemzeti Agrárgazdasági Kamara is kiemelten kezeli a felelősségvállalási célkitűzéseket. Az a szervezet, amely Magyarországon egyfajta **mintául** akart szolgálni mind hazai mind nemzetközi szinten a PSR tekintetében, az a **Gazdasági Versenyhivatal** volt, (34. ábra), amely 2016-ban alkotta meg saját PSR stratégiáját. Akkoriban még a fejlett országok közigazgatásában sem volt bevált gyakorlat a társadalmi felelősségvállalási stratégia elkészítése. (Jakab-Rácz, 2019)

**Budaörs városa** kitűnő hazai példa lehet a társadalmi közfelelősség-vállalás kapcsán, hiszen már 2017-ben elkészítették a stratégiai dokumentumukat, amely számos területet felölel. Ilyen például a sportélet, a köznevelés, az oktatás, az egészségügyi ellátás, az energiaellátás-gazdálkodás, a jog, a lakhatás stb. (Budaörs város társadalmi közfelelősség stratégiája, 2017)

Adódhat a kérdés, hogy **2023-ra miért nincs több önkormányzatnak PSR stratégiája?** A legnagyobb **akadályozó** a szakismeret hiánya, illetve nem nagyon terjedt még el a köztudatba az a fajta szemlélet, hogy a közszféra intézményei is vállaljanak részt ebben a formában társadalmi felelősségvállalásban. (Jakab-Rácz, 2019)



34. ábra: Gazdasági Versenyhivatal

Forrás: Gazdasági Versenyhivatal weboldala alapján

## 2.2. NEMZETKÖZI KITEKINTÉS

Az alábbiakban olyan országok és városok társadalmi közfelelősséggel kapcsolatos információkat dolgoztam fel, melyekről hiteles forráshoz jutottam két földrészen.

### 2.2.1. Egyesült Királyság

Nemzetközi szinten az **Egyesült Királyság** (35. ábra) **élen jár** a társadalmi közfelelősség-vállalás tekintetében. Az angol kormány nagyon fontosnak tartja, hogy példát mutasson, amelyhez a helyi közösségek önkormányzatai is csatlakoztak. **2012-ben** elfogadták a „Közszolgáltatási társadalmi értéktörvényt” (Public Social Value Act), amely előírja, hogy minden állami költségvetésből gazdálkodó szervezet, minden egyes beruházásnál, vásárlásnál, egyéb tevékenységnél a hármas eredménykritériumot, azaz gazdasági, társadalmi és környezeti értékeket vegye figyelembe. **2018-ban** kiadták az „Elkötelezve a kormányzás kizöldítése” című éves beszámolót. Több mint 80 oldalán át olvashatóak a különféle intézkedések és eredmények, amelyeket a minisztériumok, kormányzati szervek bevezettek és elérték. (Jakab-Rácz, 2019)

**Bristol** jó benchmark lehet más városok számára, akik kiemelt területként szeretnék kezelni a környezetük védelmét, a jóllétet, az egészségfejlesztést. Bristol **2022-2027-es társadalmi stratégiája** egy színvonalas dokumentum, amely az alábbi területekkel foglalkozik:

- Gyerekek és fiatalok,
- Gazdaság,
- Környezet és fenntarthatóság,
- Egészség, biztonság és jóllét,
- Otthonok és közösségek,
- Közlekedés,
- Hatékony fejlődésszervezés. (Bristol City Council, 2021)

A fenti dokumentum tartalmában tehát megfelel egy PSR dokumentumnak, függetlenül attól, hogy nem így nevezik azt. (Bristol City Council, 2021)

A városnak van továbbá **klímastratégiájának** célja, hogy 2030-ra karbonsemlegessé váljon, 2045-re pedig a zöld területek bővítése, a vizek tisztábbá tétele a cél. Szeretnék megreformálni a jelenlegi ellátási rendszerüket is. Cél, a jobb egészségügyi helyzet megteremtése, hogy az emberek ne szoruljanak ellátásra. Oktatás terén pedig fontos, hogy a gyerekek tisztában legyenek az egészséges életmóddal, lássák, hogy az adott étel, ital elfogyasztása, illetve a mozgás hogyan hat a szervezetükre. (Bristol City Council, 2021)

Az emberek mentális egészségére és jóllétére is nagy hangsúlyt fektetnek. Különböző mentális tréningeket szerveznek, hogy egyensúlyba hozzák az embereket önmagukkal és életükkel. A szegénység visszaszorítására is kellő figyelmet fordítanak, például a társadalmi, gazdasági egyenlőtlenségek csökkentésével minimalizálni próbálják az emberek közötti ellentétet. (Bristol City Council, 2021)



35. ábra: Egyesült Királyság zászlója

Forrás: Pixabay alapján

### 2.2.2. Finnország

Finnország (36. ábra) helyi önkormányzatai kiemelt figyelmet fordítanak a helyi lakosok és a munkavállalók jóllétére. Számos sportberuházással próbálják az emberek szemléletét egy jobb irányba terelni. Kerékpárutak, sportarénák, parkok megvalósításával biztatják az embereket a mozgásra, a stressz levezetésére. (Kuvaja-Köllner, 2022)

**Helsinki** széles körű kapcsolatai révén lehetőségeket teremt a lakosoknak az aktív mozgásra. A biciklizés az egyik legnépszerűbb közlekedési eszköz. Ezt bizonyítja, hogy híres biciklis kultúrákhoz hasonlítják, mint például Párizs, Barcelona. Kutatások alapján a városi biciklit használók aránya rohamosan növekszik. 2018-ban több mint 3 millió alkalommal használták a városi kerékpárokat, 2017-ben pedig ez a szám még csak 1,5 millió volt. 2018-ra közel 50.000-el nőtt a városi biciklit használók száma. (Smartcities and sport, 2019)

Finnország fővárosa a rendszeres testmozgást, az egészségfejlesztés kérdéskörét első számú prioritásai között tartja. Számos programot indítottak el, hogy népszerűsítsék a mozgást, sportolást. (Smartcities and sport, 2019)



36. ábra: Finnország zászlója

Forrás: Világzászló stúdió

A város rendelkezik egy **jólléti tervvel**, amit 2022-ben fogadtak el. (City of Helsinki)

Ez kiterjed a:

- mentális jóllétre,
- hobbikra, szabadidős tevékenységekre,
- fizikai aktivitásra,
- egészséges életmódra,
- jó közösségi kapcsolatokra,
- biztonságos szép városra. (City of Helsinki)

A fenti dokumentum tartalmában tehát szintén megfelel egy PSR dokumentumnak, függetlenül attól, hogy itt sem így nevezik azt.

### **2.2.3. Lettország**

A lettországi (37. ábra) Salaspils önkormányzata szintén fontosnak tartja a társadalmi közfelelősség-vállalás (PSR) kérdéskörét. Az ott élők szeretnék, hogy az önkormányzat által nyújtott szolgáltatások a társadalmi felelősségvállalás és a fenntartható fejlődés elvein alapuljanak. A lakosság számára első számú prioritás, hogy jó munkájuk, magas fizetésük, illetve saját otthonuk legyen. A minőségi oktatás, a zöld környezet, a biztonság kérdésköre sem utolsó. Figyelmet fordítanak a mozgásra ezért szeretnék, ha parkok létesülnének, ahol ki tudnak kapcsolódni és egy jót sétálni a szeretteikkel vagy egyedül. (Jékabsone – Sloka, 2015)

Kutatások bizonyítják, hogy az emberek értékelik azt, ha az önkormányzat bevonja őket a döntéshozatalba, ezen kívül nagyra értékelik a hatóságokkal való hatékony kommunikációt. (Jékabsone – Sloka, 2015)

Bár elérhető formában nem találtam meg a város PSR stratégiáját, de feltételezhető, hogy ha nem is ilyen néven, de található annak megfelelő tartalmú dokumentum.



37. ábra: Lettország zászlója

Forrás: Zászló.hu, 2023

### **2.2.4. Kanada**

A kanadai tartomány Brit Kolumbia településeinek önkormányzatai a társadalmi közfelelősség-vállalás terén az alábbi főbb irányelveket fókuszterületként kezelik, melyek az egészség, a jóllét és a fenntartható fejlődés javítására törekednek:

- biztonságos utak kiépítése a biciklisek és a gyalogosok számára,
- egészséges életmód népszerűsítése,
- tiszta levegő és víz biztosítása,
- közösségi helyek létrehozása a szocializálódáshoz,
- sportlétesítmények használatának biztosítása,
- autós közlekedés helyett gyalogos közlekedés propagálása.

A Brit Kolumbiai (38. ábra) települések önkormányzatai nem csak bicikliutakat, sportpályákat, túraútvonalakat hoznak létre, hanem különböző programokat hirdetnek a lakosság számára, amelyekkel ösztönzik őket az aktív mozgásra. (Habkirk, 2013)



38. ábra: Brit Kolumbia zászlója

Forrás: Depositphotos

Vancouverben is dobogós helyen áll a jóllét területe. A város munkáját segítik különböző szervezetek, akik által sokszínűbb a város (39. ábra). Ilyen például az önkormányzat, a városi könyvtár, a metró, az iskolák, az egészségügyi intézmények. Ezen intézmények támogatása nélkülözhetetlen az emberek jóllétéhez. (City of Vancouver)

Megállapítottam, hogy Kanada esetében is igaz, hogy a kapcsolódó dokumentumok tartalmában szintén megfelelnek egy PSR dokumentumnak.



39. ábra: Vancouver

Forrás: City of Vancouver

Az alábbi **összehasonlító táblázat** segítségével (40. ábra) összegezve mutatom be, hogy mi a helyzet hazai és nemzetközi porondon a társadalmi közfelelősség-vállalás terén, kiemelve

a kutatási témához kapcsolódóan a wellbeing és sportelemeket. Jól látható, hogy mindegyik országnál **első számú prioritások között szerepel a jóllét, az egészségfejlesztés, a fenntartható fejlődés** területe. Az intézkedések által évről évre fejlődik a városok imázsa, és csak az itt élőkön múlik, hogyan használják ki a város adta lehetőségeket.

Országok	Városok	Wellbeing	Sport
Magyarország	• Budaörs	<ul style="list-style-type: none"> <li>• köznevelés</li> <li>• oktatás</li> <li>• jog</li> <li>• energiaellátás</li> <li>• lakhatás</li> <li>• sportélet</li> <li>• egészségügyi ellátás</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• egészséget megőrző programok</li> <li>• számos sportolási lehetőség</li> <li>• aerobik, atlétika</li> <li>• kosárlabda, judo</li> <li>• labdarúgás, karate,</li> <li>• tenisz, mazzorett</li> <li>• pilates, jászat.</li> </ul>
Egyesült Királyság	• Bristol	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gyerekek és fiatalok</li> <li>• gazdság</li> <li>• környezet</li> <li>• egészség, biztonság, jólét</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• egészséges életmódra nevelés</li> <li>• mentális tréningek</li> <li>• fizikai aktivitás támogatása</li> </ul>
Lettország	• Salaspils	<ul style="list-style-type: none"> <li>• jó munkahely</li> <li>• magas fizetés</li> <li>• saját otthon</li> <li>• minőségi oktatás</li> <li>• zöld környezet</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rendszeres testmozgás</li> <li>• egészségfejlesztés</li> <li>• parkok létesítése</li> </ul>
Finnország	• Helsinki	<ul style="list-style-type: none"> <li>• egészségfejlesztés</li> <li>• rendszeres testmozgás</li> <li>• jó közösségi kapcsolatok</li> <li>• biztonság és szép város</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mozgást népszerűsítő programok</li> <li>• bicikli, mint fő közlekedési eszköz</li> </ul>
Kanada	• Vancouver	<ul style="list-style-type: none"> <li>• biztonságos utak</li> <li>• tiszta levegő és víz</li> <li>• sportolás támogatása</li> <li>• auto helyett gyalog</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sportlétesítmények</li> <li>• használatának biztosítása</li> <li>• túraútvonalak kiépítése</li> <li>• különböző programok az aktív mozgás végett</li> </ul>

40. Ábra: PSR példák hazai vs. nemzetközi szintér

Forrás: Saját szerkesztés, Budaörs város társadalmi közfelelősség stratégiája, 2017, Budaörs város önkormányzata, 2023, Bristol City Council, 2021, Jékabsone – Sloka 2015, Smartcities and Sport, 2019, City of Helsinki, City of Vancouver, Habkirk, 2013 alapján

### 3. EMPIRIKUS KUTATÁS

#### 3.1. KUTATÁSI MÓDSZERTAN

A kutatás **célja** a fenntartható fejlődés, a PSR (Public Social Responsibility) stratégiai elemek létének, valamint a munkahelyi jóllét vizsgálata egy város, Zalaegerszeg szemszögén keresztül. **Cél**, hogy kutatásom eredményei alapján más önkormányzatok is tudjanak inspirációt kapni a dolgozatomból, és hasonló törekvéseket tudjanak tenni a jövőnk érdekében. Kutatásom során hat kérdésre kívántam választ találni. (1. táblázat)

1. táblázat: Kutatási kérdések

1. Létezik-e Zalaegerszeg városnak PSR (Public Social Responsibility) startégiája?
2. Milyen lépéseket valósít meg Zalaegerszeg város a fenntartható fejlődés, a társadalmi felelősségvállalás és a munkahelyi jóllét biztosításával összefüggésben?
3. Milyen tendenciák jellemzők a társadalmi közfelelősség-vállalás kapcsán hazai és nemzetközi szinten?



4. Milyen attitűd jellemző a munkahelyi wellbeinggel összefüggésben a munkavállalók és a munkáltatók részéről?
5. Milyen sportberuházások, sportrendezvények jöttek létre Zalaegerszeg/Zala megye területén 2020-2023 között, illetve melyek a jövőbeli tervek?
6. Tekinthető-e Zalaegerszeg város benchmarknak a vizsgált tématerületeket illetően más városok számára?

Forrás: saját szerkesztés

A dolgozat módszertani szempontból az *alkalmazott kutatásokon* belül egy *értékelő kutatásnak* minősíthető, a kutatási problémák meghatározása alapján *feltáró* jellegű, más kutatási szempont alapján történő klasszifikációt illetően részben *kvalitatív* kutatásnak minősíthető.

Egyes kutatási kérdések megválaszolásához nagy hangsúlyt fektetek Zalaegerszeg város stratégiai dokumentumainak elemzésére, a sportberuházások felmérésére, amelyek Zalaegerszeg/Zala megye területén történtek 2020-2023 között. Analízist készítek arról, hogy Zalaegerszeg város milyen módon tud hozzájárulni a munkahelyi jólléthez, milyen eszközökkel tudja a lehető legmagasabb szintre emelni ezt a területet kifejezetten sportfejlesztésekkel. A PSR stratégiai keret kialakításához kapcsolódó javaslatomhoz a **szintézis módszerét** alkalmazom, vagyis egy új dolgot különféle létező elemekből kívánok összeállítani.

Alkalmazok kvalitatív és kvantitatív elemzési technikákat, továbbá primer és szekunder adatokat is feldolgozok.

Kvantitatív elemzési eszközként összeállítok egy **online kérdőívet**, melyben vizsgálom a munkahelyi jóllétet, annak eszközeit, módszereit, a kapcsolódó attitűdöt két aspektusból. Kutatást végzek arra vonatkozóan, hogy munkáltatói oldalról a cégek milyen lehetőségeket ajánlanak a munkavállalóik számára, hogy a lehető legjobban érezzék magukat, továbbá, hogy a stresszt milyen módon tudják levezetni. Munkavállalói oldalról pedig vizsgálom a foglalkoztatottak jólléti állapotát, továbbá, hogy igénybe veszik-e a cég által nyújtott jólléti lehetőségeket, mire van és nincs igényük, illetve milyen hatásai vannak a sportolást és egészségmegőrzést biztosító lehetőségeknek a munkavállalóra. E tématerülettel kapcsolatosan 3 hipotézisemet kívánom igazolni. (2. táblázat)

A feltételezések **alternatív irány nélküli hipotézisekként** kerültek megfogalmazásra, amikor is a változók közötti összefüggést igen, viszont annak konkrét irányát nem határozzuk meg előre.

2. táblázat: A kutatás hipotézisei

H1: A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják az adott munkahelyen maradást illető motivációkat.

H2: A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják a munkahellyel való elégedettség, a stressz, a kiégés mértékét, az eddigi munkahelyek számát, valamint a munkahelyváltásra vonatkozó igényt.

H3: A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják azt, hogy a testmozgás a mindennapok részét képezi-e vagy nem a munkavállaló esetében, továbbá azt, hogy milyen mértékben érzékelik a sportolás és egészségmegőrzés jólléti hatását.

Forrás: saját szerkesztés

A **kérdőív** részben zárt kérdéseket tartalmazott, de található benne nyitott kérdések, illetve 7 fokozatú Likert skálán értékelendő válaszok. (1. melléklet)

**Adatfelvétel időpontja:** 2023. 08. 22-2023.09.04.

**Célcsoport:** munkavállalók

**Mintavétel módja:** nem valószínűségi mintavétel/ hólabda módszer

**Minta elemszáma:** 152

**Az adatfeldolgozás módszerei:** statisztikai módszerek (egyszerűbb mutatószámok, összefüggésvizsgálat).

Kvalitatív elemzésként **strukturált interjút** készíték Zalaegerszeg város alpolgármesterével, melynek célja a feltárás, megismerés, megértés. Az interjú lebonyolításához előzetes kérdéssort készítettem vezérfonalként. (3. melléklet) Az interjú alkalmas bizonyos jelenség minőségi megismerésére, és az azzal összefüggő vélemények, attitűdök, hiedelmek összegyűjtésére és elemzésére (Boncz, 2015). Az interjú előzetes vezérlő kérdései **nyitott kérdések** voltak.

**Interjú alany kiválasztás módszere:** célirányos módszer (nem valószínűségi mintavétel)

**Interjú alany:** Bali Zoltán, Zalaegerszeg Megyei Jogú Város alpolgármestere

**Interjú készítésének időpontja:** 2023.09.13.

**Interjú készítésének helyszíne:** Zalaegerszeg Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatala, Zalaegerszeg, Kossuth Lajos utca 19.

**Az interjú feldolgozásának módszerei:**

- **Kondenzáció** (sűrítés), azaz az interjú során nyert információk összefoglalása.
- **Kategorizáció** (csoportosítás): a szöveg a kutatási kérdésekhez történő hozzárendelése.

**Technikai eszközként** az MS Word és Excel programokat használtam fel. Az Excel program Adatelemzés funkcióját, továbbá függvényeket is alkalmaztam az eredmények számszerűsítéséhez.

### 3.2. ZALAEGRSZEG PSR STRATÉGIÁJÁNAK MEGALAPOZÁSA

Kutatásom középpontjában Zalaegerszeg PSR stratégiájával kapcsolatos kérdések állnak, melyet olyan városnak neveznek, ahol megtalálhatjuk a jövőnket. Véleményem szerint ez a minősítés nem véletlen, hiszen amit a városvezetés évek óta tevékenykedik, az kitűnő benchmark lehet más városok számára is. Ritka az olyan polgármester, aki ennyire szívügyének érzi a városát és az ott élők boldogságát. Nem véletlen, hogy az Év Polgármestere lett Balaicz Zoltán 2021-ben (41. ábra). (VZs. – Seres, 2021)



41. Ábra: Az év polgármestere  
Forrás: VZs. – Seres, 2021

Kutatásom során megállapítottam, hogy **Zalaegerszegnek jelenleg nincs PSR stratégiai dokumentuma**, azonban dolgozatom végére tisztán látható lesz, hogy gyakorlatilag egy dokumentumban összefoglalhatók lennének a város főbb PSR területei, intézkedései, és ezáltal egy színvonalas stratégia látna napvilágot.

A város jó kapcsolatot ápol az itt működő vállalatokkal, különböző érintettekkel, közös ügyként kezelik a társadalmi felelősségvállalást, amelynek nagyon nagy szerepe van jövőnk formálásában. Véleményem szerint egy városvezetés jobban át tudja formálni az emberek

szemléletét egy jobb irányba, mint egy vállalat, hiszen az itt lakók saját bőrükön tapasztalják meg a különböző szemléletformáló intézkedéseket, míg egy vállalat nem tud tevékenységével ilyen szinten hatni az emberekre. (Budaörs város társadalmi közfelelősség stratégiája, 2017)

Zalaegerszeg PSR stratégiájának körvonalazásához **Budaörs társadalmi közfelelősség-vállalási stratégiáját vettem alapul**, amely segítségével meghatároztam a közigazgatás társadalmi felelősségvállalási területeit.

Az alábbi táblázatban látható, hogy 2015-ben Budaörs mely PSR tevékenységi területekre fókuszált stratégiai dokumentumában (2. táblázat). Pipával jelöltem a dolgozatom témájához releváns, x-el pedig a nem részletezett területeket, mivel ezek nem tartoznak szorosan a kutatási témámhoz.

3. táblázat: Budaörs PSR tevékenységi területei

1. Közlekedés	✓	
2. Köznevelés	✓	
3. Helyi média, kiadványok	✓	
4. Kultúra	✓	
5. Közbiztonság	✓	
6. Rendezvények	✓	
7. Helyi társadalom	✓	
8. Egészségügy	✓	
9. Sport, szabadidő	✓	
10. Helyi gazdaság, Vállalkozások	✓	
11. Környezetvédelem, Energiahatékonyság	✓	
12. Helyi közigazgatás, menedzsment		✗
13. Épített környezet védelme		✗
14. Szociális ellátás		✗
15. Nemzetközi kapcsolatok		✗
16. Önkormányzat menedzsment		✗

Forrás: Saját szerkesztés, Budaörs város társadalmi közfelelősség-vállalás stratégiája,

2017 alapján

### 3.3. ZALAEGRSZEG PSR TEVÉKENYSÉGI TERÜLETEINEK MEGHATÁROZÁSA

A város stratégiai dokumentumait átvizsgálva megállapítottam, hogy Zalaegerszeg város intézkedései teljes mértékben illeszkednek a minta alapján megjelölt PSR tevékenységi területekhez, ezért dolgozatomat a pipával jelölt területek vizsgálása köré építem. A kiemelt területek vizsgálatakor Zalaegerszeg stratégiai dokumentumait elemeztem, ezek alapján a **szintetizálás** módszerével építettem fel az egyes tématerületeket, továbbá valós példákkal is alátámasztom azokat.

