

KONCEPCJA INNOWACJI

BĄDŹ ZDRÓW

Autor innowacji: TORO Michał Rzepka

Nazwa Innowacji: Bądź zdrow!

Inkubator: Samorząd Województwa Wielkopolskiego – Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Poznaniu – Lider, partnerzy: Miasto Poznań, Poznańskie Centrum Superkomputerowo-Sieciowe.

Innowacja społeczna powstała w ramach realizacji projektu „Przepis na wielkopolską innowację społeczną -usługi opiekuńcze dla osób zależnych” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego - Program Operacyjny Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020.



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Bądź zdrow!

Koncepcja

Celem innowacji społecznej jest wykształcenie, utrzymanie, wspieranie nawyków **zdrawego żywienia osób zależnych: dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną, uczniów szkół specjalnych**, edukowanie w zakresie zdrowego żywienia osób zależnych, wspieranie samodzielności osób zależnych w zakresie przygotowywania posiłków odpowiednich dla ich potrzeb **poprzez** dostarczenie użytecznego, podręcznego, intuicyjnego w obsłudze narzędzia, za pomocą którego rodzice/opiekunowie/nauczyciele osób zależnych uzyskaliby wsparcie w zakresie informacji na temat prawidłowego, zdrowego odżywiania podopiecznych z uwzględnieniem ich indywidualnych potrzeb, ograniczeń (np. alergie), przyzwyczajzeń, natomiast osoby zależne za pomocą tego narzędzia, uzyskają lub utrzymają sprawność i samodzielność w zakresie działań związanych z przygotowaniem dla siebie zdrowego i odpowiedniego do potrzeb posiłku. W miarę możliwości przepisy zawierać będą możliwie najmniej produktów alergenów lub zamienniki tych produktów.

Narzędzie to, przeznaczone tak dla rodziców/opiekunów/nauczycieli osób zależnych jak i ich samych, będzie więc dostępną on-line aplikacją www stanowiącą połączenie książki kucharskiej, bloga kulinarnego, portalu dietetycznego, której używać będą tak rodzice/opiekunowie/nauczyciele osób zależnych, jak i one same.

Jak działać będzie aplikacja?

Pierwsza podstawowa funkcjonalność to profilowanie odbiorcy.

Ze względu na wymogi związane z ochroną danych osobowych oraz zobowiązania związane z bezpieczeństwem i ochrona danych aplikacja nie będzie gromadzić danych wrażliwych. Funkcjonalność konta z podawaniem danych zastąpiona zostanie przez kategoryzację wyszukiwarki, która pozwoli na szybkie i proste zaznaczenie alergenów celem podania przepisów odpowiednich dla końcowego odbiorcy. Po zaznaczeniu indeksów alergenów osoba niejako "automatycznie" dostawać będzie informacje dla niej przeznaczone (mechanizm indeksowania bazy danych).

Druga funkcjonalność to dostępność komunikacyjna dostosowana do możliwości komunikowania się osób z niepełnosprawnością intelektualną posługujących się komunikacją obrazkową PCS/Piktogramami.

Aplikacja działać będzie przez www, tak na komputerach typu PC jak i na tabletach, smartfonach itp.

Trzecia funkcjonalność to wsparcie w zakresie przygotowywania posiłków. Wybrać będzie można np.:

- co zjeść rano, w południe, po południu, wieczorem (dobór wyników na podstawie wskazanej pory dnia)
- co zjeść na śniadanie, obiad, podwieczorek, kolację (dobór na podstawie kategorii posiłków)
- mam w lodówce takie produkty, co z nich mogę przygotować (dobór na podstawie posiadanych produktów)

- mam ochotę na deser - co mogę zjeść (dobór na podstawie potrzeb i warunków zdrowotnych). Wsparcie nie będzie jednak ograniczać się tylko do podpowiedzi co zjeść, ale również kolejno prezentować będzie przepisy na przygotowanie poszczególnych posiłków i tak zawierać będzie:
- przepis w postaci tekstowej (dla osób sprawnych komunikacyjnie)
- przepis pokazany jako procedura krok po kroku przy pomocy PCS/piktogram (dla osób posługujących się tymi metodami alternatywnej komunikacji)

Kolejna rzecz to aspekt społecznościowy, aplikacja umożliwiłaby wymianę doświadczeń i przepisów użytkowników za pomocą np.:

- komentarzy pod potrawami
- prowadzenia w aplikacji poradnictwa dotyczącego zasad prawidłowego bilansowania diety, zasad zdrowego żywienia, porad dietetycznych, unikania alergenów przez stosowanie produktów zamiennych.

