

## اسم المشروع "رشيق ٢٠٣٠"

### أولاً: الهدف من المشروع

١. زيادة الوعي بمشكلة السمنة وصعوبات ممارسة الرياضة التقليدية.
٢. الترويج لتطبيق/منصة "صحتك في بيتك" كحل ذكي سهل ورخيص.
٣. استهداف شريحة كبيرة من الناس اللي بتعاني من الوزن الزائد وتواجه عوائق الذهاب للجيم.
٤. تحقيق أكبر عدد من التحميلات للتطبيق خلال أول ٣ أشهر من الحملة.

### ثانياً: شعار الحملة

"معاك رشيق. ديمًا صديق"

"خليك رشيق. صحتك بين إيديك"

"رشاقتك مش محتاجة جيم"

"رشيق. مدربك الجديد في بيتك"

### ثالثاً: الشريحة المستهدفة

**الفئة العمرية:** ٢٠ - ٤٥ سنة (الأطفال من خلال توعية لأمهات)

**الجنس:** الرجال والنساء.

**المستوى المعيشي:** متوسط - محدود الدخل (لا يقدر على الاشتراك في الجيم أو المدربين الشخصيين).

**السمات:**

- أصحاب وزن زائد أو سمنة.
- أشخاص يعانون من ضيق وقت أو صعوبة في الحركة.
- أمهات لأطفال يعانون من السمنة
- موظفون وعاملون لديهم جداول مزدحمة أو ظروفهم المادية غير جيدة.

### رابعاً: تحديد المشكلة

- ارتفاع تكاليف الاشتراك الشهري في صالات الجيم.
- صعوبة الحركة والتنقل خاصة لذوي السمنة أو كبار السن.
- البرامج العامة غير المخصصة التي لا تناسب كل جسم.
- فقدان الدافع والتحفيز للاستمرار في الأنظمة التقليدية.

## خامساً: حلول المشكلة عبر المشروع

### منصة ذكية أو تطبيق:

- خطة رياضية مخصصة بناءً على بيانات المستخدم (الوزن، الطول، الحالة الصحية).
- نظام غذائي ذكي يحسب السعرات ويعطي بدائل صحية مناسبة.
- متابعة بالذكاء الاصطناعي عبر لوحة تقدم مرئية (Charts + Progress Tracker).
- تجربة سهلة وبسيطة من المنزل، بدون أدوات باهظة.
- تكلفة أقل بكثير من الجيم أو المدرب الخاص.

### سادساً: تحليل المنافسين

#### المنافسين المباشرين (تطبيقات لياقة وصحة):

Nike Training Club / Freeletics / MyFitnessPal

نقاط قوتهم: عالميين – محتوى متنوع – مجتمع مستخدمين كبير.

نقاط ضعفهم: غير مخصص بشكل كامل للثقافة العربية – معظم المحتوى باللغة الإنجليزية – خطط عامة.

#### المنافسين غير المباشرين:

صالات الجيم التقليدية

نقاط قوتها: وجود مدربين شخصيين – أدوات متاحة.

نقاط ضعفها: تكاليف عالية – الحاجة للتنقل – غير مرنة مع جداول الأفراد.

#### الميزة التنافسية لمشروعك:

محتوى عربي بالكامل.

أسعار مناسبة أقل من تكلفة الجيم.

تخصيص كامل بالخوارزميات (ذكاء اصطناعي يضع خطط لكل مستخدم حسب وزنه وهدفه).

سهولة الوصول من أي مكان وأي وقت.