#### 1. Közlekedés

A Zalaegerszeg 2030 gazdaságfejlesztési stratégia című dokumentumban részletes rálátást kaphatunk a városban folyó, gazdasági, oktatási, környezeti, humán erőforrások fejlesztéseiről. (Zalaegerszeg 2030 gazdaságfejlesztési stratégia, 2021) (42. ábra)

#### Vasút fejlesztés

Zalaegerszeg vasúti fejlesztéseivel kiemelkedő logisztikai és közlekedési centrummá szeretne válni. Ehhez fejleszteni kell a vasúthálózatot, hiszen Európa egyik piacvezető vállalata, a **METRANS** Zalaegerszeget választotta arra, hogy kiépítse a legmodernebb vasút-közúti konténer terminálját és logisztikai központját (52. ábra). A beruházás értéke 30 milliárd forint, amely 120 új munkahelyet teremt. (Zalaegerszeg 2030 gazdaságfejlesztési stratégia, 2021)

#### Reptérfejlesztés

A **Hévíz-Balaton nemzetközi repülőtér** fejlesztése által a város a gazdasági előnyök kivételével mellett fellendíti a megye turisztikáját is. (Zalaegerszeg 2030 gazdaságfejlesztési stratégia, 2021)



42. ábra: Közlekedés

Forrás: Saját szerkesztés, Balaicz Zoltán, Greentech 2022, 2021, MTI 2020, MTI, 2021 weboldal alapján

## Közút fejlesztés

Az **M76-os kétsávós gyorsforgalmi út** megépítése által a város értéke nagyot ugorhat. A belső közlekedési kapcsolatokról is érdemes néhány szót ejtenem. A városban egyre jobban nő a forgalom, ezért a városi közlekedési kapcsolatokat is fejleszteni kell. A Kovács Károly Városépítő Program keretében 2024-ig új utak, járdák parkolók épülnek meg, amely a belvárosi közlekedés szempontjából egy élhetőbb környezetet teremt. Ilyen például a Kosztolányi út kétirányúsítása. (Zalaegerszeg 2030 gazdaságfejlesztési stratégia, 2021)

A fenntarthatósági irányelveket figyelembe véve a város önkormányzata támogatja a kerékpárral való közlekedést is. Számos akciót, programot hirdet a kerékpározás népszerűsítése érdekében. (Zalaegerszeg 2030 gazdaságfejlesztési stratégia, 2021) Ilyen például a „**BringázzZeg**” nevű program, amely során az itt lakók közösen kitekernek az Alsóerdei Sport és Élmenyparkba. Ezen kívül elkészült a Gébárti-tóhoz kivezető kerékpárút, megújultak a belvárost összekötő kerékpárutak. Aki pedig hosszabb távra vágyik akár Zalaszentivánig is el tud kerékpározni. (43. ábra) (Nagy et al., 2023)



43. ábra: Új kerékpárutak Zalaegerszegen

Forrás: Fraunhofer, 2023 alapján

## 2. Köznevelés

Zalaegerszeg közoktatási intézményei is folyamatosan fejlődnek. A **városi napelemprogram** részeként napelemes rendszer épül számos óvoda tetejére, amely az intézmények teljes áramfogyasztását biztosítja. Ilyen például a Mikes utcai és a Kodály utcai óvoda. (Balaicz Zoltán) A Radnóti utcai óvoda sósobával bővült. 990 millió forintból megújul a Szent Család Óvoda. (ZEG éwertkelő, 2022) A családok számára egy fedett 4 évszakos játszóház építése is tervben van, amely a Zalaegerszegen lakó kisgyermekek számára örömteli játékpercekkel okozhat a téli hideg időben is. (Fraunhofer, 2023)

Általános iskolák terén említésre méltó az Eötvös József Általános Iskola, amely 492 millió forintos ráfordítással újult meg. A Dózsa György Általános Iskola diákjai új

tornacsarnoknak örülhettek, amely 1,2 milliárd forintos kormányzati támogatással épült meg. (ZEG évértékelő, 2022)

Középiskolások sem maradtak ki az újításokból, hiszen elkezdődött a Széchenyi István Technikum, a Deák Ferenc Technikum, a Zrínyi Miklós Gimnázium felújítása. (ZEG évértékelő, 2022)

A Pannon Egyetem Zalaegerszegi Egyetemi Központja, illetve a város Önkormányzata, a Zala Megyei Kereskedelmi és Iparkamara, a Vállalkozók és Munkáltatók Országos Szövetségének Zala Megyei Szervezete között létrejött egy együttműködési megállapodás, amelynek célja egy „Felhő Campus” kialakítása, ami egyben virtuális oktatótér és közösségi tér. (ZEG évértékelő, 2022) (44. ábra)



44. ábra: Köznevelés Zalaegerszegen

Forrás: Saját szerkesztés, ZEG évértékelő 2022, Frauenhoffer, 2023 alapján

### 3. Helyi média, kiadványok

A városmárkázásra való odafigyelés tökéletes arra, hogy minél több befektető figyelmét fel tudják kelteni. Fontos, hogy megismerjék Zalaegerszeget és az itt történő fejlesztéseket, beruházásokat, és ide tegyék le voksukat más városokkal szemben. A város imázsának jót tesz, ha nem csak az újságban jelenik meg, hanem az online térben is, ahol több emberhez eljuthat Zalaegerszeg múltja, jelene, jövője. De hogy hol is olvashatunk, hallhatunk Zalaegerszegről? (45. ábra) Ilyen például a **ZAOL.hu**, amely megtalálható Facebookon is, ahol olvashatunk Zalaegerszeg híreiről. (ZAOL.hu) A fizikai kiadványt kedvelők pedig a **Zalai Hírlapot** vásárolhatják meg. Aki nem szeret olvasni, annak a **Zalaegerszegi Televízió** potenciális hírcsatorna tud lenni. Személy szerint én minden este a YouTube-on megnézem a **TVZeg** nevű csatornán az aznapi híreket. Aki pedig szeret zenét hallgatni, de mellette a helyi hírekről, fontos információkról is szeretne információt szerezni, annak tökéletes választás az **Egerszeg Rádió**. A rohamosan fejlődő világ miatt az online térre egyre nagyobb hangsúly hárul. A Facebookon **EgerszegiHírek** nevű oldalon, nem csak hírekről, hanem programajánlókról is olvashatunk. (Facebook, EgerszegiHírek, 2023) A **város**

**polgármestere** megtalálható **Facebookon**, sőt **YouTube-on**, **Instagramon** és a **Tik Tok** platformon is, ahol évről évre egyre nagyobb feliratkozószámot produkál.



45. ábra: Zalaegerszeg helyi médiái

Forrás: Saját szerkesztés, Facebook Balaicz Zoltán, Balaicz Zoltán, YouTube Balaicz Zoltán, Tik Tok Balaicz Zoltán, Zalaegerszegi Televízió, Egerszeg Rádió, ZAOL.hu, Facebook EgerszegiHírek, Lapcentrum weboldal alapján

#### 4. Kultúra

Zalaegerszeg egyik meghatározó kulturális eseményeként megemlíthető a város **1247-es írásos említésének 775 éves évfordulója**. A városvezetés tisztelete jeléül számos új köztéri alkotást készített. (Czobor Mátyás, Ifjúkori Deák Ferenc a Pajtások városmakett, kiadványok, történelmi albumok, történelmi konferenciák) Ezen kívül a város történetét bemutató állandó kiállítást is meglehet tekinteni a Mindszentyneumban. (Frauenhoffer et al., 2022)

Az imént említett **Mindszentyneum** (Mindszenty József Látogatóközpont) is fontos kulturális állomása Zalaegerszegnek, amely Mindszenty József bíboros életútját mutatja be. Ezen kívül állandó és időszakos kiállítások is szerepelnek a repertoáron. (Mindszentyneum. 2023)



46. ábra: Kultúra Zalaegerszegen

Forrás: saját szerkesztés, Pánczél – pP 2022, Mindszentyneum 2023, Balaicz Zoltán 2022, Tourinform Zalaegerszeg 2022, Zala Média 2022, alapján



Nagy örömmel fogadják az itt lakók a **múzeumok éjszakája** nevű programsorozatot, ahol Zalaegerszeg nevezetességeiről, értékeiről hallhatnak. A részt vevő intézmények között szerepel a Göcsej Múzeum, Mindszentyneum, Göcseji Falumúzeum, Zalaegerszegi Törvényszék, Deák Ferenc Megyei Könyvtár. (Göcseji Múzeum, 2023)

Ezen felül a város méltón megemlékezik minden évben a magyar történelem kiemelkedő alakjairól, eseményeiről. (46. ábra)

## 5. Közbiztonság

A város közbiztonsága büszkeségre adhat okot, hiszen **2022**-ben is Zalaegerszeg lett az 50.000 fő feletti kategóriában, a legbiztonságosabb város. Konkrét számok tekintetében egész évben **2 lakásbetörés, 1 gépkocsifeltörés és 0 gépkocsi ellopás** volt. (Frauenhoffer, 2023) Véleményem szerint ez egy nagyon fontos tényező lehet a jövőben Zalaegerszeget, mint új otthon választó egyéneknek. (47. ábra)



47. ábra: Zalaegerszeg közbiztonsága 2022-ben

Forrás: Frauenhoffer, 2023

Az alábbiakban részletesebb rálátást kaphatunk arról, hogy Zalaegerszeg városa miként és hogyan is menedzseli napjaink kihívásait például a fenntartható fejlődést, a társadalmi felelősségvállalást, az itt lakók és munkavállalók jóllétét, boldogságát tekintve.

## 6. Rendezvények

Sokakban felmerül a kérdés, hogy egy város hogyan tud hozzá járulni a munkahelyi jólléthez? Az alábbi programok, rendezvények évről évre minőségi kikapcsolódásra invitálják az itt lakókat, ahol ki tudnak szakadni a munkahelyük okozta hajtásból, stresszből. Ezek a rendezvények nemcsak felejthetetlen élményben részesítik az itt lakókat, hanem erősebb lokálpatrióta öntudathoz is hozzásegítik őket. (48. ábra)

Nyaranta ellátogathatunk a **kvártélyházi nyári szabadtéri színházba**, ahol számtalan színdarabot tekinthetünk meg. Az én kedvenc darabom a Pál utcai fiúk voltak. (ZEG éwertékelő. 2022)

Amit a legtöbben várnak minden évben az a **Zalaegerszegi Sörfesztivál, az Egerszeg Fesztivál és a Vadpörkölt és Bor Fesztivál**. (ZEG éwertékelő, 2022)

A **Göcsej Prózafesztivál** is nagy sikereknek örvendhet, amely új helyszínnel (Gébárti Szabadiós Parkkal) bővült. (ZEG, éwertékelő 2022)

Örökre szóló élményt nyújt a város idősebb és fiatalabb korosztályainak az ingyenes **filmzenei koncert**, amely a Zalaegerszegi Szimfonikus Zenekar közreműködésével valósulhat meg. (ZEG éwertékelő, 2022)

Új rendezvény is letette névjegyét városunkba, amely **Mustra Grill & Chill**, névre hallgat. (ZEG éwertékelő, 2022)

A gasztronómia szerelmeseit a **Street Food Weekend** programjaival várják, ahol a monoton mindennapokból egy pörgős hétvégébe csöppenünk bele, amit egy kiadós étellel akár egy hamburgerrel vagy különleges desszertekkel fojthatjuk le. (ZEG éwertékelő 2022)



48. ábra: Zalaegerszeg rendezvényei

Forrás: Saját szerkesztés, ZMJV Hivatalos portálja 2019, 2021, Frauenhoffer, 2023, Kertváros Zalaegerszeg 2022, Csodálatos Magyarország 2023, Arany Horváth Zsuzsa, 2023, YouTube 2022, Ancsy 2021, ZEG éwertékelő 2022

A város a forró nyár közepette **kertmozival** várja az érdeklődőket, ahol felejthetetlen mozi élménnyel gazdagodhatnak. 2023-ban első alkalommal rendezték meg a piknik mozit a Vizslaparkban, ahova nem kellett más, mint egy pokróc amire ráültünk és egy limonádé, amit elszürcsöltünk a mozifilm alatt. (Arany Horváth Zsuzsa, 2023)

Véleményem szerint ez egy nagyon jó kezdeményezés volt a város részéről, mivel így még jobban össze tudnak kovácsolódni az itt lakók, és újabb barátságok szülehetnek. Nagyobb szükség van ezekre a programokra, mint gondolnánk.

De ne feledkezzünk el a téli programokról sem! Egyik legikonikusabb zalaegerszegi program a Dísz téren megrendezésre kerülő **Egerszegi Advent**. (Frauenhoffer,2023)

## 7. Helyi társadalom

Zalaegerszeg városa mindig is figyelt arra, hogy amit szervez, legyen szó fesztiválról rendezvényről, programról, azok hozzáadott értékkel is bírjanak, illetve valamilyen nemes célt szolgáljanak. Ilyen volt például a **Vadpörkölt és Borfesztivál jótékonyági vad- és halfőző programja**, amely 2022-ben **4.786.500 Ft**-ot gyűjtött össze a Zalaegerszegi Egészségügyi Alapellátási Intézmény javára. (ZEG éértékelő, 2022) (49. ábra)

Az **Aquacity jótékonyági főzőnap** mára már egyfajta hagyomány a Zalaegerszegen élők körében. A rendezvény sikerességét tükrözi, hogy 21. alkalommal rendezték meg. A 2022-es évben 58 csapattal, 27 felajánló céggel, 3254 látogatóval, közel **10,5 millió forint** támogatást gyűjtött össze. A támogatást a 175 éves Szent Rafael Kórház illetve meg. (Bánfi – B. K. 2023) 2021-es évben a zalaegerszegi óvodák számára 9.699.200 Ft gyűlt össze. (ZEG éértékelő, 2022) Az időseket sem elfelejtve a **landorhegyi jótékonyági lecsónapon 350.000 Ft**-ot adományoztak az Idősek Gondozóházának. (ZEG éértékelő, 2022)

Azonban egy nagyon sajnálatos tüzeset rávilágította arra, milyen fontos is a helyi összefogás, a csapatmunka, a városvezetés és a bajba jutottak közötti kommunikáció. Egy biztos, hogy Zalaegerszeg és az itt lakók jelesre vizsgáztak. A tragikus események leforgása alatt az otthonukat elvesztők buszokban melegedhettek. A hír hallatán szinte azonnal intézkedni kezdett a városvezetés Balaicz Zoltánnal, aki elsőként hívta össze a károsultakat a közösségi házba, ahol próbáltak megoldást találni a lakhatásukkal kapcsolatban. Akik nem találtak maguknak ideiglenes otthont, azokat az önkormányzat felkarolta és segítette az elszállásolásban. (Nagy – Elmont,2023) Gondoljunk bele, milyen érzés az, amikor egész életen át dolgozunk, nagy nehezen megvesszük a házunkat, amit az évek során szépítünk és egy perc alatt mindenünk megsemmisül.

Zalaegerszeg önkormányzata kérdés nélkül felajánlotta, hogy a kárfelmérés követően, ha szükséges, pénzbeli segítséget is nyújt a házak helyreállításához. (Balaicz, 2023)

A városvezetés nem csak pénzbeli segítséget ajánlott fel a károsultaknak, hanem soron kívüli azonnali ügyintézkést a Zala Megyei Kormányhivatalban, ezen felül a törmelékek

eltakarítását szinte 1-2 napon belül elkezdték. A Zala-Müllex Kft. konténerekkel segítette a folyamatok gyorsítását. Az eset utáni napokban villanyszerelő is kellően átvizsgálta a lépcsőházakat. A város megnyitott egy számlaszámot is, ahová adományokat lehetett felajánlani a károsult családok számára. Ezen kívül a Keresztury Dezső Városi Művelődési Központban adománypontokat alakítottak ki, ahová ruhákat, játékokat, tartós élelmiszereket, tanszereket is felajánlottak. (Balaicz, Facebook 2023) Nem véletlen a szlogen, hogy „Zalaegerszeg a segítség, az összefogás és a jótékony város!” (ZEG évértékelő, 2022, 45. oldal)



49. ábra: Helyi társadalom Zalaegerszegen

Forrás: Saját szerkesztés, ZEG évértékelő 2022, ZAOL, 2023, Balaicz 2023, FOTO ZALAEGERSZEG Facebook oldala 2023 alapján

## 8. Egészségügy

Zalaegerszeg szívügyének érzi a helyi kórházat, amelyet jól tükröz, hogy nem fenntartója a város önkormányzata, ennek ellenére számos felújítást végrehajtott az egészségügyi intézmények tekintetében. (ZEG évértékelő, 2021) (50. ábra)

Elkezdődött az **SZTK felújítása**, **egynapos sebészet** alakult a kórházban. Ezen kívül **65 új parkoló** létesült a kórház körül. (ZEG évértékelő, 2022) Új szakorvosok Zalaegerszegrre történő letelepedése érdekében, **elektromos autókat** ajánlottak fel a kórháznak. Lényege, hogy az a szakorvos, aki vállalja, hogy a Zala Megyei Szent Rafael Kórházban fog dolgozni, egy autókulccsal és egy lakáskulccsal lesz gazdagabb. (Frauenhoffer, 2022) Véleményem szerint ez egy nagyon jó kezdeményezés volt, hiszen így a munkavállaló motivált lesz, új kihívásokkal fogja szembe találni magát, ezáltal fejlődni fog szakmailag, emellett se autó, se lakás vásárlásával nem kell foglalkoznia.

Ezen felül több mint 58 millió forintból **megújult a hidroterápiás medencéje** a kórháznak, amelyhez az **AquaCity jótékonyági nap** bevétele is nagymértékben hozzájárult. (ZEG évértékelő, 2021)

Kiemelt egészségügyi programként megemlíteném a **Richter Egészségváros** nevű programot, amely több mint 10 egészségügyi szűréssel, számos egészségnevelő előadással várta az érdeklődőket. (Szakál et al., 2022)

Akik részt vettek a szűréseken, előadásokon (300 Ft/fő) hozzájárulhattak a jótékonysági akcióhoz, amelyet a Zala Megyei Szent Rafael kórháznak adományoztak. A program egyfajta szemléletformáló hatással is bír a kilátogatókra, hiszen az egészséges életmód, az egészségtudatosság felé terelik őket. (Szakál et al., 2022)

Mi is a legfontosabb egy ember életében? Az egészsége. Ha az nincs akkor semmilye sincs. Tegyük az egészségünkért, amíg nem késő!



50. ábra: Egészségügy Zalaegerszegen

Forrás: Saját szerkesztés, Fraunhofer,2022, ZEG évértékelő 2021, Richter 2022, ZMJV Hivatalos Portál 2022, Szakál et al., 2022 alapján

## 9. Helyi gazdaság

Zalaegerszeg egyik legfontosabb feladatának tekinti a **gazdaság fejlesztését** és az **új munkahelyek** teremtését. Az elmúlt években több tíz milliárd forint értékű beruházás valósult meg és ami büszkeségre adhat okot, az az, hogy **4.400 új munkahely** jött létre. 2014-ben a munkanélküliség aránya 7,5%-volt, ami 2022-re 2,6%-ra csökkent. (ZEG évértékelő, 2022)

A gazdaságfejlesztés egyik fő eleme Zalaegerszegen a **Zala Zone Járműipari Tesztpálya**, amely 45 milliárd forintos kormányzati ráfordítással valósult meg. Jó, hogy a város térségébe ilyen nagy vonzerőjű létesítmény épült meg, hiszen sorra vonzza a további nagy kiegészítő beruházásokat. Ilyen például a **Rheinmetall**, az **AVL** és **Bosch**, akiknek közel 1000 új munkahelyet köszönhetünk. A **DronMotive** város drónkutatói és fejlesztési központot szeretne kialakítani, amely újabb 200 munkahelyet teremt. Említésre méltó a **Metrans** logisztikai vállalat zalaegerszegi terminálberuházása is, ami további 500 munkahelyet teremt. (ZEG évértékelő, 2022) (51. ábra)

A helyi gazdaság fejlesztésének része a közlekedés fejlesztése is, amit tükröz a vasút, a reptéri (**Hévíz-Balaton nemzetközi repülőtér**) és a közútfejlesztés. (Az **M76-os kétsávos gyorsforgalmi út**, új járdák és parkolók) (Zalaegerszeg 2030 gazdaságfejlesztési stratégia, 2021)

Nekem volt szerencsém közelről megtekinteni a Zala Zone Járműipari Tesztpályát, hiszen a városvezetés 2021-ben szervezett egy nyílt napot a helyi lakosok számára, ahol biciklivel járhattuk körbe a tesztpálya részeit. A Smart City nyerte el tetszésemet, olyan volt, mint egy komplett város, csak miniben.



51. ábra: Zalaegerszeg helyi gazdasága

Forrás: Saját szerkesztés, ZEG évvértékelő, 2021, 2022, Vigh László, 2021, Világgazdaság 2022, MTI/Iho , 2021, Kanizsa újság, 2022, ZMJV Hivatalos Portálja, 2021 alapján

## 10. Környezetvédelem, energiahatékonyság

Napjaink egyik legnagyobb kihívása a fenntartható fejlődés iránti küzdelem. Fontos, hogy ne csak a vállalatok mutassanak példát, hanem a városok is. Büszke vagyok, hogy a város, ahol élek ennyire felelősségteljesen gondolkodik, cseleksedik és példát mutat a feltörekvő generációnak és arra is, hogy Zalaegerszeg lett Magyarország 2. helyezett városa az „Európa Zöld Városa Díj” nemzetközi versenyben. Büszke vagyok, hogy itt lakhatok és részt vehetek a jövőnk szebbé tételében. (ZEG, évvértékelő 2021)

A XXI. század sürgősen megoldandó feladati közt szerepel a klímaváltozás kezelése. Gondoljunk bele, milyen nagy viharok csapnak le nyáron? Özönvíz szerű esőzések, dió nagyságú jegek. Egy nyári napon a hőmérséklet akár elérheti a 38 fokot is. Zalaegerszeget számos probléma sújtja e téren. Ilyenek például a villámárvizek, az erdők és természeti értékek veszélyeztettsége. **A város klímavédelmi jövőképe, hogy „2030-ra energiahatékony élhető, fenntartható és zöld megyeszékhellyé válik.”** (Vibrocomp Kft., 2020, 101 oldal)

Az alábbiakban számos projektet, intézkedést szeretnék bemutatni, amelyek nagyban hozzájárulna egy élhetőbb szebb jövő megvalósításához.

Zalaegerszegen az üvegházhatású gázok kibocsátásnak jelentős része a közlekedésből ered. Ennek megoldására 2016-ban elkészült Zalaegerszeg **Fenntartható Városi Mobilitás Terve**, amely középpontjában az ember áll. A városunk teljes mértékben elkötelezett a fenntarthatóság iránt, amelyet méltón tükröz, hogy itt készült el elsőként a Fenntartható Városi Mobilitás Terv, amely kiter a térségi elérhetőség javítását támogató, a gazdasági pozíció erősítését támogató, a közösségi közlekedés fejlődését támogató, a lágy közlekedési módok fejlődését támogató, városi mobilitást támogató projektekre. (Derts et al.)

Mit is jelent az, hogy fenntartható a város? „*Hosszú távon biztosítottak a városi funkciók működési feltételei, a környezetminőség legalább azonos szinten tartásával.*” (Derts et al., 7. oldal)

**Lakossági felvilágosító kampányok** között szerepel a **bringás reggeli, az autómentes nap** (minden évben szeptember 22-én arra ösztönzik a lakosságot, hogy környezetkímélő módon közlekedjenek) a **„Mozdulj a klímáért!”** (ehhez a felhíváshoz több zalaegerszegi általános iskola is csatlakozott, akik megismerkedtek a klímavédelemmel a környezetvédelemmel stb.) és a **Föld órája mozgalom.** (Vibrocomp Kft. 2020)

### **Zalaegerszeg Smart City 2050**

A város célja, hogy 2050-re a megújuló energiaforrások terén 100%-os ellátottsági szintet érjen el. (Vibrocomp Kft.,2020)

### **Ökoiskolák**

Az iskolák minden tanévben elnyerhetik az ökoiskola címet. Központi elem a környezeti nevelés, ami nemcsak a tanításban kell, hogy megjelenjen, hanem a gyerekek számára szervezett táborok tematikájában, étkeztetésében is. Zalaegerszegen sok intézmény elnyerte ezt a címet. Ilyen például a Zalaegerszegi Ady Endre Iskola, Gimnázium és Alapfokú Művészetoktatási Intézmény, a Béke ligeti Általános Iskola, A Kölcsey Ferenc Gimnázium, a Ganz Ábrahám, és a Munkácsy Mihály Szakközépiskola és Szakiskola. (Vibrocomp Kft., 2020)

**Zöld Kampusz Zalaegerszeg mintaprojekt** keretein belül a Pannon Egyetem zalaegerszegi kara geotermikus fűtést használ az Infocentrumban, ezen felül energetikai felújítást is végeztek, a hulladéktermelés csökkentése érdekében átálltak a szelektív hulladékgyűjtésre. Kerékpártárolók épültek, hogy minél többen járjanak kétkerékkel.