Korzystanie z aplikacji przez osoby zależne, ich rodziców/opiekunów/nauczycieli sprawi, że wspierane będą ich nawyki w zakresie zasad zdrowego żywienia, poszerzy się świadomość wagi prawidłowego bilansowania diety osób zależnych, utrzyma się możliwie długo samodzielność osób zależnych w prostych czynnościach samoobsługowych jak przygotowanie posiłku. Korzystający uświadamiani będą odpowiednimi zapisami i komunikatami o odpowiedzialności użytkowników tj. opiekunów osób zależnych, rodziców, nauczycieli itp., za należyte użytkowanie portalu w tym prawdziwość podawanych danych niezbędnych do indeksowania wyników wyszukiwania.

W zakresie użytkowników korzystać z niej będą zarówno osoby z niepełnosprawnością intelektualną, nauczyciele/rodzice/opiekunowie i rodziny takich osób. Grupa odbiorców będzie rosła, nie tylko dzięki możliwości dostępu do źródeł informacji, ale również dzięki społecznościowemu charakterowi projektu, który umożliwia zaangażowanie się w dzielenie doświadczeniami i spostrzeżeniami na temat zdrowego żywienia, jak i dzielenia przepisami. Grupa docelowa jest z jednej strony rozproszona, z drugiej zaś jedną z bazowych jej potrzeb jest integracja z innymi osobami w podobnej sytuacji w celu udzielania sobie wsparcia i wymiany informacji. Takie dedykowane ich potrzebom rozwiązanie systemowe, dostępne przez Internet, z funkcjonalnością umożliwiającą nawiązywanie wzajemnych relacji ściśle odpowiada na sygnalizowaną potrzebę i stanowić może przyczynek do sukcesu projektu.

Kolejną grupę odbiorców stanowić będą min szkoły specjalne, warsztaty terapii zajęciowej. Będą one miały możliwość wykorzystania aplikacji w pracy i opiece nad osobami zależnymi.

Projekt może wykazać się potencjałem rozwojowym, co powiększać będzie grono odbiorców i sprawi, że projekt ma szansę się rozwinąć w przedsięwzięcie biznesowe, które będzie w stanie zarobić na swoje utrzymanie i rozwój (np. poprzez udostępnianie powierzchni reklamowej, świadczenie usług itp.).

Panel administracyjny

Panel administracyjny stanowi back end aplikacji i służy do zarządzania treścią na stronie www. Jako taki, umożliwia więc poprzez odpowiednie formularze wprowadzanie danych, widocznych następnie dla użytkowników końcowych.

Administrator – osoba z pełnymi uprawnieniami dostępu do wszelkich treści na stronie www, zarządzania treścią, dodawania, zmieniania i uzupełniania, zarządzania użytkownikami.

Autor – osoba mogąca tworzyć treści, lecz nie mogąca ich samodzielnie publikować. Treści wytworzone przez autora akceptuje i publikuje administrator.

Ze względu na ochronę i bezpieczeństwo danych dostępu do panelu administracyjnego nie mają użytkownicy końcowi. Oni korzystają ze strony użytkownika końcowego, bez konieczności logowania się do panelu administracyjnego.

Ze względu na przepisy bezpieczeństwa danych oraz idąc za sugestiami jednego z oceniających ekspertów, aplikacja nie będzie gromadzić danych wrażliwych, nie będzie wymagała zakładania konta, profilowanie użytkownika prowadzone będzie na podstawie wyborów opcji na stronie użytkownika końcowego.