Kiépült egy tanösvény is, amely során megismerkedhetünk a fenntartható életmóddal, megoldásokkal. Ehhez a projekthez társult „A zalaegerszegi Zöld Kampusz napelemes fejlesztése” című projekt, amely 204 napelem-modulból álló rendszert épített ki az egyetem intézményeire. (Pannon Egyetem Zalaegerszegi Egyetemi Központ, 2021)

### **Faültetés program**

2019-ben a városvezetés belekezdett a faültetési programba, melynek célja, hogy 2024-ig 5 ezer új fát ültessenek el. Azonban az 5 ezer új fa elültetése nagyon gyorsan teljesült, hiszen közel 20 vállalkozás beállt a környezetvédelmi akció mögé, ezért nem túlzás megcélozni, hogy 2024-ig akár 10 ezer új fát is ültethetünk. (Letenye Média, 2022) (52. ábra)

Az elektromos közlekedési járművek (roller, busz, autó, bicikli) szerepe felértékelődött a klímasemlegesség elérése érdekében, ezért az önkormányzat **11 új elektromos autóbust** is beszerzett a helyi tömegközlekedési flottába, ami által csökken a város szén-dioxid terhelése. (ZEG éértékelő 2021, Balaicz Zoltán)

A **kerékpár**használók aránya egyre jobban növekszik a városban, aminek én személy szerint nagyon örülök. Nekem van egy elektromos rollerem is, amivel sokkal gyorsabban odaérek egyik helyről a másikra. Magamnak is időt spórolok meg, illetve a környezetemmel is jót teszek a kibocsátást illetően.

A **GreenTech szakkiállítás** és konferencia a fenntartható fejlődés, energiagazdálkodás tekintetében egy nagyon hasznos eseménysorozat. Én mindegyiken részt vettem, és minden alkalommal bővíteni tudtam a tudásomat. (ZEG éértékelő, 2022)

2023-ban elindult az **ingyenes lakossági LED-csereprogram**, amely az energiaválság negatív hatásai csökkentésére irányult. A lakosság a hagyományos izzókat, modern energiatakarékos ledes izzókra cserélhetik, teljesen ingyen. Az önkormányzatnak fontos, hogy az itt lakók ne érezzenek semmit az energiaválságból. (Kolozsvári et al., 2023, ZEG éértékelő, 2022)

A rászorulóknak a **város gázár és villamosenergiaár támogatási programmal** próbált segíteni, ami annyit jelentett, hogy azok a családok, akiknek a fogyasztásuk az államilag támogatott rezsiköltség fölé emelkedett, azoknak anyagi segítséget nyújtott az önkormányzat. (ZEG éértékelő, 2022)

A **városi napelemprogram** részeként, napelemes rendszer épül számos óvoda tetejére, amely az intézmény teljes áramfogyasztását biztosítja. Ilyen például a Mikes utcai és a Kodály utcai óvoda. (Balaicz Zoltán)





52. ábra: Környezetvédelem, energiahatékonyság Zalaegerszegen

Forrás: Saját szerkesztés, Greentech, 2021 mp4 videó, Balaicz Zoltán, ZMJV Hivatalos Portálja 2023, Pannon Egyetem Zalaegerszegi Egyetemi Központ 2020, ZAOL.hu 2021 alapján

## 11. Sport, szabadidő

Zalaegerszeg sporttal kapcsolatos beruházásai, fejlesztései érintettek meg engem a legjobban. Nem véletlen, hogy ez a terület adja dolgozatom fő vázát, hiszen élek halok a sportért, az aktív pihenésért. Szeretném bizonyítani, hogy ha egy város odafigyel arra, hogy színes sportolási és kikapcsolódási lehetőségeket nyújt az itt lakóknak, akkor nem csak a munkahelyi jóllétüket emeli magasabb szintre, hanem hozzájárul egy sokkal boldogabb, nyugodtabb, egészségtudatosabb és kiegyensúlyozottabb társadalomhoz is, ami a vállalatok számára egy motivált, dolgozni vágyó munkaerőt eredményez.

Szeretném felnyitni minden város figyelmét, hogy ideje erre a területre még nagyobb hangsúlyt fektetni, mint valaha eddig.

Zalaegerszeg büszke lehet magára, hiszen 1996-ban elnyerte a **Nemzet Sportvárosa címet**. Ennek függvényében a városvezetés odafigyel arra, hogy kellő sportlétesítmény, sportszervezet létesüljön. 2021-ben Zalaegerszegen 81 sportszervezettel köztük 45 sportággal büszkélkedhet. Ez a szám is azt mutatja, hogy nagyon széles sportkínálat van a városban. A város sporttámogatása említésre méltó, hiszen 2018-ban 547.974.000 Ft-ot fordított a sportra. 2019-ben pedig elérte az 567.999.000 Ft-ot. (Balaicz et al.)

Az alábbiakban ki fogok térni Zalaegerszeg Sportkoncepciójára, ami a 2021-2026-os időszakot öleli fel, a város sportjának jövőképe. (Balaicz et al.) Ezen felül kitérek az elmúlt évek sportrendezvényeire.

Minden itt lakó számára szeretne a város **sportolási lehetőséget** biztosítani. A kisgyermeknek tanuljanak meg úszni mire elérik a **10. életévüket**. Ezen felül a **diáksport versenyeken** való részvételt is kellő támogatást kap. Az **idősebb korosztály számára**

változatos sportolási lehetőségeket szeretnének biztosítani az egészségük megőrzése érdekében. A város szeretné, ha a sportegyesületek **kiszámítható gazdasági környezetben** stabil lábakon tudjanak tervezni. Az imázs tekintetében pedig **színvonalas sportrendezvények** házigazdája szeretne lenni Zalaegerszeg. (Balaicz et al.) Jövőbeli sportberuházási tervek között egyet hangsúlyoznák ki, ami nem más, mint egy új multifunkcionális sportcsarnok megépítése. (Kolinek,2023)

A város sportberuházásaiba részletes betekintést tudok nyújtani, mivel döntő többségét heti szinten látogatom.

2020-ban számos **Street workout pályával** bővült a Vizslapark, a Parkerdő az Ifjúsági Sportcentrum, és a Sportcsarnok mögötti tér is. (Arany,2020)

2022-ben pedig az Alsóerdei Sport és Élmenyparkban is létesült szabadtéri sportolásra alkalmas pálya. Akik a beltéri területen zajló testépítésben és a kardiózásba, csoportos crossfit edzésben találják meg boldogságukat azokat nyitott kapuval várja a Cutler Fitness Zalaegerszeg, az XXL Fitness Zalaegerszeg, a Zone Gym, a Cross Gym Factory, A Sportutca fitness. Döböntem látom, amikor megyek edzeni, legyen az hétköznap vagy hétvége, tele van a terem.

Aki pedig szeret futni, focizni, street workout pályát használni azok számára az **Ifjúsági sportcentrum** kiváló lehetőség, hiszen minden egy helyen van. Ezen felül számos atlétika versenynek ad otthont.

A város támogatja a kerékpározást is. Rengeteg kerékpárút épült és továbbra is épülni fog a városban. Az Alsóerdőn kerékpáros pályarendszer (Pump track) épült, amit a kis gyerekektől egészen az idősebb felnőtt generáció használhat. (ZEG éértékelő, 2021)

2021-ben az **Ostoros Károly Csarnok** is megújult, ami nagyon sok sportesemények ad otthont. Ezen kívül új tenispálya épült a ZTE Tenisz Klub területén (ZEG éértékelő, 2021)

A város a feltörekvő generáció sportolási kikapcsolódására is odafigyel, hiszen ők is leterheltek mentálisan. A **Dózsa György Általános Iskolának új tornaterme** épült. Ez nagy segítség volt az iskolának, hiszen eddig 600 tanuló számára egyetlen egy tornaszoba állt rendelkezésre. (ZEG éértékelő, 2021) Megépült a **Mindszenty József Általános Iskola, Gimnázium és Kollégium új sportközpontja**. A Sportcsarnok otthont ad nemzetközi sportversenyek lebonyolítására, illetve a Zalaegerszegi Vívó Egylet is itt tartja edzéseit, versenyeit. (Magyar Kurir, 2021)

2021-ben megújították a jégcsarnokban a fűtési rendszer, a világítást is korszerűsítették, aminek nagyon örülhetnek a zalaegerszegi lakosok, hiszen télen több százan vesznek részt a közönség korcsolyázásban. (ZEG évértkelő, 2021)

Véleményem szerint a 2022-es év hozta a közkedvelt új sportberuházásokat. Egyik legkedveltebb kikapcsolódási lehetőség télen nyáron a 2022-ben megnyílt **új uszoda**, a Zalaegerszegi Sport- és Tanuszoda és Városi Strand. Szauna világ is tartozik a létesítményhez, ami úgyszintén minőségi kikapcsolódásra invitálja az embereket. (ZEG évértkelő, 2022)

Az **Alsóerdei Sport-és Élmenypark** nem csak a sportolni vágyókra, hanem a családokra is gondol, hiszen tematikus hétfégi programokat is szerveznek, ami összehozza a helyi lakosokat. Sportpályák, futópálya kalandpark, mászófal várja az érdeklődőket. Csapatépítő tréningek helyszínéül is szolgálni szokott a kalandpark. (ZEG évértkelő, 2022)

Aki a természetben való futással, sétálással szereti levezetni a munka által okozott frusztrációt annak tökéletes választás a **Horhosok útja**, a **Páfrányok útja** és a **Tölgyek útja** is. Hétfévente a családommal szoktam az erdőket járni, ahol kikapcsoljuk az agyunkat nem gondolunk semmire, csak hallgatjuk a madarak csiripelését. (ZEG évértkelő, 2022)

A Gébárti-tó is egy nagyon jó kikapcsolódási pont lehet a város lakói számára, ahol nyaranta az újonnan megnyílt **Gébárti Tóstrandon** pihenhetnek, télen körbesétálhatják a tavat miközben gyönyörködnek a tájban. A Gébárti-tó ad otthont a Zalaegerszegi Kajak kenu és Sárkányhajó Egyesületnek is. (Balaicz et al.)

2023. nyarán országos kajak-kenu, és sárkányhajó versenyt rendeztek, ami nagyon sikeres volt. (EgerszegiHírek, 2023)

Az alábbiakban szemléltetni szeretném a sporttal kapcsolatos fesztiválokat, rendezvényeket.

A város figyel, hogy közösségformáló erejű rendezvényeket is szervezzen a sport köré. Ilyen például a 2022-es **ZTE Fieszta**, ahol tematikus programok színesítették a napot. Sőt nagy meglepetésre a ZTE legyőzte a vendég, AC Milan csapatát. A közel 12 ezer kilátogató kék fehér szívvel buzdította a csapatot. (ZEG évértkelő, 2022)

Kiemelt eseményként megemlíteném a **Restart Sportfesztivált**, ami számomra a kedvenc nyári sportprogram. (ZEG évértkelő, 2022) A program keretein belül 2022-ben megtartották a Restart Funkcionális Fitness Nemzeti Bajnokság világbajnoki kvalifikációs versenyét, ezen kívül kosárlabda hétfégét tartottak, küzdősport gálát, spártai akadályversenyt, spinning kihívást, fitness edzést. A Dechatlon előtt sportolási lehetőségek

várták a kicsiket, nagyokat, felnőtteket. A kerékpározás és gyaloglás szerelmeseit különböző nehézségű vezetett túraútvonalak várták. Természetesen a futóknak is volt program, nekik városi félmaratonot szerveztek. (Restart Fesztivál, 2022)

Ez a program szerintem nagyon hasznos tud lenni a kicsiknek is és a felnőtteknek is, hiszen rengeteg ismeretterjesztő előadást hallhatnak például az egészséges táplálkozásról, ezen kívül számos sportágat kipróbálhatnak, amivel bővíthetik a tudástárukat. (Balaicz et al.)

A 2022-es **Rally Show** is minőségi kikapcsolódást nyújtott az itt lakóknak, akik nagyon közelről csodálhatták meg a több száz lóerős autókat. Jó látni, hogy a város közútjai ilyen eseményeknek is teret adhatnak. (Zalaegerszeg Turizmusa,2022)

Az Aqua Cityben nem csak fürödni lehet, hanem tematikus napokkal is várja szinte minden hétvégén az érdeklődőket. A sportnapon én mindig kint vagyok barátaimmal, családommal, akikkel a vízi aerobic, vízi vetélkedőkben szoktunk részt venni. (Sportnap az Aquacityben)

Kerékpározás népszerűsítő programokból sincs hiány, ilyen a „**BringázZeg**” nevű program, amely során az itt lakók közösen kitekernek az Alsóerdei Sport és Élményparkba. Ezen kívül elkészült a Gébárti-tóhoz kivezető kerékpárút, megújultak a belvárost összekötő kerékpárutak. Aki pedig hosszabb távra vágyik az akár a Zalaszentivánig el tud kerékpározni. (TVZeg, 2023) (53. ábra)

Zalaegerszegről rajtolt 2023-ban a **Tour de Hongrie** második szakasza, amely a város életében egy meghatározó esemény volt. (N. J. – G. Zs. – Seres,2023)



53. ábra: Sport, szabadidő Zalaegerszegen

Forrás: saját szerkesztés, YouTube 2022, Frauenhoffer, 2023, N. J. – G. Zs. – Seres 2023, Zalaegerszeg Turizmusa, 2022, Magyar Építők 2022, ZEG évértékelő 2022, Greentech 2021 mp4 videó, Greentech 2022 mp4 videó, F. M. - F. M. – Seres 2022, Balicz Zoltán,2020, Cutler Fitness Zalaegerszeg weboldala alapján

### 3.4. PRIMER KUTATÁSI EREDMÉNYEK

#### 3.4.1. Kérdőíves megkérdezés eredményei

Kvantitatív elemzésként összeállítottam egy **online kérdőívet**, melyben vizsgáltam a munkahelyi jólétet, annak eszközeit, módszereit, a kapcsolódó attitűdöt két aspektusból: munkaadói és munkavállalói szemszögből. Feltárni igyekeztem, hogy munkáltatói oldalról a cégek milyen lehetőségeket ajánlanak a munkavállalóik számára azért, hogy a lehető legjobban érezzék magukat, továbbá kerestem azon megoldásokat, amelyekkel a stresszt levezetik. Munkavállalói oldalról megvizsgáltam, hogy miért veszik igénybe a cég által nyújtott lehetőségeket és ezeknek milyen hatása van a munkavállalóra.

##### 1. A minta demográfiai jellemzői

###### *Foglalkoztatókra vonatkozó adatok*

A foglalkoztatókra vonatkozó kérdések során megtudtam, hogy a munkaadó milyen gazdasági kategóriába, milyen vállalati méretbe, melyik gazdasági ágazatba tartozik.

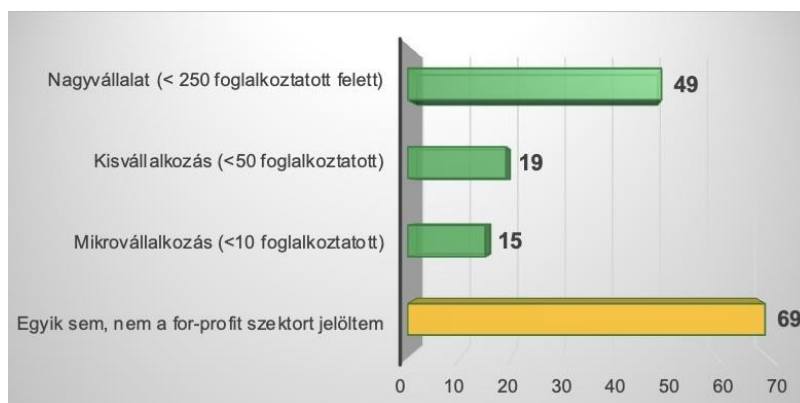
A megkérdezettek **több mint fele (55%) a forprofit szektorban**, a válaszadók kicsivel **több mint egyharmada az állami szektort** jelölte. (54. ábra)



54. Ábra: A foglalkoztató gazdasági kategóriába tartozása (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

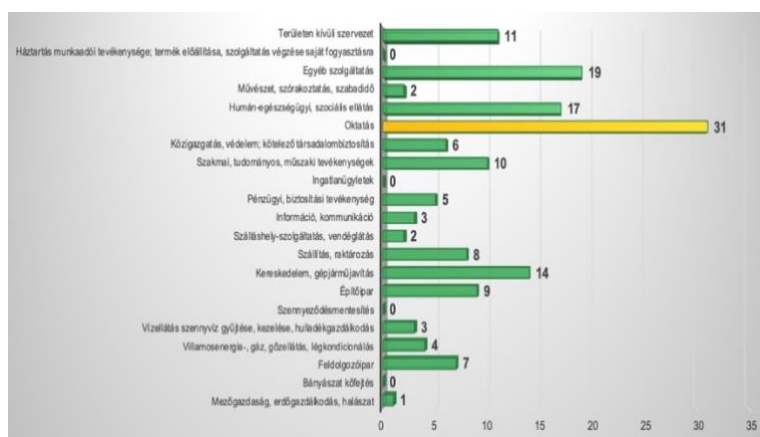
A **forprofit szektoron** belül dolgozók **közel egyharmada (32%) nagyvállalatnál** van. Azonban a válaszadók **közel fele (45%) állami vagy non profit szektorban** dolgozik. (55. ábra)



55. Ábra: Forprofit szektoron belüli vállalati méretek (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

A válaszadók munkáltatójának **egyötöde** (20%) az **oktatás** ágazatban tevékenykedik. (56. ábra)



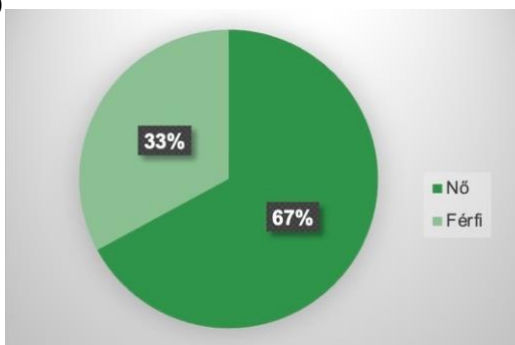
56. Ábra: A foglalkoztatók tevékenységének ágazatok szerinti eloszlása (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

### Foglalkoztatottakra jellemző adatok

A demográfiai jellemzőknél választ kaptam arra, hogy a válaszadók nemére, életkorára, foglalkozására vonatkozóan milyen karakterisztikát mutat a mintám.

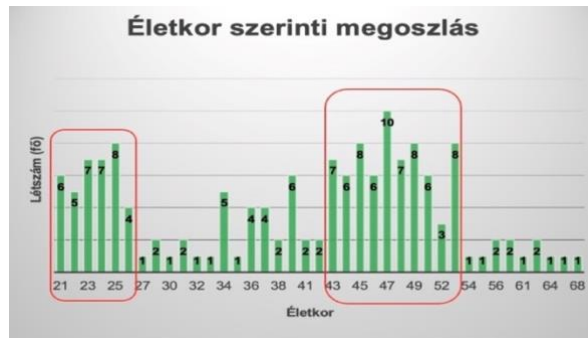
A kitöltők többsége **nő** volt (67%), és az is megfigyelhető, hogy ők **kétszer annyian** voltak, **mint a férfiak**. (57. ábra)



57. Ábra: Nemek szerinti megoszlás

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

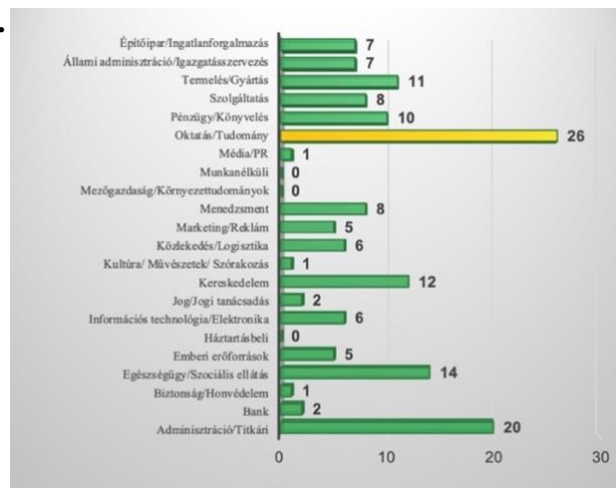
A kitöltők többsége középkorú volt, de szép számmal kiveszi a részét a fiatalabb korosztály is a mintában. (58. ábra). A dobogó legtetején a **47 éves** korosztály áll **10 fővel**, ami a **sokaság 7%-át** teszi ki.



58. Ábra: Életkor szerinti megoszlás

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

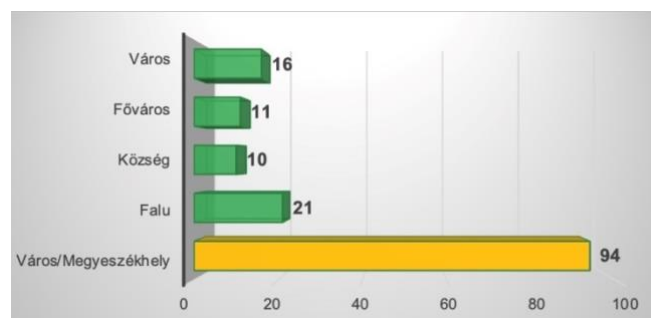
A válaszadók **közel egyötöde (17%)** az **Oktatás/Tudomány** szakterületet jelölte meg foglalkozásaként. (59. ábra) Nem sokkal lemaradva az **Adminisztráció/titkári** foglalkozás aránya **közel 15% volt**.



59. Ábra: Foglalkozás szerinti eloszlás (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

A kitöltők **több mint fele (62%-a)** **Város/Megyeszékhely** településtípusban él, azonban a **falvakban** élők aránya is **közel 15%**. (60. ábra)



60. Ábra: Településtípusban élők eloszlása (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

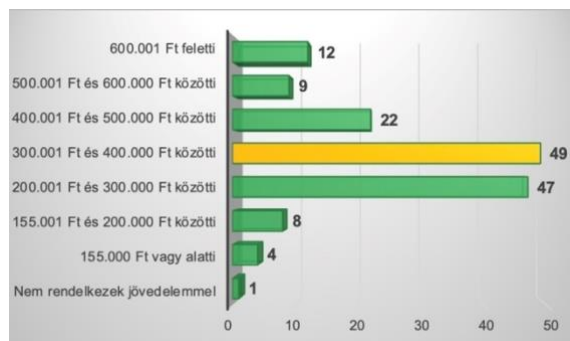
A kitöltők legmagasabb iskolai végzettségét tekintve megfigyelhető, hogy kicsivel **több mint egyharmada (34%), felsőfokú végzettséggel** rendelkezik. (61. ábra) Megállapítottam, hogy a válaszadók közül **mindenki (152 fő) legalább középfokú végzettséggel** bír.



61. Ábra: Legmagasabb iskolai végzettség szerinti eloszlás (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

A következő ábra a kitöltők havi nettó jövedelmét mutatja. (62. ábra) A válaszadók **közel egyharmada (32%) 300.001- Ft és 400.000 Ft között** keres havonta. Ezt szorosan követi **31%-kal a 200.001 Ft és 300.000 Ft közötti nettó havi fizetés.**



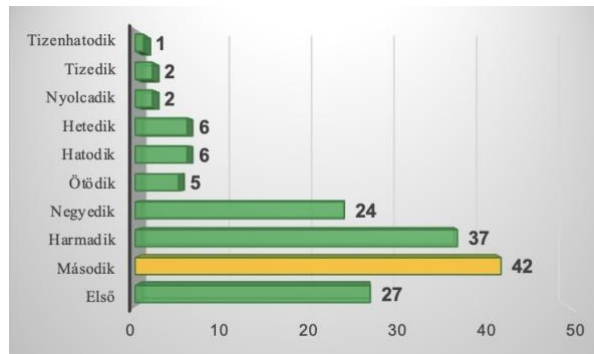
62. Ábra: A kitöltők nettó havi jövedelem kategóriánkénti eloszlása (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

## 2. Témaszpecifikus kérdések

A következő kérdés arra irányult, hogy hányadik munkahelyükön dolgoznak a kitöltők. Látható, hogy a válaszadók **közel egyharmada (28%) jelenleg a második munkahelyén dolgozik**, azonban szorosan követi ezt a **kitöltők negyede**, akik a harmadik munkahelyükön vannak. (63. ábra)

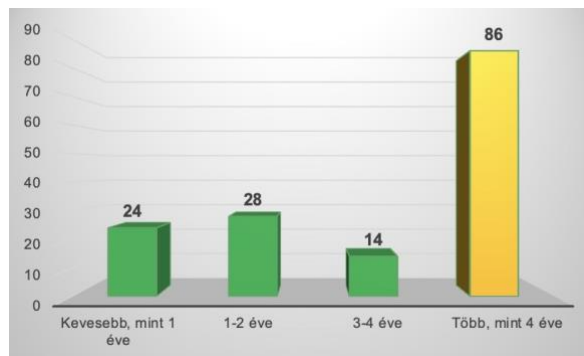




63. Ábra: A válaszadók eloszlása annak alapján, hogy hányadik munkahelyükön dolgoznak (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

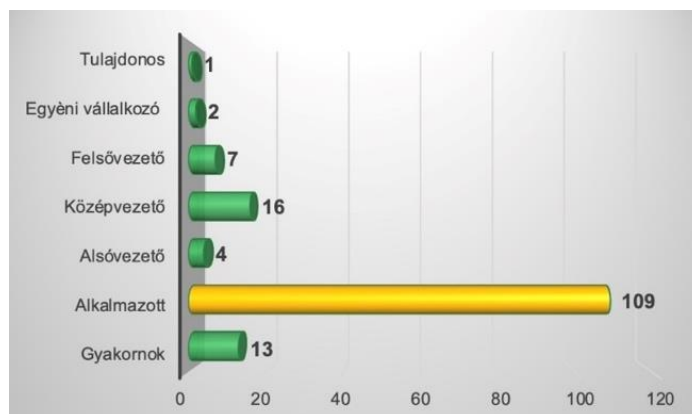
A válaszadók **közel 60%-a több mint 4 éve** dolgozik a jelenlegi munkahelyén. (64. ábra)



64. Ábra: A válaszadók eloszlása a jelenlegi munkahelyen eltöltött idő alapján (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

A kitöltők **közel háromnegyede (72%) alkalmazotti** státuszban van, második jelentősebb kategória a középvezetői állás. (65. ábra)

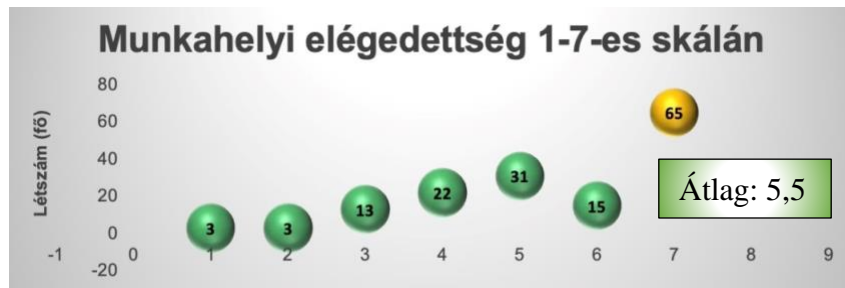


65. Ábra: Beosztás szerinti eloszlás (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

Megkértem a kitöltőket, hogy egy 7 fokozatú Likert skálán jelöljék meg, mennyire elégedettek a munkahelyükkel. A legtöbben, **közel 50%**, úgy nyilatkoztak, hogy

**maximálisan elégedettek.** (66. ábra) A mintára vonatkozó **átlagérték 5,5**, ami azt jelenti, hogy alapvetően elégedetteknek minősíthetjük a megkérdezett dolgozókat.



66. Ábra: Munkahelyi elégedettség mértéke 7 fokozatú Likert skálán (fő)  
 Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

A kitöltők **több mint fele (57%-a)** azonban **nem teljesen elégedett** a munkahelyével, vagyis a maximális 7-es értéknél kisebb értéket jelölt meg. (2. melléklet 83. ábra)

Akik nem teljesen voltak elégedettek a munkahelyükkel (7-esnél kisebb értéket adók), azoknál az **alacsony fizetés** játszott döntő szerepet az értékelés megadásakor. **Közel egynegyedük (22%) ezt az indokot írta.** (67. ábra) A következő fontosabb ok a megbecsültség hiánya, a kiszámíthatatlanság és a változások, majd a rossz munkahelyi légkör volt.



67. Ábra: A munkahelyükkel nem teljesen elégedettek eloszlása okcsoportok szerint (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

A következőkben arról kérdeztem a kitöltőket, hogy gondolkodtak-e munkahelyváltáson az elmúlt 1 évben. A válaszadók **60%-a** mondott **nemet**. (2. melléklet 84. ábra)

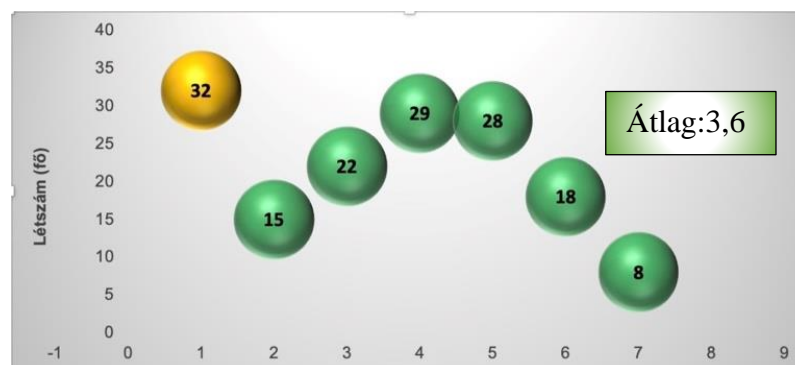
A munkahelyükkel nem elégedettek **közel egyötöde** az **alacsony fizetés miatt** gondolkodott el a váltáson. (68. ábra) Fontos ok volt még a túlterheltség, illetve a kiszámíthatatlanság, a változások.



68. Ábra: A munkahelyváltáson gondolkodók eloszlása okcsoportok szerint (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

A következőkben arra kértem a kitöltőket, hogy jelöljék meg egy 7 fokozatú Likert skálán, hogy munkahelyük miatt mennyire érzik magukat stresszesnek. A legtöbben, kicsivel több mint **ötödük**, úgy nyilatkozott, hogy **egyáltalán nem stresszes** a munkahelye miatt, ugyanakkor **sokkal többen vannak** azok (kb. 80%), **akik valamilyen mértékű stresszt átélnek a munkahelyükön**. (69. ábra) Utóbbiak közül 70% közepes vagy annál nagyobb mértékű stresszt érzékel (4-7 pontszámhoz tartozó értékek). A mintára vonatkozó **átlagpontszám 3,6**, amely jelzi, hogy ha a 4-es értéket vesszük átlagosnak (1-7-es skálán a középérték), akkor **alapvetően jelen van a munkahelyi stressz**.

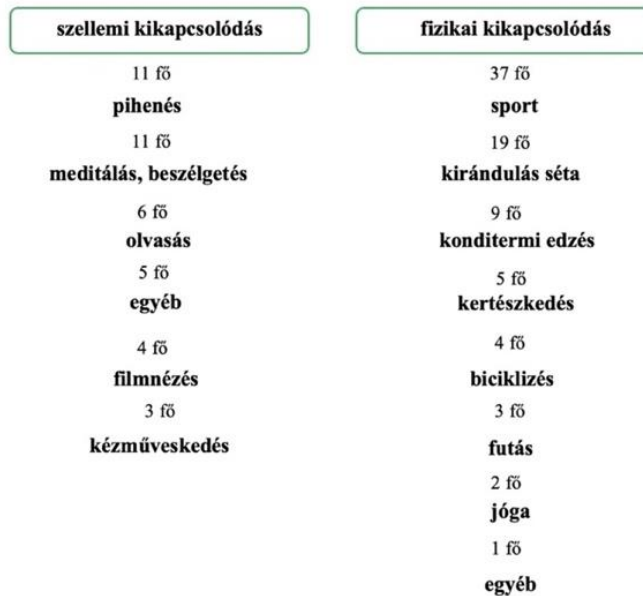


69. Ábra: A munkahelyi stressz értékelése 1-7-es skálán (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

Fentebb megállapítható volt, hogy a kitöltők **négyötöde (79%) stresszes** a munkahelye miatt. (2. melléklet 85. ábra)

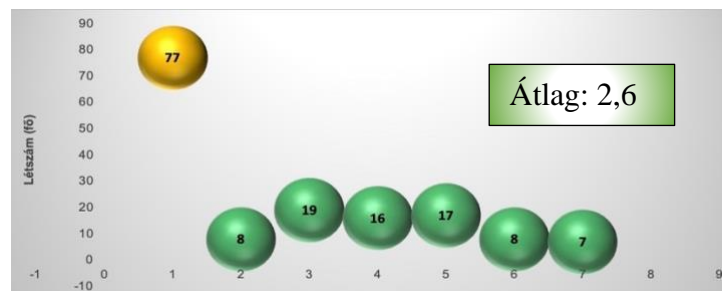
A stresszes egyének körülbelül **60%-a fizikai, közel 40%-a szellemi** jellegű kikapcsolódásban keres enyhülést a stressz alól. (70. ábra)



70. Ábra: A munkahelyi stressz levezetésére alkalmazott megoldások csoportjai szerinti eloszlás (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

A **kitöltők fele (51%)** úgy nyilatkozott, hogy **egyáltalán nem érzi magát kiégve a munkahelye miatt, viszont a másik fele** valamilyen mértékben **érzi ezt.** (71. ábra) A sokaságra jellemző **átlagérték 2,6**, amely a 7-es skálán valóban egy alacsony értéknek tekinthető.



71. Ábra: Kiégés mértékének értékelése 7 fokozatú Likert skálán (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

Az alábbi kördiagram viszont jól mutatja azt, hogy a kitöltők **közel fele (49%) valamilyen mértékben kiégve érzi magát.** (2. melléklet 86. ábra)

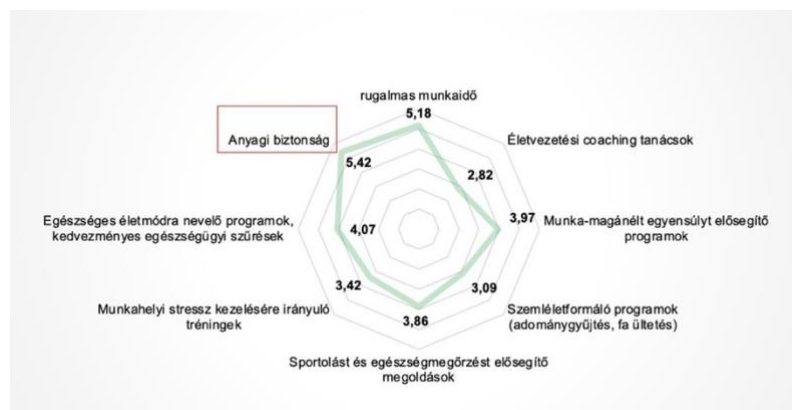
Akik kiegészve érzik magukat, azokat arról is megkérdeztem, hogy miért van ez így. Legtöbben **(31%) a fásultságra, a túlterheltségre és a motiváció hiányára** hivatkoztak. (72. ábra)



72. Ábra: Kiegész szerinti eloszlások okcsoportok szerint (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

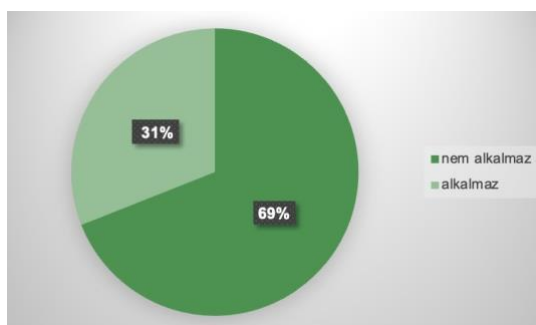
A következő azt kellett értékelni egy 7 fokozatú Likert skálán, hogy a felsorolt tényezők mennyire motiválják az egyént a munkahelyen maradás szempontjából. (73. ábra) A kitöltők az **anyagi biztonságot** tartották a **legfontosabb motiváló tényezőnek** (5,42). Másodikként a rugalmas munkaidőt, harmadikként az egészséghez kapcsolódó területet jelölték meg. Az **életvezetési coaching tanácsok** motiválóak a **legkevésbé** számukra.



73. Ábra: Munkahelyen maradás motivációinak értékelése

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

Kutatásomból kiderült, hogy a válaszadók munkahelyének **több mint a fele (69%) nem alkalmaz jólléti elemeket.** (74. ábra)



74. Ábra: Jólleti elemek alkalmazása szerinti megoszlás

Forrás: saját szerkesztés, primer kutatás alapján

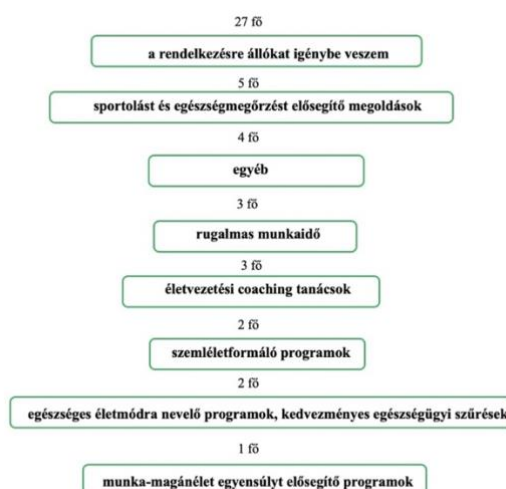
Ahol viszont vannak jólleti elemek, ott megfigyelhető, hogy **közel 80%-uk a rugalmas munkaidőt tartja a legfontosabbnak.** (75. ábra)



75. Ábra: Alkalmazott jólleti elemek fontosságának megítélése (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

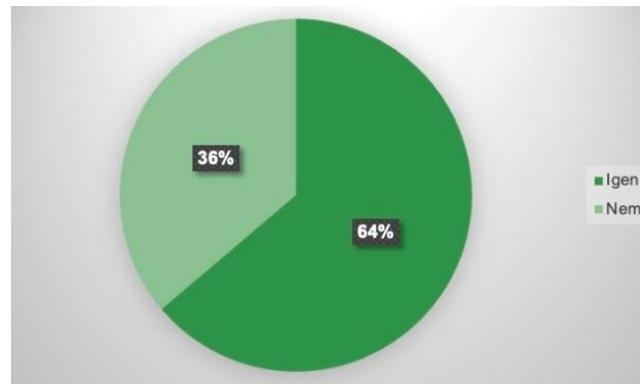
Azt is megkérdeztem, hogy a megjelölt jólleti elemek közül melyeket nem veszik igénybe. Kiderült, hogy a válaszadók **közel egyötöde (18%) igénybe veszi a megjelölt jólleti elemeket.** (76. ábra)



76. Ábra: Az igénybe vett jólleti elemek kategóriák szerint (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

Dolgozatom egyik fókuszpontja a sport kérdésköre. Ennek kapcsán megkérdeztem a kitöltőket, hogy a testmozgás a mindennapjaik részét képezik-e? A válaszadók jóval **több, mint felének** (64%) a **testmozgás a mindennapjai részét képezi.** (77. ábra)



77. Ábra: Megoszlás a mindennapos testmozgás végzése alapján

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

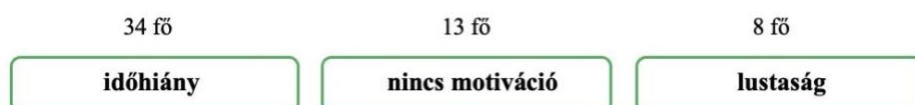
Azoknál, akik valamilyen testmozgást végeznek, a megadott mozgásfajtákat **két kategóriába** soroltam: alacsony és magas intenzitású mozgásfajták. (78. ábra) Kiderült, hogy a mindennapos testmozgást végző **több, mint egyharmada a sétát és a futást** részesíti előnyben.



78. Ábra: Mindennapos testmozgási formák alapján történő eloszlás (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

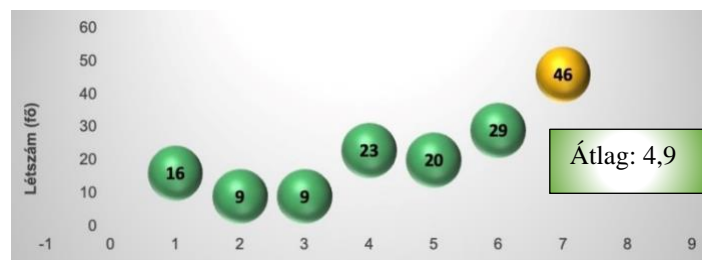
Akik **nem végeznek semmilyen testmozgást**, azok főleg **időhiányra** hivatkoztak. (79. ábra).



79. Ábra: A kitöltők testmozgás hiányának okcsoportjai szerinti eloszlása (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

Megkértem arra is a kitöltőket, hogy egy 7 fokozatú Likert skálán jelöljék meg, hogy ha a munkahelyük bevezetne sportolási, illetve egészségmegőrző programokat, akkor várhatóan mennyire éreznék magukat jobban mentálisan és fizikálisan. A kitöltők **közel egyharmada** (30%) úgy nyilatkozott, hogy ha a munkahelye bevezetne bármilyen sportolási lehetőségeket, akkor maximális mértékben **jobban érezné magát mentálisan és fizikálisan**. (80. ábra) Csupán egy tizedük jelezte, hogy semmilyen javulásra nem számítana, tehát körülbelül 90%-uk valamilyen mértékű javulásra mindenképpen számítana. A mintára jellemző átlagérték 4,9.

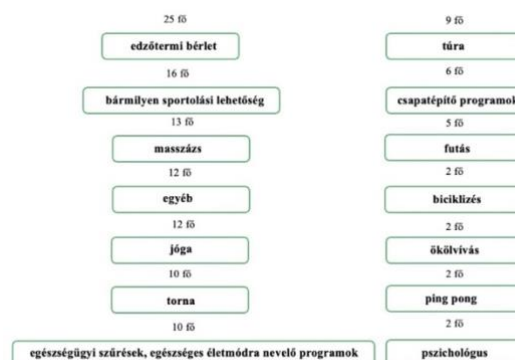


80. Ábra: Munkahelyi sport és egészségmegőrzést elősegítő programok bevezetésének értékelése 7 fokozatú Likert skálán (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

A kitöltők körülbelül **négyötöde (83%)** valamilyen sportolási és egészségmegőrző programokra vágya munkahelyén. (2. melléklet 87. ábra)

Akik vágnak valamilyen programra, esetükben látható, hogy leginkább **edzőtermi bérletet szeretnének, de többen bármilyen sportolási lehetőségnek** is örülnének (81. ábra)



81. Ábra: Igényelt sportolási és egészségügyi programfajta (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

Az utolsó ábra azt mutatja, hogy milyen munkahelyi jólléti programokat javasoltak a kitöltők. A válaszadók **majdnem egynegyede bármilyen sportolási lehetőségnek** örülne a munkahelyén. (82. ábra)





82. Ábra: Javasolt jólléti programtípusok (fő)

Forrás: Saját szerkesztés, primer kutatás alapján

### 3. Összefüggésvizsgálatok eredményei

Az összefüggésvizsgálatok elvégzésével **célom**, hogy statisztikailag is igazoljam egyes, a **munkavállalókat jellemző demográfiai sajátosságok befolyásoló szerepét** a kutatásban kialakult egyes **eredményekre**, a dolgozat témáját tekintve **kiemelten a munkahelyi jóllét és a sport területére**. Ennek kapcsán három, alternatív irány nélküli hipotézist fogalmaztam meg.

Figyelembe vett **demográfiai jellemzők**:

- ✓ foglalkozás,
- ✓ nemi hovatartozás,
- ✓ korcsoport,
- ✓ gazdasági szektor,
- ✓ havi nettó jövedelem,
- ✓ kvalifikáció (végzettség),
- ✓ földrajzi elhelyezkedés.

Vizsgálendő **tématerületek**:

- *munkahelyi jóllét*: munkahellyel való elégedettség, a stressz, a kiegész mértéke, az eddigi munkahelyek száma, a munkahelyváltásra vonatkozó igény;
- *sporttoláshoz való viszony*: mindennapi testmozgás, a sportolás és egészségmegőrzés jólléti hatása;
- *munkahelyi lojalitás*: a munkahelyen maradáshoz vezető motivációs elemek erőssége.

Az összefüggésvizsgálatokat az **MS Excel program Adatelemzés funkciójának** segítségével végeztem el. Az eredmények a vizsgált jellemzők közötti kapcsolat irányát és szorosságát adták meg. (4. táblázat)

4. táblázat: Összefüggésvizsgálat a foglalkozás és a munkahelyi stressz mértéke között

	foglalkozás	munkahelyi stressz mértéke
foglalkozás	1	
munkahelyi stressz	0,04	1

Forrás: Primer kutatás alapján saját számítás

A lefuttatott összefüggésvizsgálatok eredményeiről egy **összefoglaló táblázat** készítettem. (5. táblázat)

5. táblázat: Az összefüggésvizsgálatok eredményei

DEMOGRÁFIAI ADATOK/Szemponok	Munkahelyi jóllét					Sportoláshoz való viszony	
	Munkahelyi elégedettség	Stressz	Kiegészítés	Hányadik munkahelyen dolgozik	Munkahelyváltás gondolata	Testmozgás végzése I/N	Sportolás és egészségmegőrzés jövléti hatása
Foglalkozás	-0,07	0,04	0,07	0,00	0,06	0,00	0,01
Nemek	-0,06	-0,06	0,03	0,08	0,00	-0,03	-0,17
Életkor	-0,21	0,06	0,16	0,20	0,00	0,08	-0,15
Szektor	0,18	-0,04	-0,06	0,01	0,06	0,14	-0,14
Nettó jövedelem	0,01	0,03	0,10	0,11	-0,03	0,10	-0,13
Végzettség	-0,10	0,04	0,03	0,02	-0,19	0,00	0,02
Lakóhely	-0,01	-0,03	-0,09	0,03	-0,11	0,12	0,01

DEMOGRÁFIAI ADATOK/Szemponok	Munkahelyi lojalitás/munkahelyen maradás motivációi							
	Anyagi biztonság	Egészséges életmódra nevelő programok, kedvezményes egészségügyi szűrések	Munkahelyi stressz kezelésére irányuló tréningek	Sportolást és egészségmegőrzést elősegítő megoldások	Szemléletformáló programok	Munka-magánélet egyensúlyt elősegítő programok	Életvezetési coaching tanácsok	Rugalmas munkaidő
Foglalkozás	0,00	-0,04	-0,07	-0,06	-0,04	-0,14	-0,03	-0,11
Nemek	-0,05	-0,13	-0,07	-0,10	-0,08	-0,13	-0,03	-0,22
Életkor	-0,17	-0,18	-0,22	-0,21	-0,14	-0,23	-0,18	-0,18
Szektor	0,14	0,06	0,13	0,03	0,11	0,14	0,03	0,22
Nettó jövedelem	0,15	-0,02	-0,02	-0,05	-0,02	0,00	0,00	0,09
Végzettség	0,07	-0,01	-0,04	0,05	0,03	-0,07	-0,03	-0,09
Lakóhely	-0,13	-0,17	-0,09	-0,16	-0,07	-0,14	-0,06	0,07

Forrás: Primer kutatás alapján saját számítás

Az eredmények **értékelését** a 6.táblázat alapján végeztem el.