Opiekun, rodzic, nauczyciel osoby zależnej ma pełny dostęp do treści za pomocą strony front end, może przeszukiwać zasoby, drukować, poprzez formularz dodawać własne treści (akceptowane przez administratora).

Opiekun, rodzic, nauczyciel osoby zależnej ma również możliwość zaznaczania na liście check box alergeny, które mają być eliminowane w wynikach wyszukiwania. Po takim zaznaczeniu, w dalszej pracy z aplikacją zwracać ona będzie wyniki wyszukiwania z pominięciem czynników alergicznych.

Podopieczny – zasadniczo ma dostęp do wszystkich treści, lecz jego aktywność skupiać się będzie na zaznaczaniu wyborów i w ten sposób uzyskiwaniu przepisów zgodnie z indywidualnymi potrzebami czy preferencjami.

Taki dobór uprawnień i sposobu korzystania z aplikacji wynika z chęci dostarczenia prostego w obsłudze narzędzia, którego podstawową cechą ma być użyteczność.

Technologia

Baza danych – gromadzi dane aplikacji i pozwala na zarządzanie nimi, zarówno elementy strony jak i kontent merytoryczny. Wykorzystana baza danych typu SQL (MySQL, PostgreSQL)

Strona WWW – zarówno back end (panel administracyjny) jak i front end (strona użytkownika końcowego) wykonane przy wykorzystaniu HTML5, CSS (arkusze stylów), PHP, JavaScript.

Wolumen danych, indeksacja:

Podstawową zawartość strony stanowią będą przepisy kulinarne posiłków, przygotowane zgodnie z zasadami zdrowego żywienia z uwzględnieniem możliwości i potrzeb osób o specyficznych potrzebach żywieniowych wynikających z poziomu aktywności, schorzeń, alergii itp.

Jednocześnie przepisy te przygotowane będą zarówno w warstwie tekstowej jak i kart do wyświetlania i druku zawierających przepis zapisany symbolami PCS.

Tak więc kluczową funkcjonalnością są tu sposoby indeksacji przepisów.

Indeksacja kategorii posiłków

- śniadanie
- drugie śniadanie
- obiad
- podwieczorek
- kolacja

Według tej indeksacji, przepisy będą wyświetlane zgodnie ze wskazanym parametrem obejmującym rodzaj posiłku w ciągu dnia.

Indeksacja produktowa

Indeksacja produktowa umożliwi wyświetlenie przepisów, które zawierają określony, wybrany produkt lub produkty.

Tak więc zaznaczenie odpowiedniego, pożądanego produktu determinować będzie listę wyników wyszukiwania. Listę indeksów tworzyć będą określone produkty wykorzystane w przepisach (lista rozbudowywana wraz z rozbudową bazy przepisów).

Indeksacja wg. alergenów

Lista alergenów do zaznaczenia w celu eliminacji przepisów z wyników wyszukiwania przygotowana wg Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) Nr 1169/2011 w odniesieniu do składników obecnych w środkach żywności.

SUBSTANCJE ZAWIERAJĄCE ALERGENY:

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczypty hybrydowe) i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jajka i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne

5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy tj. migdały (*Amygdalus communis* L), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), nerkowce (*Anacardium occidentale*), orzechy pekan (*Carya illinoensis*/Wangenh/K.Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia exelsa*), pistacje (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*) i produkty pochodne
9. Seler zwyczajny i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO₂
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne.

Indeksacja, wg. poziomów aktywności

- niska aktywność fizyczna
- średnia aktywność fizyczna
- wysoka aktywność fizyczna.

Indeksacja ta pozwala na dobranie przepisów zgodnie z poziomem aktywności fizycznej korzystającego.

Indeksacja porad dietetycznych

Porady dietetyczne nie będą osobno indeksowane. przygotowane w postaci instrukcji, informacji zamieszczone będą na osobnej podstronie do przeglądu. Wynika to z tego, że będą one w pewnym zakresie się uzupełniać, a więc użytkownik, podążając za tytułami i lidem tekstu będzie mógł zapoznać się z najbardziej dla niego odpowiednimi i potrzebnymi tekstami. Poruszanie się ułatwi zbiór tagów (odniesień słownych).