6. táblázat: Az összefüggésvizsgálathoz alkalmazott értékelés

Szorossági érték	Értelmezés
-0,40	nincs vagy laza a kapcsolat
0,41-0,70	közepes kapcsolat
0,71-0,90	szoros kapcsolat
0,91-	nagyon szoros kapcsolat

Forrás: Saját szerkesztés, Barna Katalin et al, alapján

Az összefüggésvizsgálatok eredményei alapján a hipotézisek közül egyik sem igazolódott, mivel **statisztikailag is igazolható összefüggést nem tudtam kimutatni** a vizsgált demográfiai adatok és a választott szempontok között, a szorossági mérőszám értékei rendre 0,4 alatt voltak. (7. táblázat) Tehát a foglalkozás, a nemi hovatartozás stb. nem befolyásolta szignifikánsan a kutatás eredményeit.

Hipotézisek	Teljesülés
H1: A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják az adott munkahelyen maradást illető motivációkat.	⊗
H2: A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják a munkahellyel való elégedettség, a stressz, a kiegészítés mértékét, az eddigi munkahelyek számát, valamint a munkahelyváltásra vonatkozó igényt.	⊗
H3: A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják azt, hogy a testmozgás a mindennapok részét képezi-e vagy nem a munkavállaló esetében, továbbá azt, hogy milyen mértékben érzékelik a sportolás és egészségmegőrzés jólléti hatását.	⊗

Forrás: Primer kutatás alapján saját szerkesztés

*Nem szignifikáns értelemben*, de kiemelve a legmagasabb értékű szorossági mérőszámokat az eredményekből ( $\pm 0,2$  közeli értékeket), a vizsgált tématerületek kapcsán az alábbi **megállapításokat** tettem a mintára vonatkozóan:

*Munkahelyi jóllét:*

- Minél idősebb volt valaki, annál kevésbé volt elégedett a munkahelyével (-0,21).
- Jellemzőbb, hogy az idősebbek többször váltottak munkahelyet, mint a fiatalabbak (0,20).
- A kvalifikáltabbaknál kevésbé merül fel a munkahelyváltás gondolata, mint a kevésbé képzetteknél (-0,19).

*Munkahelyi lojalitás:*

- A rugalmas munkaidő biztosítása a nőknek fontosabb egy munkahelyen, mint a férfiaknak (-0,22), illetve kevésbé fontos szempont az állami szféra munkahelyein, mint a versenyszférában (0,22).
- Az életkor előrehaladtával a munkahelyen maradást motiváló tényezők kevésbé számítanak fontosnak, mint a fiatalabbaknál (-0,17-0,23).
- Az egészséges életmódra nevelő programok, kedvezményes egészségügyi szűrések a nagyobb településeken élők számára fontosabbak (-0,17).

*Sportoláshoz való viszony:*

- A sportolás és egészségmegőrzés jólléti hatását a nők erősebben érzik, mint a férfiak (-0,17).
- A sportolást és egészségmegőrzést elősegítő megoldások a fiatalabb korosztályban jobban erősítik a munkahelyi lojalitást, mint az idősebbeknél (-0,21).

### 3.4.2. Interjú Zalaegerszeg város alpolgármesterével

Az alábbiakban a strukturált (vezérfonal) interjú eredményeit mutatom be az abban szereplő kérdések sorrendje szerint.

Az interjú készítésének **célja** az volt, hogy az interjú alanyának saját tapasztalatait, élményeit, érzéseit, szubjektív véleményét feltárjam, támogatva a kutatási kérdéseim megválaszolását a **kondenzáció és kategorizáció interjú feldolgozási módszereinek** segítségével.

Az interjú **alanya**, Bali Zoltán, Zalaegerszeg Megyei Jogú Város alpolgármestere, célirányos módszerrel került kiválasztásra (nem valószínűségi mintavétel) a kutatás témájához kapcsolódóan.

#### 1. Miért nincs Zalaegerszeg városnak PSR (Public Social Responsibility) stratégiája?

Zalaegerszeg városnak azért nincs PSR stratégiája, mert egyelőre *nem volt olyan projektje a városnak, amihez szükség lett volna* egy ilyen fajta stratégiára. A város számos olyan stratégiával rendelkezik, amelyek a folyamatos működéshez szükségesek. Ilyen például Zalaegerszeg Klímastratégia (2020), amely különböző klímabarát projektekhez kapcsolódóan volt szükséges, továbbá az Integrált Településfejlesztési Stratégia (2021-2027), amely a TOP (Terület- és Településfejlesztési Operatív Program) projektek megvalósításához volt kötelezően előírt dokumentum. Mindenképpen előnyös lenne a stratégia megalkotása, ezáltal a lemaradó városok (önkormányzat) betekintést nyerhetnének Zalaegerszeg életébe, számos ötletet meríthetnének ebből, illetve a dokumentum révén nemzetközi szinten is eljutna a város jó híre.

#### 2. Milyen lépéseket valósít meg Zalaegerszeg város a fenntartható fejlődés, a társadalmi felelősségvállalás és a munkahelyi jóllét biztosításával összefüggésben?

A városnak *több környezetbarát programja* is van, melyeket a jövőre vonatkozóan a továbbiakban is terveznek. Próbálják a CO<sub>2</sub> (szén-dioxid) kibocsátást csökkenteni, minél fenntarthatóbb épületszerkezeteket létrehozni, amelyeket nem kell javítani olyan sokszor,

nem kell annyit költeni rá és keveset fogyasztanak. Rengeteg program van, például a városi napelemprogram, faültetési program, edukációs programok a diákoknak, kerékpározás népszerűsítése, zöld felületek megújítása, elektromos buszok beszerzése, biztonságos ivóvíz biztosítása.

A *társadalmi felelősségvállalás* kapcsán kiemelendő a *jótekonysági tevékenység*. Nagy sikere van például az AquaCity főzőnapnak. Ezen kívül rengeteg alapítványt is támogatnak. A Zala Vármegyei Szent Rafael Kórházzal is kapcsolatban van a város vezetése és az intézmény programjait is támogatják anyagilag és azok népszerűsítését támogató felületekkel. Maga az önkormányzat alapvetően egy szociális intézmény is, rengeteg segélyprogram áll rendelkezésre, például tűzifaprogram, gyógyszer-támogatás.

A városban dolgozók *munkahelyi jóllétéhez* hozzájárul, hogy számos *sportolási lehetőséget* biztosítunk számunkra, amellyel levezethetik a munkából adódó feszültséget, stresszt. A Polgármesteri Hivatal dolgozói például ingyenesen mehetnek az uszodába. A rendezvények, fesztiválok közösségépítő erejük mellett csapatépítő programként is funkcionálnak. Próbálnak olyan ipari parkokat kialakítani, ahol munkahelyek jönnek létre azért, hogy élhető környezetben és könnyen megközelíthető helyen legyenek. Ehhez hozzájárul a buszközlekedés is, amit úgy igazítottak, hogy elsősorban a munkahelyeket és bevásárlóközpontokat közelítse meg.

A jövőbeli tervek között szerepel egy fedett gyermekjátszótér kialakítása, a Hevesi Sándor Színház felújítása, illetve egy új multifunkcionális sportcsarnok megépítése.

### **3. Milyen információi vannak arról, hogy milyen attitűd jellemző a munkahelyi wellbeinggel összefüggésben a munkavállalók és a munkáltatók részéről?**

Nagyon fontosnak tartja figyelembe venni a városvezetés, hogy mit éreznek a város munkavállalói, mire vágyanak, mit szeretnének a jövőben. Folyamatosan tájékoztatják őket, információkat kapnak a rendezvényekről, projektekről, a folyamatban lévő városi ügyekről. Az itt lakók szavát mindig is kiemelten kezelték. Erre egy jó példa a buszpályaudvar áthelyezése, amely 2015-ben nagy közfelháborodást keltett a helyben lakókban, ezért ezt a kezdeményezést le is állították. A fesztiválok, rendezvényeink kapcsán mindig pozitív visszajelzések érkeznek. Figyelnek arra is, hogy a munkavállaló a lakóhelye és a munkahelye között biztonságosan tudjon közlekedni, illetve arra is, hogy érezze a szülő, hogy gyermeke jóléte biztosított az óvodákban. Ehhez kapcsolódóan felújítják a csoportszobákat, olyan eszközöket, játzóelemeket szereznek be, amelyek lekötik a gyermek figyelmét.

#### **4. Milyen sportberuházások, sportrendezvények jöttek létre Zalaegerszeg/Zala megye területén 2020-2023 között, illetve melyek a jövőbeli tervek?**

A város nagy hangsúlyt fektet a sportberuházásokra, sportrendezvényekre is. Számos fejlesztés történt az Ifjúsági Sportcentrumban, megépült az Ostoros Károly Sportcsarnok, az Alsóerdei Sport-és Élmenypark, a Zalaegerszegi Sport és Tanuszoda, megújult a Gébárti Tóstrand, új vívócsarnokkal is büszkélkedhetnek. Közkezdvelt sportrendezvény az itt lakók körében a Restart Sportfesztivál, illetve a ZTE Fieszta. Jövőbeli tervek között szerepel egy új multifunkcionális sportcsarnok megépítése.

#### **5. Tekintható-e Zalaegerszeg város benchmarknak a vizsgált tématerületeket illetően más városok számára?**

Interjú alanyom szerint a város példaként szolgálhat más városok számára, melyet a városban zajló beruházások, fejlesztések is méltón tükröznek. Az elmúlt években a helyi iparüzési adó összege megduplázódott, amely jelzi, hogy a gazdaságfejlesztés működik. A közbiztonsági mutatókban az országban a legjobb értékeket érte el a város. 2022-ben 2 lakásbetörés, 1 gépkocsifeltörés és 0 gépkocsi lopás volt.

#### **6. Milyen indokok mentén született a „Zalaegerszeg, ahol megtalálod a jövőd” szlogen?**

Cél olyan élhető város biztosítása, ahol olyan munkahelyek jönnek létre, ahol mindenki el tud helyezkedni, illetve amelyek a jövő technológiáit szolgálják. Sok olyan új elem jelenik meg, emiatt nagyon nagy verseny lesz a városok között abban a tekintetben, hogy melyik város tud megfelelő fejlesztéseket megvalósítani, főleg vidéken. Nyilván Budapest szívóhatása mindig is erős lesz. Például Zalaegerszegen lehetőség van viszonylag olcsón lakást, családi házat venni, és aki családot akar alapítani, gyermeket nevelni, az sokkal kedvezőbb körülményeket fog találni itt vidéken, mint a fővárosban. Zalaegerszeg mellett szól még, hogy társítható hozzá a „zöld” jelző, a sportolási lehetőségek széles skálája érhető el a városban, magas színvonalúak a szolgáltatások, közszolgáltatások, elérhetők a közintézmények pl. könyvtárak, óvodák stb.

#### 4. ÖSSZEGZÉS, KONKLÚZIÓK

Dolgozatom **célja** a *fenntartható fejlődés*, a *társadalmi közfelelősség-vállalás* (PSR) stratégiai elemei létének, valamint a *munkahelyi jóllét* vizsgálata Zalaegerszeg város szemszögén keresztül. További célom, hogy kutatásom eredményei alapján más önkormányzatok is tudjanak inspirációt kapni a dolgozatomból, és hasonló törekvéseket tudjanak tenni az ott élők érdekében. Jelen tanulmány **összefüggésben áll** olyan, a 21. századi kihívásokkal, mint a fenntartható fejlődés, a munkaerő megtartása, melyek széles körben érinthetnek bennünket. A téma kapcsán hat kutatási kérdésre kerestem a választ és három hipotézist fogalmaztam meg, melyet igazolni kívántam a kutatási eredményeimmel. A kidolgozást az **elméleti háttér** feldolgozásával kezdtem. Kitekintettem a **fenntarthatóságra**, amely kapcsán *összehasonlítottam a körforgásos gazdaságot a lineáris gazdasággal*, és megállapítottam, hogy a társadalmunk nem jó irányba halad. Mindent azonnal akarunk, nem éljük meg a pillanatokat. Következtetésként levontam, hogy a gazdasági szempontból mihamarabb át kell térnünk a körforgásos gazdasági modellre, ha egy élhető világot szeretnénk magunk és gyermekeink számára. *Napjaink kihívásai és fontosabb trendjei* felett sem szabad átsiklanunk. A klímaváltozás elleni küzdelmet, mint „közös ügyet” fontos kiemelnem, hiszen a jövő generációjának létét nagymértékben befolyásolja. Az Európai Unió megalkotta a *közös kötelezettségvállalási rendeletet*, amely a káros gázok kibocsátásának csökkentésére szolgál, illetve az *Európai Zöld Megállapodást*, amelynek célja a klímasemlegesség elérése. Jövőnkre hatást gyakorol a *VUCA világa*, illetve a *változó fogyasztói magatartás* is. Megállapítottam, hogy egy új fogyasztói csoport van alakulóban, amely a *LOHAS* kifejezésre hallgat.

Dolgozatom fő vázát a **társadalmi felelősségvállalás** témája alkotja, amely két részre osztható: a vállalatok és a közszféra területére. A társadalmi közfelelősség-vállalás (PSR) a közszféra intézményeinek sajátos tevékenységi területeit jelenti, melynek lényege, hogy a kötelezően előírt feladatokon túl olyan tevékenységeket is végrehajt a szervezet, amelyekkel fontos társadalmi szükségleteket elégít ki vagy problémákat old meg.

A következő részben **piaci kitekintést** végeztem, azzal a céllal, hogy megvizsgáljam azt, hogy a társadalmi közfelelősség-vállalás (PSR) milyen mértékben érvényesül hazai és nemzetközi szinten. Ennek főbb megállapításait a 3. kutatási kérdés megválaszolásánál fejtem ki.

A következő, **empirikus rész** kidolgozásával az volt a célom, hogy a hat kutatási kérdésemre választ találjak, illetve a három alternatív, irány nélküli hipotézisemet

igazoljam, vagy elvessem. Alkalmaztam kvantitatív elemzési módszert online kérdőív formájában, amely során vizsgáltam a munkahelyi jóllét eszközeit, módszereit munkáltatói és munkavállalói aspektusból. A nem valószínűségi mintavétellel kapott adatokat statisztikai módszerekkel dolgoztam fel, összefüggésvizsgálatokat is alkalmazva. A minta elemszáma 152 volt. Kvalitatív elemzésként pedig strukturált interjút készítettem Zalaegerszeg város alpolgármesterével, melynek célja a témához kapcsolódó feltárás, megismerés, megértés volt. Az interjú során nyert információkat a kondenzáció (sűrités) és a kategorizáció (csoportosítás) módszerével dolgoztam fel. A kutatási kérdéseim megválaszolásához nagy hangsúlyt fektettem Zalaegerszeg város stratégiai dokumentumainak elemzésére.

Az alábbiakban a **kutatási kérdések mentén** foglalom össze az eredményeimet.

1. *kutatási kérdés:* Létezik-e Zalaegerszeg városnak PSR (Public Social Responsibility) stratégiája?

A válasz Zalaegerszeg dokumentumainak elemzéséből, illetve a város alpolgármesterével készített strukturált interjúból tevődött össze. Megállapítottam, hogy Zalaegerszeg városának **nincs** PSR stratégiája. Ennek **okait** is feltártam: egyelőre nem volt olyan projektje a városnak, amihez szükség lett volna egy ilyen fajta stratégiára, illetve nem fordítottak eddig erőforrásokat a megalkotására. E hiány orvoslása érdekében **kidolgoztam egy javaslatot** Zalaegerszeg PSR stratégiai keretét tartalmazó dokumentumának megalkotásához. A stratégia körvonalazásához Budaörs társadalmi közfelelősség-vállalási stratégiáját vettem alapul, amely segítségével meghatároztam a közigazgatás társadalmi felelősségvállalási területeit (16 db). Dolgozatomban a témámhoz szorosabban kötődő területeket emeltem ki, a tartalmat pedig a szintetizálás módszerével (Zalaegerszeg stratégiai dokumentumai alapján) alakítottam ki, továbbá azokat valós példákkal is szemléltettem. **Javasoltam** a városvezetésnek, hogy készítsen Zalaegerszeg is PSR stratégiát, ezzel lerakná névjegyét ezen a területen is. A stratégia megalkotása által a lemaradó városok (önkormányzat) betekintést nyerhetnének Zalaegerszeg életébe, számos ötletet meríthetnének ebből, illetve a dokumentum révén nemzetközi szinten is eljutna a város jó híre.



2. *kutatási kérdés:* Milyen lépéseket valósít meg Zalaegerszeg város a fenntartható fejlődés, a társadalmi felelősségvállalás és a munkahelyi jóllét biztosításával összefüggésben?

Kutatásom eredményei, illetve Zalaegerszeg dokumentumai, továbbá a strukturált interjú nyújtott segítséget számomra a válasz megadásához. A *fenntartható fejlődés* támogatása jegyében városnak **több környezetbarát programja** is van, melyeket a jövőre vonatkozóan a továbbiakban is terveznek megvalósítani. A *társadalmi felelősségvállalás* kapcsán kiemelendő a **jótekonysági tevékenység**. A városban dolgozók *munkahelyi jóllétéhez* hozzájárul, hogy számos **sportolási lehetőséget** biztosítanak, amelyekkel van lehetőség levezetni a munkahelyi stresszt, feszültséget.

A város dokumentumainak elemzése segítségével megállapítottam, hogy Zalaegerszeg kiemelt területként kezeli a fenntartható fejlődést, a társadalmi felelősségvállalást, illetve a városban dolgozók munkahelyi jóllétét, amelyet számos programmal, beruházással támaszt alá. Ilyen a „BringázzZeg” nevű program, a városi napelemprogram, a kvartélyházi nyári szabadtéri színház, a Zalaegerszegi Sörfesztivál, az Egerszeg fesztivál, a Vadpörkölt és Bor Fesztivál, a filmzenei koncert, a Street Food Weekend, az Aquacity jótekonysági főzőnapjai, a landorhegyi jótekonysági lecsónap, a Fenntartható Városi Mobilitás Terve, a Zalaegerszeg Smart City 2050, a faültetési programok, a GreenTech szakkiallítások, az ingyenes lakossági LED-csereprogram, Nem véletlen, hogy a város elnyerte az „Európai Zöld Városa Díj” címet, illetve Zalaegerszeg jövőképe között szerepel, hogy „2030-ra energiahatékony élhető, fenntartható és zöld megyeszékhellyé válik.” A sportolási lehetőségek tekintetében 2021-ben 81 sportszervezettel, köztük 45 sportággal büszkélkedhet a város, továbbá számos sportrendezvénynek ad otthont. Ilyen például a Restart Sportfesztivál, a ZTE Fieszta, Rally Show, Tour de Hongrie. Sportkomplexum terén említésre méltó az Ifjúsági Sportcentrum, az Ostoros Károly Sportcsarnok, az Alsóerdei Sport-és Élmenypark, a túraútvonalak, továbbá a szabadtéri Street workout pályák.

3. *kutatási kérdés:* Milyen tendenciák jellemzők a társadalmi közfelelősség-vállalás kapcsán hazai és nemzetközi szinten?

Megállapítottam, hogy Magyarországon még nem elterjedt fogalom a PSR. Az önkormányzatok körében csupán kettő olyat találtam, amely rendelkezik ilyen dokumentummal (Budaörs, illetve Alsómocsolád). Ezen kívül említésre méltó a Gazdasági Versenyhivatal, aki már 2016-ban megalkotta stratégiáját. Véleményem szerint ennek

**elkészítésének fontossága még nem kapott elég hangsúlyt**, illetve szükséges lenne megfelelő erőforrás (szakismeret, idő stb.) ehhez. **Nemzetközi szinten** 4 országot vizsgáltam meg, ahol közös volt a fenntarthatóság, a jóllét, és az egészségfejlesztés területe. Magyarországgal ellentétben a 4 külföldi ország tekintetében más-más stratégiai nevet adtak a dokumentumaiknak, azt viszont megállapítottam, hogy teljes mértékben megfelelnek tartalmilag egy PSR dokumentumnak, függetlenül attól, hogy nem egy dokumentumban összegezték őket és nem így nevezték el.

A helyzetelemzésem eredményeként egy **összehasonlító táblázatot is készítettem**, és megállapítottam, hogy a vizsgált országoknál első számú prioritások között szerepel a jóllét, az egészségfejlesztés és a sport, valamint a fenntartható fejlődés területe.

4. *kutatási kérdés*: Milyen attitűd jellemző a munkahelyi wellbeinggel összefüggésben a munkavállalók és a munkáltatók részéről?

A 4. kutatási kérdésemet a kérdőív eredményei alapján válaszoltam meg, megjegyezve, hogy a minta nem volt reprezentatív. A válaszadók *foglalkoztatójának* több mint fele a forprofit szektorhoz tartozik, azon belül közel egyharmaduk nagyvállalat, és egyötödük az oktatás ágazatában tevékenykedik. A *foglalkoztatottakra* jellemző adatok során megállapítottam, hogy a kitöltők többségé nő volt. A legtöbben a középkorosztályba tartoztak, illetve város/megyeszékhely településtípusban éltek. A megkérdezettek közel egyötöde az oktatás/tudomány szakterületet jelölte meg foglalkozásként, több mint egyharmaduk felsőfokú végzettséggel rendelkezett, a havi nettó jövedelmük jellemzően a 300.001 Ft és 400.000 Ft közötti kategóriában volt.

A *témaspecifikus kérdések* értékelése során megállapítottam, hogy **közel egyharmad** jelenleg már a **második munkahelyén dolgozik**, legtöbben több mint **4 éve dolgoznak jelenlegi** munkahelyükön, alkalmazotti beosztásban. A sokaság **közel fele maximálisan elégedett** a munkahelyével (átlag 5,5), és 60%-uk nem gondolkodott el munkahelyváltáson. Akik **nem teljesen voltak elégedettek** a munkahelyükkel, azoknál az **alacsony fizetés** játszott döntő szerepet. Fontosabb ok volt még a megbecsültség hiánya, a kiszámíthatatlanság és a változások, majd a rossz munkahelyi légkör.

A **munkahelyváltáson** gondolkodók **közel egyötöde** az **alacsony fizetés** miatt váltana, ezen kívül fontos ok volt még a túlterheltség, illetve a kiszámíthatatlanság, a változások jelenléte.

A válaszadókra jellemző volt, hogy alapvetően **jelen van a munkahelyi stressz** az életükben, illetve **közel felük** valamilyen mértékben **kiégve** érzi magát.

A stresszes egyének körülbelül **60%-a fizikai** (pl. sport, kirándulás, séta stb.), **közel 40%-a szellemi** jellegű (pl. pihenés, meditálás, beszélgetés stb.) kikapcsolódásban keres enyhülést a stressz alól. A kiégettek közül legtöbben (**31%**) a **fásultságra, a túlterheltségre és a motiváció hiányára** hivatkoztak.

A **munkahelyen maradás legfontosabb motiváló** tényezőjének az **anyagi biztonságot** tartották. Másodikként a rugalmas munkaidőt, harmadikként az egészséghez kapcsolódó területet jelölték meg.

Az is kiderült, hogy a **vállalatok több mint fele nem alkalmaz munkahelyi jólléti elemeket**, ahol viszont vannak jólléti elemek, ott **közel 80%-uk a rugalmas munkaidőt** tartja a legfontosabbnak. A válaszadók **közel egyötöde veszi igénybe a megjelölt jólléti elemeket**.

A kitöltők **több, mint felének a testmozgás a mindennapjai** részét képezi. Az általam képzett két csoportból, az alacsony és magas intenzitású mozgásfajtákból a **sétát és a futást** részesítik inkább előnyben. Akik **nem végeznek semmilyen testmozgást**, azok főleg **időhiányra** hivatkoztak, de megjelent a motiváció hiánya és a lustaság is. A kitöltők **közel egyharmada** jobban érezné magát mentálisan és fizikálisan is, ha a munkahelyük bevezetne sportolási és egészségmegőrzési lehetőségeket. A kitöltők körülbelül **négyötöde vágya** valamilyen sportolási és egészségmegőrző programokra a munkahelyén. A legtöbben edzőtermi bérletet szeretnének, de bármilyen sportolási lehetőségnek is örülnének.

A kérdőív alapján készítettem **összefüggésvizsgálatokat is**, mely során célt volt, hogy statisztikailag is igazolni tudjam az összefüggést egyes, a **munkavállalókat jellemző demográfiai sajátosságok befolyásoló szerepét** a kutatásban kialakult egyes **eredményekre, a kiemelten a munkahelyi jóllét és a sport területére**. A *demográfiai jellemzők befolyásoló szerepét* három tématerület kapcsán vizsgáltam meg, ezek a munkahelyi jóllétet, a sportoláshoz való viszonyt, illetve a munkahelyi lojalitást érintő kérdések voltak. Három hipotézist állítottam fel a fentiekkel összefüggésben.

*H1:* A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják **az adott munkahelyen maradást illető motivációkat**.

**H2:** A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják a **munkahellyel való elégedettséget, a stresszt, a kiégés mértékét, az eddigi munkahelyek számát, valamint a munkahelyváltásra vonatkozó igényt.**

**H3:** A munkavállalók egyes demográfiai jellemzői (pl. foglalkozás, nemi hovatartozás, életkor stb.) befolyásolják azt, hogy a **testmozgás** a mindennapok részét képezi-e vagy nem a munkavállaló esetében, továbbá azt, hogy **milyen mértékben érzékelik a sportolás és egészségmegőrzés jólléti hatását.**

Az eredményekről egy **összefoglaló táblázatot** készítettem. Megállapítottam, hogy **nem igazolható** statisztikailag az összefüggés, hiszen a szorossági mérőszám értékei 0,4 alatt voltak, ami azt jelentette, hogy a foglalkozás, a nemi hovatartozás stb. nem befolyásolta szignifikánsan a kutatás eredményeit.

Az egyes tématerületeket illetően - *nem szignifikáns értelemben*, a legmagasabb értékű szorossági mérőszámok alapján - különböző megállapításokat tettem a mintára vonatkozóan:

*Munkahelyi jóllét:*

- Minél idősebb volt valaki, annál kevésbé volt elégedett a munkahelyével.
- Jellemzőbb, hogy az idősebbek többször váltottak munkahelyet, mint a fiatalabbak.
- A kvalifikáltabbaknál kevésbé merül fel a munkahelyváltás gondolata, mint a kevésbé képzetteknél.

*Munkahelyi lojalitás:*

- A rugalmas munkaidő biztosítása a nőknek fontosabb egy munkahelyen, mint a férfiaknak, illetve kevésbé fontos szempont az állami szféra munkahelyein, mint a versenyszférában.
- Az életkor előrehaladtával a munkahelyen maradáshoz motiváló tényezők kevésbé számítanak fontosnak, mint a fiatalabbaknál.
- Az egészséges életmódra nevelő programok, kedvezményes egészségügyi szűrések a nagyobb településen élők számára fontosabbak.

*Sportoláshoz való viszony:*

- A sportolás és egészségmegőrzés jólléti hatását a nők erősebben érzik, mint a férfiak.
- A sportolást és egészségmegőrzést elősegítő megoldások a fiatalabb korosztályban jobban erősítik a munkahelyi lojalitást, mint az idősebbeknél.

Megállapítottam azt is, hogy a **városvezetés** is fontosnak tartja figyelembe venni, hogy mit éreznek a város munkavállalói, mire vágnak, és azt is, mit szeretnének a jövőben, erre számos példa sorakoztatható fel. A lakosság által nem támogatott kezdeményezéseket nem hajtják végre, a kezdeményezéseket pozitívan fogadják, minden területen igyekeznek a lakosság biztonságérzetét megteremteni. Folyamatosan tájékoztatják a lakosságot a rendezvényekről, projektekről, a folyamatban lévő városi ügyekről is.

5. *kutatási kérdés:* Milyen sportberuházások, sportrendezvények jöttek létre Zalaegerszeg/Zala megye területén 2020-2023 között, illetve melyek a jövőbeli tervek?

A kutatási kérdés pontos megválaszolására segítségemre volt Zalaegerszeg dokumentumainak elemzése, a város sportkonceptiója, illetve a strukturált interjú. **2020-ban** számos street workout pálya épült, konditermek sokasága alakult meg, amelyek szinte minden nap tele vannak. **2021-ben** megépült az Ostoros Károly Sportcsarnok, **2022-ben** megnyílt az új uszoda, Zalaegerszegi Sport- és Tanuszoda és Városi Strand néven, az Alsóerdei Sport-és Élmenypark. Számos túraútvonal várja a túrázni vágyókat. Sportrendezvények tekintetében közkedvelt a ZTE Fieszta, a Restart sportfesztivál. **Jövőbeli** sportberuházási tervek között egy új multifunkcionális sportcsarnok megépítése szerepel.

6. *kutatási kérdés:* Tekinethető-e Zalaegerszeg város benchmarknak a vizsgált tématerületeket illetően más városok számára?

A strukturált interjú, a kérdőív eredményei, a város stratégiai dokumentumainak elemzése és a témában végzett kutatásaim alapján megállapítottam, hogy Zalaegerszeg **példaként szolgálhat** más városok számára, amelyet méltóan tükröznek a városban létrejövő **beruházások, fejlesztések**, továbbá **a fenntartható fejlődés, a munkahelyi jóllét, a sportberuházások területén megvalósított további erőfeszítések**. Az elmúlt évek során megduplázódott a helyi iparüzési adó, amely jelzi, hogy a **gazdaságfejlesztés is működik**. A város **közbiztonsági mutatókban az országban a legjobb** értékeket érte el (2022-ben 2 lakásbetörés, 1 gépkocsifeltörés volt és nem történt kocsislopás.). **Javasolnám** a városvezetésnek, hogy tegyen lépéseket az általam összeállított PSR stratégiai keret elemeire alapozott dokumentum kialakítására.

Dolgozatomat azzal a **kérdéssel** indítottam, hogy **mi alapozhatja meg a „Zalaegerszeg, ahol megtalálod a jövőd” szlogent?** Munkám végére érve elemzéseim, eredményeim alapján, és a készített interjú által részletes rálátást kaptam arra, hogy miért is éri meg itt élni. Úgy vélem, a dolgozatomban közölt eredmények mindezt alátámasztják. A városvezetés **célja, hogy élhető legyen,** továbbá az is, hogy évről évre minőségi fejlesztéseket, beruházásokat tudjon megvalósítani a térségben, ezáltal még jobban ki tudjon emelkedni a vidéki városok közül, valamit az is, hogy egyre több **munkahely jöjjön létre,** amely a jövő technológiáit szolgálja. A **város elhelyezkedése** erős mágnesként tudja magához szívni az embereket, hiszen a vidéki tiszta levegő, a magas színvonalú szolgáltatások, közszolgáltatások, a sportolási lehetőségek széles skálája, a városban való letelepedés könnyedsége mind erős vonzerő tud lenni az emberek számára.

## IRODALOMJEGYZÉK

### Szakirodalom

- Barna Katalin – Nagy Mónika Zita – Dr. Molnár Tamás (2006): Egyszerűen statisztika 2 feladatgyűjtemény. Budapest: Perfekt Kiadó. ISBN 963 394 668 9
- Boncz Imre (2015): Kutatásmódszertan alapismeretek [online]. Pécs: PTE ETK ISBN szám 978-963-642-826-6 Hozzáférés: [https://www.etk.pte.hu/protected/OktatasiAnyagok/%21Palyazati/sport/Kutatasmodszertan\\_e.pdf](https://www.etk.pte.hu/protected/OktatasiAnyagok/%21Palyazati/sport/Kutatasmodszertan_e.pdf) [megtekintve 2023.06.06.].
- Braun Róbert (2016): Vállalati társadalmi felelősségvállalás [online]. Budapest: Akadémiai Kiadó. ISBN 978 963 05 9672 3 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/108> [megtekintve: 2023.06.06.].
- Csehné Papp Imola – Kraiciné Szokoly Mária (szerk.) (2020): Felnőttkori tanulás [online]. Budapest: Akadémiai Kiadó. ISBN 978 963 454 590 3 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/762> [megtekintve 2023.06.06.].
- Mizik Tamás (szerk.) (2018): Agrárgazdaságtan II. [online] Budapest: Akadémiai Kiadó. ISBN 978 963 454 187 5. Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/335> [megtekintve 2023.06.06.].
- Rikk János - Ihász Ferenc – Nemes Zsolt (2018): Egészségnevelés: egészségmegőrzés – prevenció – a terheléséltan alapjai [online]. Budapest: Akadémiai Kiadó. ISBN 978 963 454 179 0 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/328> [megtekintve 2023.06.06.].
- Szlávik János (2019): Fenntartható gazdálkodás [online]. Budapest: Wolter Kluwer . ISBN 978 963 295 820 0 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/496> [megtekintve 2023.06.06.].
- Szakály Zoltán (szerk.) (2017): Élelmiszer-marketing [online]. Budapest: Akadémiai Kiadó. ISBN 978 963 454 025 0 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/262> [megtekintve 2023.06.06.].
- Szatmári Zoltán (2018): Sport, életmód, egészség [online]. Budapest: Akadémiai Kiadó. ISBN 978 963 454 121 9 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/293> [megtekintve 2023.06.06.].

### Internetes források

- Arany Gábor (2020): Átadták a negyedik street workout parkot a megyeszékhelyen [online]. Megjelent a Zalai Hírlap honlapján 2020.12.04. 07:00. Hozzáférés: <https://www.zaol.hu/helyi-sport/2020/12/atadtak-a-negyedik-street-workout-parkot-a-megyeszekhelyen> [megtekintve 2023.08.31.].
- Arany Horváth Zsuzsa (2023): Film piknik a zalaegerszegi vizslaparkban [online]. Megjelent a Zalai Hírlap honlapján 2023.07.22. 19:30. Hozzáférés: <https://www.zaol.hu/helyi-kozelet/2023/07/film-piknik-a-zalaegerszegi-vizslaparkban> [megtekintve 2023.08.14.].
- Balaicz Zoltán - Velkey Péter - Török András - Gyenese Richárd: Zalaegerszeg Megyei Jogú Város Sportkoncepciója 2021-2026. PDF fájl. Megjelent Zalaegerszeg Megyei Jogú Város hivatalos portálján. Hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/up/sportkonceptio\\_2021\\_2026.pdf](https://zalaegerszeg.hu/up/sportkonceptio_2021_2026.pdf) [megtekintve 2023.06.20.].

- Balaicz Zoltán (2023): Új információk a tüzeset utáni lépésekről [online]. Megjelent Balaicz Zoltán Facebook oldalán. Hozzáférés: <https://www.facebook.com/search/top/?q=balaicz%20zolt%C3%A1n%20t%C5%B1zeset> [megtekintve 2023. 08.18.].
- Balaicz Zoltán: Megjelent Balaicz Zoltán Instagram oldalán. Hozzáférés: <https://www.instagram.com/balaiczz/> [megtekintve 2023.08.12.].
- Bánfi Kati – B. K. (2023): Jótékonyági nap a kórház javára [online]. Megjelent a Zala Média honlapján 2023.08.13. 10:03. Hozzáférés: <https://www.zalamedia.hu/vezetohirek/kozelet/jotekonyagsagi-nap-a-korhaz-javara> [megtekintve 2023.08.18.].
- Bristol City Council (2021): Corporate Strategy 2022-2027 [online]. Megjelent Bristol város honlapján. Hozzáférés: <https://www.bristol.gov.uk/files/documents/761-corporate-strategy-2022-27/file> [megtekintve 2023. 09. 10.].
- Budaörs város társadalmi közfelelősségvállalás stratégiája 2017  
Hozzáférés: <https://hatarozatok.hu/publikacio/45dc84fa9294886b3fa8863eb3b2818f/dontes/2963632/melleklet/68396> [megtekintve 2023. 06. 20.].
- City of Helsinki: Health and welfare [online]. Megjelent a Kestävä Helsinki honlapján. Hozzáférés: <https://kestavyys.hel.fi/en/health-and-welfare/> [megtekintve 2023.08.02.].
- City of Vancouver: City and other organization responsibilities [online]. Megjelent Vancouver város honlapján. Hozzáférés: <https://vancouver.ca/people-programs/anti-racism-our-responsibilities.aspx> [megtekintve 2023.08.02.].
- Comission of the Europe Communities (2001): Green Paper : Promoting a European framework for Corporate Social Responsibility [online]. Megjelent az EUR-Lex honlapján. Hozzáférés: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:52001DC0366> [megtekintve 2023.06.30.].
- Csapóné Riskó Tünde – Tóth Eszter (2017): Vállalati felelősség: Alkalmazottakat célzó belső CSR programok [online]. In: Jelenkori társadalmi és gazdasági folyamatok 12. évf. 4. sz. p. 207-218. Hozzáférés: [http://acta.bibl.u-szeged.hu/54894/1/jelenkori\\_012\\_004\\_207-218.pdf?fbclid=IwAR2rj1J9FWiWc5Nlu8xtf4\\_NLyaOu8yH0cbVFM2SXJFlqUV5m483TzdTOUM](http://acta.bibl.u-szeged.hu/54894/1/jelenkori_012_004_207-218.pdf?fbclid=IwAR2rj1J9FWiWc5Nlu8xtf4_NLyaOu8yH0cbVFM2SXJFlqUV5m483TzdTOUM) [megtekintve 2023. 08.17.].
- Digital Hungary (2022): Munkahelyi „jöllét” -a nagyvilágban természetes, itthon még kevésbé fontos [online]. Megjelent a Digital Hungary üzleti, stratégiai és edukációs szakmai magazin honlapján 2022.11.23. 08:04. Hozzáférés: <https://www.digitalhungary.hu/human/Munkahelyi-jollet-a-nagyvilagban-termeszetes-itthon-meg-kevesbe-fontos/18353/> [megtekintve 2023.07.04.].
- Derts Zsófia – Ekés András – Gertheis Antal – Sipos Zsófia - Szabó Noémi: Zalaegerszeg Fenntartható Város Mobilitás Terve (SUMP) Összefoglaló kötet [online]. Megjelent Zalaegerszeg Megyei Jogú Város hivatalos portálján. Hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/dokumentum/27299/SUMP\\_osszefoglalo\\_webre\\_low\\_res.pdf](https://zalaegerszeg.hu/dokumentum/27299/SUMP_osszefoglalo_webre_low_res.pdf) [megtekintve 2023.08.25.].
- ECOLIFE (2016): A jövő fogyasztói : célcsoport konferencia [online]. Megjelent az Ecolife Magazin honlapján 2016.12.01. Hozzáférés: <http://ecolifegroup.hu/events/lohas> [megtekintve 2023.07.03.].
- EgerszegiHírek (2023): Országos kajak-kenu versenynek adott otthont a Gébárti-tó [online]. Megjelent az Egerszegi Hírek honlapján 2023.07.03. 07:30. Hozzáférés: <https://www.egerszegihirek.hu/sport/orszagos-kajak-kenu-versenynek-adott-otthont-a-gebarti-to> [megtekintve 2023. 08. 31.].



- Egészségvonal (2023): Kiegészítés [online szócikk]. Megjelent az [egeszsegvonal.gov.hu](https://egeszsegvonal.gov.hu) honlapon 2023.07.29. Hozzáférés: <https://egeszsegvonal.gov.hu/k/1919-kieges.html> [megtekintve 2023.07.22.].
- Egészségvonal (2023): Munka és magánélet egyensúlya [online]. Megjelent az <https://egeszsegvonal.gov.hu/> honlapon 2023.07.02. Hozzáférés: <https://egeszsegvonal.gov.hu/maradj-egeszseges/munka-es-maganelet-egyensulya.html> [megtekintve 2023.07.10.].
- Egészségvonal (2023): Munkahelyi stressz [online szócikk]. Megjelent az [egeszsegvonal.gov.hu/honlapon](https://egeszsegvonal.gov.hu/honlapon) 2023.06.02. Hozzáférés: <https://egeszsegvonal.gov.hu/m/1078-munkahelyi-stressz.html> [megtekintve 2023.07.18.].
- Európai Bizottság: Az EU fenntartható fejlődésre vonatkozó holisztikus megközelítése [online]. Megjelent az Európai Bizottság honlapján. Hozzáférés: [https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/international-strategies/sustainable-development-goals/eu-holistic-approach-sustainable-development\\_hu](https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/international-strategies/sustainable-development-goals/eu-holistic-approach-sustainable-development_hu) [megtekintve 2023.06.28.].
- ENSZ: Agenda 2030 [online]. Megjelent a Magyarország szerepvállalása az Egyesült Nemzetek Szervezetében honlapján. Hozzáférés: <https://ensz.kormany.hu/agenda-2030> [megtekintve 2023.06.30.].
- ENSZ: Világunk átalakítása: Fenntartható fejlődési keretrendszer (2023) [online]. PDF fájl. Megjelent a Külgazdasági és Külügyminisztérium Nemzetközi Fejlesztési Főosztály honlapján. Hozzáférés: <https://nefe.kormany.hu/download/b/e7/c2000/Vil%3%A1gunk%20%3%A1talak%3ADt%3%A1sa%20Fenntarthat%3%B3%20Fejl%5%91d%3%A9si%20Keretrendszer%202030.pdf> [megtekintve 2023.07.20.].
- Európai Parlament (2023): Körforgásos gazdaság: mit jelent, miért fontos és mi a haszna? Hozzáférés: <https://www.europarl.europa.eu/news/hu/headlines/economy/20151201STO05603/korforgasos-gazdasag-mit-jelent-miert-fontos-es-mi-a-haszna> [megtekintve 2023.06.29.].
- FORBES (2018): A VUCA-világnak AVICA vezetőkre van szüksége [online]. Megjelent a Forbes Magazin honlapján 2018.10.22. Hozzáférés: <https://forbes.hu/tamogatoitartalom/a-vuca-vilagnak-avica-vezetokre-van-szuksege/> [megtekintve 2023.08.16.].
- Frauenhoffer Márta – Bártai Péter – Inkovics Gábor (2022): 775 éves Zalaegerszeg. ZTV Híradó 2022.02.04. [online film]. Megjelent a YouTube csatornán 2022.02.04. Hozzáférés: [https://www.youtube.com/watch?v=6\\_0sDXrO8oE](https://www.youtube.com/watch?v=6_0sDXrO8oE) [megtekintve 2023.08.12.].
- Frauenhoffer Márta (2022): E- autók a kórháznak. ZTV Híradó 2022.04.21. [online film]. Megjelent a YouTube csatornán 2022.04.21. Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=x-uc2x4q1vY&t=67s> [megtekintve 2023.08.24.].
- Frauenhoffer Márta (2023): Évértékelő interjú - Balaicz Zoltán polgármester [online film]. Megjelent Balaicz Zoltán polgármester YouTube csatornáján 2023.01.22. Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=tnfXm4VrB6U> [megtekintve 2023.08.12.].
- F. M. - F. M. – Seres Péter (2022): Megnyílt az új uszoda :videó [online]. Megjelent Zalaegerszeg Megyei Jogú Város hivatalos portálján 2022.06.01. 17:02. Hozzáférés:

- [https://zalaegerszeg.hu/cikk/36599/Megnyilt\\_az\\_uj\\_uszoda\\_Video](https://zalaegerszeg.hu/cikk/36599/Megnyilt_az_uj_uszoda_Video) [megtekintve 2023.08.31.].
- Gonda György (2018): Erősödő CSR : A vállalatok szociális lelkiismerete [online]. Megjelent AzÜzlet.hu Bt. honlapján 2018.11.20. Hozzáférés: <https://azuzlet.hu/erosodott-a-csr-a-vallalatok-szocialis-lelkiismerete/> [megtekintve 2023.07.14.].
- Göcseji Múzeum (2023): Múzeumok éjszakája 2023 Zalaegerszegen [online]. Megjelent a Göcseji Múzeum honlapján. Hozzáférés: <https://program.gocsejimuseum.hu/programok/muzeumok-ejszakaja-2023-zalaegerszegen/> [megtekintve 2023.08.14.].
- Greendex Szerkesztőség (2022): Mi a gond a lineáris gazdasági modellel? [online]. Megjelent a Greendex magazin honlapján. 2022.06.21. Hozzáférés: <https://greendex.hu/mi-a-gond-a-linearis-gazdasagi-modellel/> [megtekintve:2023.06.26.].
- Habkirk Alison (2013): How Do Local Governmentes Improve Health and Community Well-being? PDF fájl. British Columbia: BC Healthy Communities Society and Healthy Families BC. ISBN 978 0 7726 6717 5 Hozzáférés: <https://squamish.ca/assets/planH/d0e40f740e/planh-local-government-guide-web.pdf> [megtekintve 2023.07.31.].
- Hold Alapforgalmazó Zrt. (2023): Fenntarthatóság [online szócikk]. Megjelent a Hold Alapforgalmazó Zrt. HOLD Lexikonában. Hozzáférés: <https://hold.hu/lexikon/fenntarthatosag-fogalma-3-pillere/> [megtekintve 2023.06.25.].
- Jakab Nóra - Rácz Zsófia (2019): A társadalmi közfelelősség kérdései Nagy-Britanniában és Magyarországon [online]. In: Pro futuro : a jövő nemzedékek joga 9. évf. 1. sz. p.122-136. DOI 10.26521/Profuturo/1/2019/3908 Hozzáférés: <https://ojs.lib.unideb.hu/profuturo/article/view/3908/5178> [megtekintve 2023.07.24.].
- Kiss Olga: Vezetni egy VUCA világban- VUCA és VUCA Prime [online]. Megjelent Kiss Olga honlapján. Hozzáférés: <https://kissolga.hu/2017/04/01/vezetni-egy-vuca-vilagban/> [megtekintve 2023.06.22.].
- Kolinek Nóra (2023): Új Multifunkcionális sportcsarnokkal gazdagodik Zalaegerszeg [online]. Megjelent a Magyar Építők honlapján 2022.02.25. 10:55. Hozzáférés: <https://magyarepitok.hu/mi-epul/2022/02/uj-multifunkcios-sportcsarnokkal-gazdagodik-zalaegerszeg> [megtekintve 2023.08.31.].
- Kolozsvári Ilona – Inkovics Gábor – Gáspár Zsolt (2023): Elindult a lakossági LED-csereprogram. ZTV Híradó 2023.05.17. [online film]. Megjelent a YouTube csatornán 2023.05.17. Hozzáférés: [https://www.youtube.com/watch?v=Nsw4\\_3mTfEQ](https://www.youtube.com/watch?v=Nsw4_3mTfEQ) [megtekintve 2023.08.25.].
- Kuvaja-Köllner, V. - Kankaanpää, E. - Laine, J. et al. (2022): Municipal resourcee to promote adult physical activity : a multilevel follow-up study [online]. BMC Public Health 22, 1213 Hozzáférés: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-022-13617-8> [megtekintve2023.07.31.].
- Letenye Média (2022): Minden elképzelést túlszárnyal a zalaegerszegi faültetési program [online]. Megjelent a Letenye Média weboldalán 2022.05.03. Hozzáférés: <https://www.letenyemedia.hu/cikkek/zala/minden-elkepzelest-tulszarnyal-a-zalaegerszegi-faultetesi-program.html> [megtekintve 2023.08.25.].

- Magyar Kurir (2021): Átadták a Mindszenty Sportközpontot Zalaegerszegen [online]. Megjelent a Magyar Kurir katolikus hírportálon 2021.05.28. Hozzáférés: <https://www.magyarkurir.hu/hazai/atadtak-mindszenty-sportkozpontos-zalaegerszegen> [megtekintve 2023.08.31.].
- márk (2022): Mit jelent a CSR? [online szócikk]. Megjelent az Interword Kft. Marketingszótárában 2022.05.03. Hozzáférés: <https://www.interword.hu/hu/blog/2022-05-03/marketingszotar-mit-jelent-a-csr> [megtekintve 2023.07.23.].
- Mindszentyneum (2023) Megjelent a Göcseji Múzeum – Mindszentyneum Tagintézmény honlapján. Hozzáférés: <https://mindszentyneum.hu/> [megtekintve 2023.08.12.].
- Mojommarketing: Munkahelyi sport [online]. Megjelent a Team Rekreáció honlapján. Hozzáférés: <https://teamrekreacio.hu/munkahelyi-sport/> [megtekintve 2023.07.20.].
- Nagy Jenő – Inkovics Gábor – Gáspár Zsolt (2023): BringázZeg. ZTV Híradó 2023.06.01. [online film]. Megjelent a YouTube csatornán 2023.06.01. Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=lbJgvTffGsw> [megtekintve 2023.08.10.].
- Nagy Jenő – Elmont Krisztián (2023): Tűz ütött ki egy társasházban. ZTV Híradó 2023.05.08. [online film]. Megjelent a YouTube csatornán 2023.05.08. Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=4aUPTZRHifo> [megtekintve 2023.08.18.].
- Nemzeti Fenntartható Fejlődési Tanács (2020): A jövőt a jelenben menthetjük meg [online film]. Megjelent a YouTube csatornán 2020.04.14. Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=aHmsETWnewE&t=98s> [megtekintve 2023.06.25.].
- N. J. – G. Zs. – Seres Péter (2023): Zalaegerszegről rajtolt a Tour de Hongrie második szakasza : videó [online]. Megjelent Zalaegerszeg Megyei Jogú Város hivatalos portálján 2023.05.11. 16:38. Hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/cikk/38511/Zalaegerszegrol\\_rajtolt\\_a\\_Tour\\_de\\_Hongrie\\_masodik\\_szakasza\\_Video](https://zalaegerszeg.hu/cikk/38511/Zalaegerszegrol_rajtolt_a_Tour_de_Hongrie_masodik_szakasza_Video) [megtekintve 2023.08.31.].
- Ónody Sarolta (2001): Kiegészítő tünetek (burnout szindróma) keletkezése és megoldási lehetőségei [online cikk]. In: Új pedagógiai szemle, ISSN 1215-1807, 51. évf. 5 sz., p. 80-85. Hozzáférés: <https://epa.oszk.hu/00000/00035/00049/2001-05-ta-Onody-Kiegesis.html> [megtekintve 2023.07.23.].
- Pannon Egyetem Zalaegerszegi Egyetemi Központ (2021): Zöld Kampusz [online]. Hozzáférés: <https://zek.uni-pannon.hu/index.php/hu/fenntarthatosag/zold-kampusz.html> [megtekintve 2023.08.24.].
- Smartcities and Sport (2019): helsinki, finland: let's get moving! [online]. Megjelent a Smartcities and Sport honlapján 2019.12.11. Hozzáférés: <https://www.smartcitiesandsport.org/lets-get-moving/> [megtekintve 2023.08.02.].
- Sportnap az AquaCityben [online]. Megjelent a Zalaegerszeg Turizmus honlapján. Hozzáférés: <https://zalaegerszegturizmus.hu/info/programok/sportnap-az-aquacityben/> [megtekintve 2023. 08.31.].
- Szabó Ágnes (2018): Így növeli a munkahelyi sport a cég teljesítményét [online]. Megjelent a HRBlog.hu honlapján 2018.08.24. Hozzáférés: <https://www.hrportal.hu/hrblog/munkahelyiegeszseg/igy-noveli-a-munkahelyi-sport-a-ceg-teljesitmenyet-20180824.html> [megtekintve 2023.07.19.].
- Szabó Zsófia (2021): Mit jelent az igazán jó egészség? [online]. Megjelent a Vitaking Kft. blogján 2011.11.05. Hozzáférés: <https://vitaking.hu/az-egeszseg-megorzese/> [megtekintve 2023.07.15.].

- Szakál Eszter – Révész Tamás – Bártai Péter (2022): Richter Egészségváros Zalaegerszegen. ZTV Híradó 2022.05.09. [online film]. Megjelent a YouTube csatornán 2022.05.09. Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=Vr4WuP6xO98> [megtekintve 2023.08.24.].
- Restart Fesztivál (2022): Programok 2022 [online]. Megjelent A zalaegerszegi RESTART Fesztivál hivatalos weboldalán. Hozzáférés: <http://restartfesztival.hu/programok-2022/> [megtekintve 2023.08.31.].
- Takács Júlia (2018): Vajon mi az a PSR? [online]. Megjelent Takács Júlia csrmatrix blogján 2018.09.15. Hozzáférés: [https://cshungary.eu/csrblog/vajon-mi-az-a-psr/?fdx\\_switcher=true](https://cshungary.eu/csrblog/vajon-mi-az-a-psr/?fdx_switcher=true) [megtekintve 2023.07.24.].
- VZs. – Seres Péter (2021): Balaicz Zoltán az Év Polgármestere [online]. Megjelent a Zala Média honlapján 2021.09.11. 09:29. Hozzáférés: <https://www.zalamedia.hu/vezeto-hirek/kozelet/balaicz-zoltan-az-ev-polgarmestere> [megtekintve 2023.08.08.].
- Vibrocomp Kft. (2020): Zalaegerszeg Klímastartégiája [online]. Megjelent Zalaegerszeg Megyei Jogú Város hivatalos portálján. Hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/dokumentum/34641/Zalaegerszeg\\_klimastrategiaja.pdf](https://zalaegerszeg.hu/dokumentum/34641/Zalaegerszeg_klimastrategiaja.pdf) [megtekintve 2023.08.24.].
- Wellbeing Szövetség honlapja [online]. Hozzáférés: <https://www.wellbeingszovetseg.hu/> [megtekintve 2023.07.07.].
- ZAOL.hu. Megjelent a Zalai Hírlap Facebook oldalán. Hozzáférés: <https://www.facebook.com/zalaihirlap.hu> [megtekintve: 2023.08.12.].
- Zalaegerszeg Turizmusa (2022): II. ZEG Rally Show [online]. Megjelent a Zalaegerszeg Turizmusa honlapján. Hozzáférés: <https://zalaegerszegturizmus.hu/info/programok/ii-zeg-rally-show/> [megtekintve 2023.08.31.].
- Zalaegerszeg 2030 gazdaságfejlesztési stratégia. Zalaegerszeg Megyei Jogú Város számára 2020-2030. 2021.12.16. [online]. Megjelent Zalaegerszeg Megyei Jogú Város hivatalos portálján. Hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/dokumentum/34419/Zalaegerszeg\\_2030\\_Gazdasagfejlesztesi\\_strategia\\_VEGLEGES\\_dokumentum.pdf](https://zalaegerszeg.hu/dokumentum/34419/Zalaegerszeg_2030_Gazdasagfejlesztesi_strategia_VEGLEGES_dokumentum.pdf) [megtekintve 2023.08.10.].

### **Egyéb források:**

Balázsné Lendvai Marietta (2023): Felelős és fenntartható vállalat előadás anyaga

Bali Zoltán, Zalaegerszeg város alpolgármesterétől kapott anyagok:

Greentech 2021 mp4 videó

Greentech 2022 mp4 videó

ZEG évértékelő (2022) pdf

ZEG évértékelő (2021) pdf

### **Képek forrásai:**

Ancsy (2021): Csütörtökön kezdődik az Egerszegi Advent [online]. Megjelent a hír.ma honlapján 2021.11.22. 14:43. Hozzáférés: <https://hir.ma/kult/csutortokon-kezdodik-az-egerszegi-advent/778384> [megtekintve: 2023.08.14.].

Balaicz Zoltán (2020): Újabb street workout pálya Zalaegerszegen [online]. Megjelent: Balaicz Zoltán Facebook oldalán., Hozzáférés: <https://www.facebook.com/balaiczz/posts/3284605711549753/> [megtekintve 2023.08.31.].

- Balaicz Zoltán (2022): Deák Ferenc [online], Megjelent: Balaicz Zoltán Facebook oldalán.  
Hozzáférés: <https://www.facebook.com/photo?fbid=10227476101788956&set=pcb.10227476106989086> [megtekintve 2023.08.12.].
- Balaicz Zoltán (2023): Új információk a tüzeset utáni lépésekről [online]. Megjelent Balaicz Zoltán Facebook oldalán. Hozzáférés: <https://www.facebook.com/search/top/?q=balaicz%20zolt%C3%A1n%20t%C5%B1zeset> [megtekintve 2023. 08.18.].
- Balaicz Zoltán (2023): Számlaszám a tűzkárosultak megsegítésére [online]. Megjelent: Balaicz Zoltán facebook oldalán. Hozzáférés: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=763831045114670&set=a.335638601267252> [megtekintve 2023.08.22.].
- Barna Katalin – Nagy Mónika Zita – Dr. Molnár Tamás (2006): Egyszerűen statisztika 2 feladatgyűjtemény. Budapest: Perfekt Kiadó. ISBN 963 394 668 9
- Braun Róbert (2016): Vállalati társadalmi felelősségvállalás, Akadémiai Kiadó, Budapest ISBN: 978 963 05 9672 3 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/108> megtekintve: 2023.06.06.].
- Bristol City Council (2021): Corporate Strategy 2022-2027 [online]. Megjelent Bristol város honlapján. Hozzáférés: <https://www.bristol.gov.uk/files/documents/761-corporate-strategy-2022-27/file> [megtekintve 2023. 09. 10.].
- Budaörs Város Önkormányzata (2023): Sportolási lehetőségek [online]: Hozzáférés: <https://www.budaors.hu/index.php?module=news&action=list&fname=sportolasi-lehetosegek&page=1&perpage=10> [megtekintve 2023.08.06.].
- Budaörs város társadalmi közfelelősség-vállalás stratégiája 2017 <https://hatarozatok.hu/publikacio/45dc84fa9294886b3fa8863eb3b2818f/dontes/2963632/melleklet/68396> [megtekintve 2023. 06. 20.].
- Budaörsi infó (2011): Budaörs – képviselő- testületi ülés: 185 Ft + áfa lesz a lakossági vízdíj (összefoglaló), Hozzáférés: <https://www.budaorsiinfo.hu/blog/2011/02/28/budaors-kepviselo-testuleti-ules-osszefoglalo/> [megtekintve 2023.09.10.].
- Canva.com, Hozzáférés: <https://www.canva.com/> [megtekintve 2023.09.10.]
- City of Helsinki: Health and welfare [online]. Megjelent a Kestävä Helsinki honlapján. Hozzáférés: <https://kestavyys.hel.fi/en/health-and-welfare/> [megtekintve 2023.08.02.].
- City of Vancouver: City and other organization responsibilities [online]. Megjelent Vancouver város honlapján. Hozzáférés: <https://vancouver.ca/people-programs/anti-racism-our-responsibilities.aspx> [megtekintve 2023.08.02.].
- Comission Of The Europe Communities (2001): Green Paper (2001.07.18.) Hozzáférés: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:52001DC0366> [megtekintve 2023.06.30.].
- Cutler Fitness Zalaegerszeg weboldala. Hozzáférés: <https://www.cutlerzalaegerszeg.hu/> [megtekintve 2023.09.11.].
- Csodalatos Magyarország (2023): Zalaegerszegi Sörfesztivál 2023, Hozzáférés: <https://csodalatosmagyarorszag.hu/programok/gasztro-programok/zalaegerszegi-sorfesztival-2023/> [megtekintve 2023.08.14.].
- Depositphotos: Hozzáférés: <https://hu.depositphotos.com/stock-photos/columbia-z%C3%A1szl%C3%B3.html> [megtekintve 2023.08.01.].

- Digital Hungary (2022): Munkahelyi „jóllét”: a nagyvilágban természetes, itthon még kevésbé fontos (2022.11.23.) Hozzáférés: <https://www.digitalhungary.hu/human/Munkahelyi-jollet-a-nagyvilagban-termeszetes-itthon-meg-kevesbe-fontos/18353/> [megtekintve 2023.07.04.].
- Egerszeg Rádió, Hozzáférés: <http://egerszegradio.hu/> [megtekintve 2023.08.12].
- Egészségvonal (2023): Munka és magánélet egyensúlya [online]. Megjelent az <https://egeszsegvonal.gov.hu/> honlapon 2023.07.02. Hozzáférés: <https://egeszsegvonal.gov.hu/maradj-egeszseges/munka-es-maganelet-egyensulya.html> [megtekintve 2023.07.10.].
- Egészségvonal (2023): Munkahelyi stressz [online szócikk]. Megjelent az [egeszsegvonal.gov.hu/honlapon](https://egeszsegvonal.gov.hu/honlapon) 2023.06.02. Hozzáférés: <https://egeszsegvonal.gov.hu/m/1078-munkahelyi-stressz.html> [megtekintve 2023.07.18.].
- Egészségvonal (2023): Kiegészítés [online szócikk]. Megjelent az [egeszsegvonal.gov.hu/honlapon](https://egeszsegvonal.gov.hu/honlapon) 2023.07.29. Hozzáférés: <https://egeszsegvonal.gov.hu/k/1919-kieges.html> [megtekintve 2023.07.22.].
- Emoji Meaning: Hozzáférés: <https://www.emojimeaning.com/hu/green-heart> [megtekintve 2023.07.20.].
- ENSZ: Agenda 2030 [online]. Megjelent a Magyarország szerepvállalása az Egyesült Nemzetek Szervezetében honlapján. Hozzáférés: <https://ensz.kormany.hu/agenda-2030> [megtekintve 2023.06.30.].
- Eurórapont (2020): Átállunk a körforgásra: kész az uniós terv (2020.04.07) Hozzáférés: [https://europapont.blog.hu/2020/04/07/korforgasos\\_eu\\_strategia](https://europapont.blog.hu/2020/04/07/korforgasos_eu_strategia) [megtekintve 2023.06.30.].
- Európai Parlament (2023): Körforgásos gazdaság: mit jelent, miért fontos és mi a haszna? Hozzáférés: <https://www.europarl.europa.eu/news/hu/headlines/economy/20151201STO05603/korforgasos-gazdasag-mit-jelent-miert-fontos-es-mi-a-haszna> [megtekintve 2023.06.29.].
- Facebook: EgerszegiHírek (2023), hozzáférés: <https://www.facebook.com/EgerszegiHirek> [megtekintve 2023.08.12.].
- Facebook: FOTO ZALAEGRSZEG 2023, Hozzáférés: <https://www.facebook.com/media/set/?vanity=fotozalaezerszeg&set=a.666125258877568> [megtekintve 2023.08.22.].
- Facebook: Balaicz Zoltán, Hozzáférés: <https://www.facebook.com/balaiczz> [megtekintve 2023.08.12.].
- Frauenhoffer Márta (2023): Göcsej Prószafesztivál. M1 Híradó 2023.05.29. [online film]. Megjelent a ZTV YouTube csatornáján 2023.05.29 Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=FnzNEijCpbk&t=84s> [megtekintve 2023.08.14.].
- Frauenhoffer Márta (2022): E- autók a kórháznak. ZTV Híradó 2022.04.21. [online film]. Megjelent a YouTube csatornán 2022.04.21. Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=x-uc2x4q1vY&t=67s> [megtekintve 2023.08.24.].
- Frauenhoffer Márta (2023): Évértékelő interjú - Balaicz Zoltán polgármester [online film]. Megjelent Balaicz Zoltán polgármester YouTube csatornáján 2023.01.22.

- Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=tnfXm4VrB6U> [megtekintve 2023.08.12.].
- Freepik: Hozzáférés: [https://www.freepik.com/free-vector/sport-equipment-concept\\_3925738.htm#query=sport%20cartoon&position=1&from\\_view=keyword&track=ais](https://www.freepik.com/free-vector/sport-equipment-concept_3925738.htm#query=sport%20cartoon&position=1&from_view=keyword&track=ais) [megtekintve 2023.07.25.]
- Gazdasági Versenyhivatal. Hozzáférés: [https://www.gvh.hu/dontesek/versenyhivatali\\_dontesek](https://www.gvh.hu/dontesek/versenyhivatali_dontesek) [megtekintve 2023.07.20.].
- Gonda György (2018): Erősödő CSR: A vállalatok szociális lelkiismerete [online]. Megjelent AzÜzlet.hu Bt. honlapján 2018.11.20. Hozzáférés: <https://azuzlet.hu/erosodott-a-csr-a-vallalatok-szocialis-lelkiismerete/>
- Habkirk Alison (2013): How Do Local Governmentes Improve Health and Community Well-being? (PDF fájl) British Columbia: BC Healthy Communities Society and Healthy Families BC. ISBN 978 0 7726 6717 5 hozzáférés: <https://squamish.ca/assets/planH/d0e40f740e/planh-local-government-guide-web.pdf> [megtekintve 2023.07.31.].
- TVZeg (2023): Street Food Weekend, hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=u3qRGcBoJsc> [megtekintve 2023.08.14.].
- YouTube (2022): TVZeg: Filmzenei koncert kommentár nélkül, hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=Fzci0KfOiUs> [megtekintve 2023.08.14.].
- YouTube (2022): Portraishot: Mustra Grill & Chill Zalaegerszeg, hozzáférés: [https://www.youtube.com/watch?v=Tbx\\_6ol02EA](https://www.youtube.com/watch?v=Tbx_6ol02EA) [megtekintve 2023.08.14.].
- YouTube (2022): ZETE FIESZTA 2022, hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=Hyky9nSlBao> [megtekintve 2023.08.31.].
- Balaicz Zoltán, Megjelent Balaicz Zoltán Instagram oldalán. Hozzáférés: <https://www.instagram.com/balaiczz/> [megtekintve 2023.08.12.].
- Jékabson, Inga – Sloka, Biruta (2015): Municipalities and social responsibility, salaspils municipality case [online]. The 9th International Days of Statistics and Economics, Prague, 2015.09.10-12. p. 655-666. HHozzáférés: [https://msed.vse.cz/msed\\_2015/article/212-Jkabsone-Inga-paper.pdf](https://msed.vse.cz/msed_2015/article/212-Jkabsone-Inga-paper.pdf) [megtekintve 2023.07.31.].
- Kanizsa Újság (2022): 11,4 millió eurós beruházásba fogott a Bosch Zalaegerszegen [online]. Megjelent a Kanizsa Újság honlapján 2022.09.13. Hozzáférés: <https://kanizsaujsag.hu/hir/202209/114-millio-euros-beruhazasba-fogott-a-bosch-zalaegerszegen> [megtekintve 2023.08.24.].
- Kertváros Zalaegerszeg (2022): Megjelent: Kertváros Zalaegerszeg Facebook oldalán. Hozzáférés: <https://www.facebook.com/kertvaroszalaegerszeg/photos/a.436465143202277/2085084298340345/> [megtekintve 2023.08.14.].
- Lapcentrum: Zalain Hírlap, hozzáférés: <http://lapcentrum.hu/zh> [megtekintve 2023.08.12.].
- Leadership Mastery: Vezetői kihívások a VUCA világában, hozzáférés: <https://polgarlili.hu/2020/05/08/vezetoi-kihivasok-a-vuca-vilagban/> [megtekintve 2023.07.17.].
- Legfittebb Munkahely (2022), hozzáférés: <https://legfittebbmunkahely.hu/> [megtekintve 2023.07.30.].
- Magyar Építők (2022): Főszerepben a mozgás: elkészült Zalaegerszegen az Alsóerdei Sport-és Élmenypark, hozzáférés: <https://magyarepitok.hu/mi->

- [epul/2022/05/foszerepben-a-mozgas-elkeszult-zalaegerszezen-az-alsoerdei-sport-es-elmanypark](#) [megtekintve 2023. 08.31.].
- márk (2022.): Mit jelent a CSR? [online szócikk]. Megjelent az Interword Kft. Marketingszótárában 2022.05.03. Hozzáférés: <https://www.interword.hu/hu/blog/2022-05-03/marketingszotar-mit-jelent-a-csr> [megtekintve 2023.07.23.].
- MTI (2021): Újra állami kézben működik a Hévíz-Balaton Airport [online]. Megjelent az AIRportal honlapján, 2021. 04.16. Hozzáférés: <https://airportal.hu/ujra-allami-kezben-mukodik-a-heviz-balaton-airport/> [megtekintve 2023.08.14.].
- MTI (2020): Átadták az M76-os út első szakaszát [online]. Megjelent Magyarország Kormánya honlapján 2020.10.23. 14:20. Hozzáférés: <https://kormany.hu/hirek/atadtak-az-m76-os-autout-also-szakaszat> [megtekintve 2023. 08.14.].
- [megtekintve 2023.07.14.].
- MTI/Iho (2021): Terminált épít a Metrans Zalaegerszegre [online] Megjelent az Indóház Közlekedési Lap- és Könyvkiadó online közlekedési, logisztikai hírportálján 2021.02.19. 18:15. Hozzáférés <https://iho.hu/hirek/terminalt-epit-a-metrans-zalaegerszegre> [megtekintve 2023. 08.24.].
- Mindszentyneum (2023), hozzáférés: <https://mindszentyneum.hu/> [megtekintve 2023.08.12.].
- Mizik Tamás (szerk.) (2018): Agrárgazdaságtan II. [online] Budapest: Akadémiai Kiadó. ISBN 978 963 454 187 5. Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/335> [megtekintve 2023.06.06.].
- Mojomarketing: Munkahelyi sport [online]. Megjelent a Team Rekreáció honlapján. Hozzáférés: <https://teamrekreacio.hu/munkahelyi-sport/> [megtekintve 2023.07.20.].
- Nemzeti Jelképek, hozzáférés: <https://www.nemzetijelkepek.hu/alsomocsolad-kozseg> [megtekintve 2023. 07.20.].
- Pannon Egyetem Zalaegerszegi Egyetemi Központ (2020): Zöld Kampusz újratöltve [online]. Megjelent a Twitteren 2020.10.08. 14:06. Hozzáférés: [https://twitter.com/uni\\_zek/status/1314175414210826241](https://twitter.com/uni_zek/status/1314175414210826241) [megtekintve 2023.08.25.].
- Pannon JMK (évszám), hozzáférés: <https://pannonjmk.hu/hu/partnerek/zalaegerszeg-megyei-jogu-varos.html?page=2> [megtekintve 2023.07.19.].
- Pánczél – pP (2022): Czobor Mátyás szobra a ligetben [online]. Megjelent a Zala Média honlapján. hozzáférés: <https://www.zalamedia.hu/vezeto-hirek/kozter/czobor-matyas-szobra-a-ligetben> [megtekintve 2023.08.12.].
- Pixabay hozzáférés: <https://pixabay.com/hu/vectors/egyes%C3%BClt-kir%C3%A1llys%C3%A1g-z%C3%A1szl%C3%B3-162452/> [megtekintve 2023.09.10.].
- Richter (2022): 7845200 Ft gyűlt össze a Richter Egészségváros zalaegerszegi állomásán [online]. Megjelent a Zala Vármegyei Szent Rafael Kórház honlapján. hozzáférés: <https://www.zmkorhaz.hu/7-485-200-forint-gyult-ossze-a-richter-egeszsegvaros-zalaegerszegi-allomasan/> [megtekintve 2023. 08. 24.].
- Smartcities and sport (2019): helsinki, finland: let's get moving! hozzáférés: <https://www.smartcitiesandsport.org/lets-get-moving/> [megtekintve 2023.08.02.].
- Szakál Eszter – Révész Tamás – Bátai Péter (2022): Richter Egészségváros Zalaegerszegen. ZTV Híradó 2022.05.09. [online film]. Megjelent a YouTube csatornán 2022.05.09.



- Hozzáférés: <https://www.youtube.com/watch?v=Vr4WuP6xO98> [megtekintve 2023.08.24.]. Világgazdaság (2022): Drónkutató központot építenek Zalaegerszegen, hozzáférés: <https://www.vg.hu/hirek/2022/04/dronkutato-kozpontos-epitenek-zalaegerszegen> [megtekintve 2023. 08.24.].
- Szakály Zoltán (szerk.) (2017): Élelmiszer-marketing [online]. Budapest: Akadémiai Kiadó. ISBN 978 963 454 025 0 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/262> [megtekintve 2023.06.06.].
- Szatmári Zoltán (2018): Sport, életmód, egészség [online]. Budapest: Akadémiai Kiadó. ISBN 978 963 454 121 9 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/293> [megtekintve 2023. 06.06.].
- Szlávik János (2019): Fenntartható gazdálkodás [online]. Budapest: Wolter Kluwer . ISBN 978 963 295 820 0 Hozzáférés: <https://mersz.hu/kiadvany/496> [megtekintve 2023.06.06.].
- Tik Tok, Balaicz Zoltán, hozzáférés: <https://www.tiktok.com/@balaiczzoltan> (megtekintve: 2023.08.12)
- Tourinform Zalaegerszeg (2022): Megjelent Tourinform Zalaegerszeg Facebook oldalán Hozzáférés: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=5560226650666314&set=pcb.5560231547332491> [megtekintve 2023.08.12.].
- Vigh László (2021) Megjelent Vigh László Facebook oldalán. Hozzáférés: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=4335874723169272&set=pcb.4335882756501802> [megtekintve 2023.08.24.].
- Vigh László (2021): Megjelent Vigh László Facebook oldalán. Hozzáférés: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=4335876006502477&set=pcb.4335882756501802> [megtekintve 2023.08.24.].
- Világzászló stúdió: Finnország zászlaja, hozzáférés: [https://vilagzaszlostudio.myshopprenter.hu/finn\\_60x90cm\\_441](https://vilagzaszlostudio.myshopprenter.hu/finn_60x90cm_441) [megtekintve 2023. 09.10.].
- VZs. – Seres Péter (2021): Balaicz Zoltán az Év Polgármestere [online]. Megjelent a Zala Média honlapján 2021.09.11. 09:29. Hozzáférés: <https://www.zalamedia.hu/vezeto-hirek/kozelet/balaicz-zoltan-az-ev-polgarmestere> [megtekintve 2023.08.08.].
- Wellbeing Szövetség  
hozzáférés:  
<https://www.facebook.com/photo/?fbid=553628726814748&set=a.553628696814751> [megtekintve 2023.07.18.].
- YouTube:  
Balaicz Zoltán  
Hozzáférés: <https://www.youtube.com/@balaiczzoltanpolgarmester9228/videos> [megtekintve 2023.08.12.].
- ZAOL.hu. Megjelent a Zalai Hírlap Facebook oldalán. Hozzáférés: <https://www.facebook.com/zalaihirlap.hu> [megtekintve: 2023.08.12.].
- ZAOL.hu (2023): Film piknik a zalaegerszegi vizslaparkban, hozzáférés: <https://www.zaol.hu/helyi-kozelet/2023/07/film-piknik-a-zalaegerszegi-vizslaparkban> [megtekintve 2023. 08.14.].

- ZALA média (2022): Fesztiválynitó szoboravatással, hozzáférés: <https://www.zalamedia.hu/vezeto-hirek/kozelet/fesztivalnyito-szoboravatassal> [megtekintve 2023.08.12.].
- ZAOL.hu (2023): Látványos képek az Egerszegi tüzesetről, hozzáférés: <https://www.zaol.hu/helyi-kek-hirek/2023/05/latvanyos-kepeket-kuldott-olvasonk-az-egerszegi-tuzesetrol> [megtekintve 2023. 08.22)
- ZAOL.hu (2021): Zalaegerszeg kiváló helyen végzett az „Európa Zöld Városa Díj” nemzetközi versenyében, hozzáférés: <https://www.zaol.hu/helyi-kozelet/2021/10/zalaegerszeg-kivalo-helyen-vegzett-az-europa-zold-varosa-dij-nemzetkozi-versenyeben> [megtekintve 2023. 08. 25.].
- Zaszlo.hu (2023):  
Lettország zászló, hozzáférés: <https://zaszlo.hu/products/lettorszag-zaszlo> [megtekintve 2023. 09 11.].
- Zalaegerszeg Turizmusa (2022): II. ZEG Rally Show [online]. Megjelent a Zalaegerszeg Turizmusa honlapján. Hozzáférés: <https://zalaegerszegturizmus.hu/info/programok/ii-zeg-rally-show/> [megtekintve 2023.08.31.].
- Zalaegerszegi Televízió: Kezdőoldal, hozzáférés: <https://zegtv.hu/> [megtekintve 2023. 08.12)
- ZMJV Hivatalos Portálja (2021): A Pál utcai fiúk, hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/3697/A\\_Pal\\_utcai\\_fiuk](https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/3697/A_Pal_utcai_fiuk) [megtekintve 2023.08.14.].
- ZMJV Hivatalos Portálja (2021): Bokrétaünnep az AVL Hungary KFT-nél, hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/3835/Bokretaunnep\\_az\\_AVL\\_Hungary\\_KFTnel](https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/3835/Bokretaunnep_az_AVL_Hungary_KFTnel) [megtekintve 2023. 08.24.].
- ZMJV Hivatalos Portálja (2022): Elektromos autók a kórház orvosainak, hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/3964/Elektromos\\_autok\\_a\\_korhaz\\_orvosainak](https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/3964/Elektromos_autok_a_korhaz_orvosainak) [megtekintve 2023. 08. 24.].
- ZMJV Hivatalos Portálja (2019): Elkezdődött az Egerszeg Fesztivál, hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/3004/Elkezdodott\\_az\\_Egerszeg\\_Fesztival](https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/3004/Elkezdodott_az_Egerszeg_Fesztival) [megtekintve 2023.08.14.].
- ZMJV Hivatalos Portálja (2023): GREENTECH 2023- 2.nap, hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/4686/GREENTECH\\_2023\\_2\\_nap](https://zalaegerszeg.hu/kepgaleria/4686/GREENTECH_2023_2_nap) [megtekintve 2023. 08.25.].
- ZMJV Hivatalos Portálja (2022): Megnyílt az új uszoda (videó), hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/cikk/36599/Megnyilt\\_az\\_uj\\_uszoda\\_Video](https://zalaegerszeg.hu/cikk/36599/Megnyilt_az_uj_uszoda_Video) [megtekintve 2023. 08. 31.].
- ZMJV Hivatalos Portálja (2023): Zalaegerszegről rajtolt a Tour de Hongrie második szakasza (videó), hozzáférés: [https://zalaegerszeg.hu/cikk/38511/Zalaegerszegrol\\_rajtolt\\_a\\_Tour\\_de\\_Hongrie\\_masodik\\_szakasza\\_Video](https://zalaegerszeg.hu/cikk/38511/Zalaegerszegrol_rajtolt_a_Tour_de_Hongrie_masodik_szakasza_Video) [megtekintve 2023. 08. 31.].
- ZMJV Paktum Portál (2017): Zalaegerszeg attrakív jegyeit azonosító felmérés: (2017. 05.29.), hozzáférés: <https://www.paktumportal.hu/tudastar/letoltheto-anyagok/zalaegerszeg-> [megtekintve 2023. 07.29.].

## **MELLÉKLETEK**

# 1. MELLÉKLET: KÉRDŐÍV

## Munkahelyi jóllét vizsgálata

Kedves Kitöltő!

Németh Dorkának hívnak, a Pannon Egyetem zalaegerszegi karának végzős hallgatója vagyok. Dolgozatomban a MUNKAHELYI JÓLLÉT alakulását vizsgálom. A kitöltés anonim, személyes adatok megadására nincs szükség.

A kérdőív kitöltése pár percet vesz igénybe.

Köszönöm a segítséget!

Az Ön neve: \*

Nő

Férfi

Az Ön életkora (év): \*

Rövid szöveges válasz

Az Ön foglalkozása: \*

- Adminisztráció/Titkári
- Bank
- Biztonság/Honvédelem
- Egészségügy/Szociális ellátás
- Emberi erőforrások
- Háztartásbéli
- Információs technológia/Elektronika
- Jog/Jogi tanácsadás
- Kereskedelem
- Kultúra/ Művészetek/ Szórakozás
- Közlekedés/Logisztika
- Marketing/Reklám
- Menedzsment
- Mezőgazdaság/Környezettudományok
- Munkanélküli
- Média/PR
- Oktatás/Tudomány
- Pénzügy/Könyvelés
- Szolgáltatás
- Telekommunikáció
- Termelés/Gyártás
- Állami adminisztráció/Igazgatásszervezés
- Építőipar/Ingatlanforgalmazás
- Egyéb...

Munkáltatóra vonatkozó adatok \*

Kérem, jelölje, hogy a munkáltatója melyik kategóriába tartozik!

- Non-profit szektor (pl. alapítvány, egyesület, köztestület stb.)
- For-profit szektor (piaci szereplők, vállalatok)
- Állami szektor (elsősorban költségvetési pénzből működő intézmények)

A for-profit szektoron belül kérem, jelölje a megfelelő vállalati méretet! \*

- Mikroállalkozás (<10 foglalkoztatott)
- Kisvállalkozás (<50 foglalkoztatott)
- Nagyvállalat (< 250 foglalkoztatott felett)
- Egyik sem, nem a for-profit szektort jelöltem

Kérem, jelölje, hogy munkáltatója fő tevékenysége alapján melyik gazdasági ágazatban működik! \*

- Mezőgazdaság, erdőgazdálkodás, halászat
- Bányászat, kőfejtés
- Feldolgozóipar
- Villamosenergia-, gáz, gőzellátás, légkondicionálás
- Vízellátás szennyvíz gyűjtése, kezelése, hulladékgazdálkodás
- Szennyeződésmérsítés
- Építőipar
- Kereskedelem, gépjárműjavítás
- Szállítás, raktározás
- Szálláshely-szolgáltatás, vendéglátás
- Információ, kommunikáció
- Pénzügyi, biztosítási tevékenység
- Ingatlanügyletek
- Szakmai, tudományos, műszaki tevékenységek
- Közigazgatás, védelem; kötelező társadalombiztosítás
- Oktatás
- Humán-egészségügyi, szociális ellátás
- Művészet, szórakoztatás, szabadidő
- Egyéb szolgáltatás
- Háztartás munkaadói tevékenysége; termék előállítása, szolgáltatás végzése saját fogyasztásra
- Területen kívüli szervezet

Munkavállalóra vonatkozó adatok \*

Kérem jelölje, hogy Ön milyen településtípusban él!

- Főváros
- Város/Megyeszékhely
- Város
- Község
- Falu

Kérem jelölje a legmagasabb iskolai végzettségét! \*

- 8 általános iskolánál kevesebb
- Általános iskola 8. osztálya
- Középfokú végzettség érettségi nélkül, szakmai végzettséggel
- Középfokú végzettség érettségivel, szakmai végzettség nélkül
- Középfokú végzettség érettségivel, szakmai végzettséggel
- Felsőfokú végzettség (főiskola vagy egyetemi alapképzés)
- Felsőfokú végzettség (mesterképzés)
- PhD (doktori végzettség)

Kérem jelölje a havi NETTÓ jövedelem kategóriáját! \*

- Nem rendelkezek jövedelemmel
- 155.000 Ft vagy alatti
- 155.001 Ft és 200.000 Ft közötti
- 200.001 Ft és 300.000 Ft közötti
- 300.001 Ft és 400.000 Ft közötti
- 400.001 Ft és 500.000 Ft közötti
- 500.001 Ft és 600.000 Ft közötti
- 600.001 Ft feletti

Mi az Ön munkakörének pontos megnevezése a megjelölt foglalkozási körön belül? \*

Hosszú szöveges válasz

Jelenleg hányadik munkahelyén dolgozik? \*

- Első
- Második
- Harmadik
- Negyedik
- Egyéb...

Mióta dolgozik jelenlegi munkahelyén? \*

- Kevesebb, mint 1 éve
- 1-2 éve
- 3-4 éve
- Több, mint 4 éve

Milyen beosztásban dolgozik? \*

- Gyakornok
- Alkalmazott
- Alsóvezető
- Középvezető
- Felsővezető
- Egyéb...

Mennyire elégedett a munkahelyével? \*

	1	2	3	4	5	6	7	
Egyáltalán nem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Teljes mértékben

Ha NEM a maximum (7-es) értéket adta, miért? (Ha 7-es értéket adott, akkor írja be, hogy 7) \*

Hosszú szöveges válasz

Gondolkodott-e munkahelyváltáson az elmúlt 1 évben? \*

- Igen
- Nem

Ha IGEN, miért? (Ha nem akkor írja be, hogy NEM) \*

Hosszú szöveges válasz

A munkája végett mennyire stresszes? \*

	1	2	3	4	5	6	7	
Egyáltalán nem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Teljes mértékben

Ha NEM az (1-es) skála szerinti értéket adta az előző kérdésre, akkor milyen eszközökkel vezet le a munka által okozott stresszt? (Ha az 1-es értéket adta, akkor írja be, hogy 1) \*

Hosszú szöveges válasz

Mennyire érzi magát kiegészítettnek? \*

	1	2	3	4	5	6	7	
Egyáltalán nem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Teljes mértékben

Ha NEM az (1-es) skála szerinti értéket adta az előző kérdésre, akkor miért érzi a kiegészítettségét? (Ha az 1-es értéket adta, akkor írja be, hogy 1) \*

Hosszú szöveges válasz

Kérem értékelje az alábbi felsorolt tényezők mennyire motiválják Önt az adott munkahelyen maradás szempontjából 1-7-es skálán? (1 egyáltalán nem, 7 teljes mértékben) \*

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.
Rugalmas ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Életvezeté...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Munka-ma...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Szemléletf...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sportolást...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Munkahely...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Egészsége...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Anyagi biz...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Az Ön munkahelye alkalmaz-e az alábbi munkahelyi jóllét elemek közül valamit? \*

- Rugalmas munkaidő
- Életvezetési coaching tanácsok
- Munka - magánélet egyensúlyt elősegítő programok
- Szemléletformáló programok (adománygyűjtés, fa ültetés)
- Sportolást és egészségmegőrzést elősegítő megoldások
- Munkahelyi stressz kezelésére irányuló tréningek
- Egészséges életmódra nevelő programok, kedvezményes egészségügyi szűrések
- Anyagi biztonság
- Nem alkalmaz jólléti elemeket
- Egyéb...

Ha igen, akkor a megjelölt jólléti elemek közül Ön melyiket NEM veszi igénybe és miért? (Ha NEM alkalmaz jólléti elemeket, akkor írja be, hogy NEM) \*

Hosszú szöveges válasz

A testmozgás a mindennapjai részét képezi? \*

- Igen
- Nem

Ha igen, akkor milyen testmozgást végez? Ha nem, akkor miért nem? \*

Hosszú szöveges válasz

Ha a munkahelye bevezetne sportolási, illetve egészségmegőrző programokat, akkor mennyire érezné magát jobban mentálisan és fizikálisan? \*

	1	2	3	4	5	6	7	
Egyáltalán nem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Teljes mértékben

Milyen sportolási és egészségmegőrző programokra vágya a munkahelyén? \*

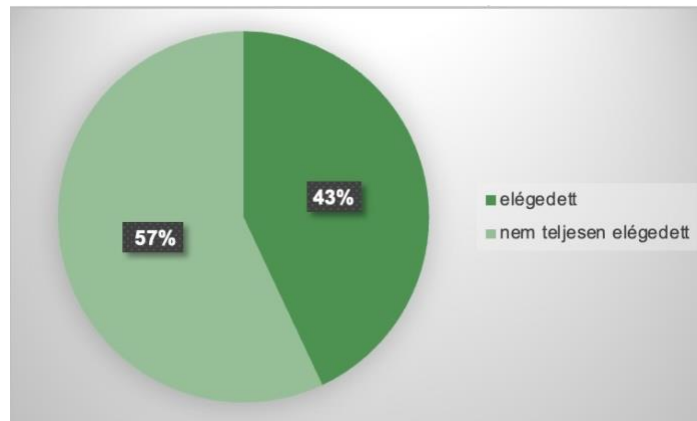
Hosszú szöveges válasz

Ön milyen munkahelyi jólléti javító programokat javasolna, amely nincs az Ön munkahelyén? \*

Hosszú szöveges válasz

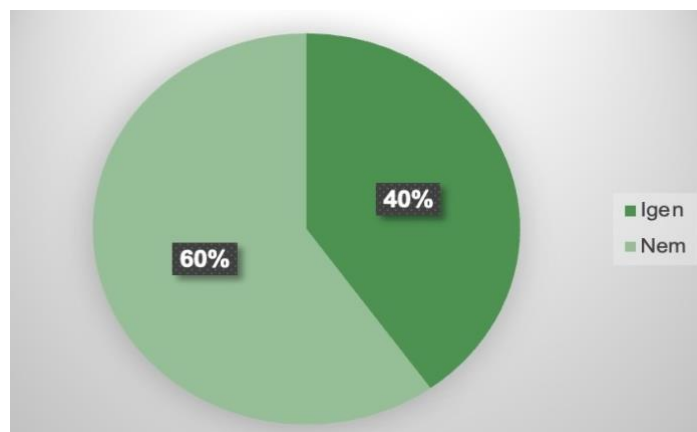


## 2. MELLÉKLET: PRIMER KUTATÁS ÖSSZEFOGLALÓ ÁBRÁI



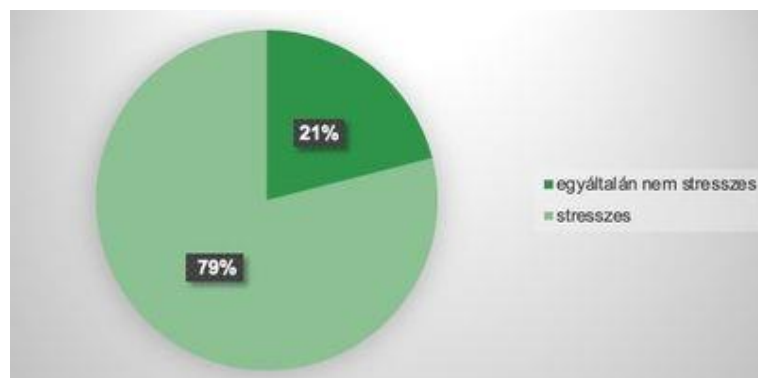
83. Ábra: Munkahelyi elégedettség alapján történő megoszlás

Forrás: saját szerkesztés, primer kutatás alapján



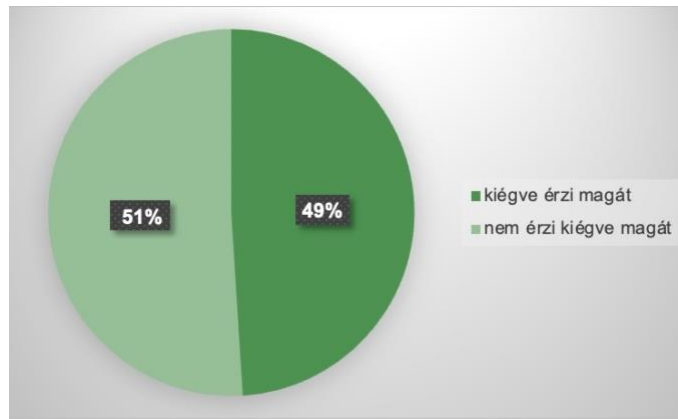
84. Ábra: A munkahelyváltás szándéka szerinti megoszlás

Forrás: saját szerkesztés, primer kutatás alapján



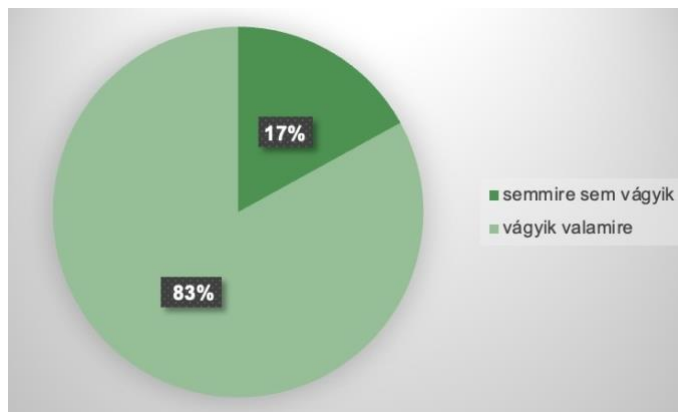
85. Ábra: Munkahelyi stressz alapján történő megoszlás

Forrás: saját szerkesztés, primer kutatás alapján



86. Ábra: Kiegészítési szerinti megoszlás

Forrás: saját szerkesztés, primer kutatás alapján



87. Ábra: Sportolási és egészségügyi programok iránti igény megoszlása

Forrás: saját szerkesztés, primer kutatás alapján

### **3. MELLÉKLET: STURKTURÁLT INTERJÚ**

**Interjúalany:** Bali Zoltán, Zalaegerszeg Megyei Jogú Város alpolgármestere

**Az interjú készítésének időpontja:** 2023.09.13.

**Az interjú készítésének helyszíne:** Zalaegerszeg Megyei Jogú Város Polgármesteri Hivatala, Zalaegerszeg, Kossuth Lajos utca 19.

#### **Kérdések:**

1. Miért nincs Zalaegerszeg városnak PSR (Public Social Responsibility) stratégiája?
2. Milyen lépéseket valósít meg Zalaegerszeg város a fenntartható fejlődés, a társadalmi felelősségvállalás és a munkahelyi jóllét biztosításával összefüggésben?
3. Milyen információi vannak arról, hogy milyen attitűd jellemző a munkahelyi wellbeinggel összefüggésben a munkavállalók és a munkáltatók részéről?
4. Milyen sportberuházások, sportrendezvények jöttek létre Zalaegerszeg/Zala megye területén 2020-2023 között, illetve melyek a jövőbeli tervek?
5. Tekinthető-e Zalaegerszeg város benchmarknak a vizsgált tématerületeket illetően más városok számára?
6. Milyen indokok mentén született a „Zalaegerszeg, ahol megtalálod a jövőd” szlogen?