

---

**Raport merytoryczny za rok 2024**

Fundacji Edukacji i Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego.

**WPROWADZENIE DO SPRAWOZDANIA**

- 1) Nazwa Fundacji: Fundacja Edukacji i Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego
- 2) Siedziba Fundacji: ul. Strzelców Kaniowskich 71, 90-558 Łódź
- 3) Rejestracja w Krajowym Rejestrze Sądowym:
  - Sąd rejestrowy: Sąd Rejonowy dla Łodzi-Śródmieścia w Łodzi, XX Wydział Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego
  - Data: 20.01.2004
  - Numer rejestru: KRS 0000184087
- 4) W skład Zarządu Fundacji na dzień 31 grudnia 2024 r. wchodził:
  - Jacek Jędrzejczak – Prezes Zarządu,
  - Jarosław Waszczyk – Wiceprezes Zarządu,
- 5) Cele statutowe: Głównym celem Fundacji jest wspieranie zrównoważonego rozwoju społeczeństwa obywatelskiego poprzez edukację oraz sztukę i technologie multimedialne.
- 6) Zakres działalności statutowej pożytku publicznego  
Przedmiotem działalności statutowej organizacji pożytku publicznego jest:
  - przeciwdziałanie dyskryminacji rasowej, płci związanej z wykluczeniem społecznym, odmiennymi wyznaniem, nałogami;
  - organizowanie i przeprowadzanie imprez sportowych dla sportowców zawodowych lub amatorów;
  - działalność młodzieżowych klubów filmowych;
  - organizowanie zajęć terenowych, wycieczek, zielonych szkół, obozów letnich i zimowych oraz wczasów;
  - działanie na rzecz ochrony przyrody, wspieranie i współtworzenie placówek i instytucji czynnej ochrony przyrody;
  - prowadzenie ośrodków kultury;
    - organizacja zajęć i obozów sportowych;
    - organizacja zajęć i kursów teatralnych, muzycznych, plastycznych, artystycznych;
    - kursy komputerowe, kursy udzielania pierwszej pomocy, pozostałe pozaszkolne formy edukacji związane głównie z rozwijaniem własnych zainteresowań oraz

doskonaleniem zawodowym;

- doradztwo edukacyjno-zawodowe, organizowanie programów wymiany studenckiej, organizowanie odczytów, seminariów, sympozjów, warsztatów i szkoleń;
- tworzenie instytucji promocji i ochrony zdrowia, w tym placówek wykorzystujących nowatorskie niekonwencjonalne i alternatywne metody terapii i profilaktyki;
- wspomaganie, rehabilitacja i pomoc osobom niepełnosprawnym, przekazywanie odzieży, żywności, pomocy szkolnych, sprzętu komputerowego i innych przedmiotów osobom potrzebującym, wspieranie i pomoc osobom bezrobotnym, zwłaszcza pozostającym długotrwale bez pracy;
- prowadzenie grup cyrkowych, zespołów muzycznych, grup teatralnych i innych grup prowadzących działalność artystyczną.

7) Fundacja prowadzi działalność statutową odpłatną i nieodpłatną

8) Fundacja nie prowadzi działalności gospodarczej

9) Fundacja w roku 2024 nie wypłaciła wynagrodzeń ani premii członkom Zarządu ani innym organom zarządzającym z tytułu pełnionych funkcji.

10) Fundacja nie udzieliła pożyczek

11) Składano deklarację CIT-8

## LOKALNE PROJEKTY EDUKACYJNO – SZKOLENIOWE

Łódzkie Centrum Obywatelskie

| Tytuł projektu         | Łódzkie Centrum Obywatelskie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Finansowanie           | Środki własne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Opis grupy docelowej   | Grupa docelowa to pracownicy organizacji pozarządowych, grup nieformalnych i aktywiści działający na rzecz Łodzi.<br>Odbiorcy bezpośredni ok. 145 osób.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Streszczenie działania | Celem głównym zadania było utrzymanie centrum wsparcia, edukacji, integracji i animacji dla aktywistów, grup nieformalnych, organizacji pozarządowych, podmiotów ekonomii społecznej oraz podmiotów, o których mowa w art. 3 ust. 3, ustawy z dnia 24 kwietnia 2003r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, z odpowiednią do tego celu infrastrukturą i zapleczem socjalno-technicznym. Cel realizowany był przez:<br>1. Zwiększenie dostępności usług edukacyjnych poprzez szkolenia, spotkania specjalistyczne, warsztaty tematyczne oraz informator.<br>2. Prowadzenie działań w zakresie integracji sektora pozarządowego wokół istotnych problemów społecznych i współpraca w tym zakresie z Urzędem Miasta Łodzi, Łódzką Radą Działalności Pożytku Publicznego i Komisjami Dialogu Obywatelskiego poprzez: spotkania integracyjne oraz prowadzenie działań sieciujących ngo i konsultacji nt. oczekiwań organizacji pozarządowych |
| Zrealizowane działania | Wsparcie liderów w utrzymaniu motywacji i przeciwdziałaniu zawodowemu - nabyciu nowych narzędzi pracy edukacyjnej - nabyciu nowych narzędzi wspierania zespołu - zarządzanie projektem Tematyka związana z aspektami finansowo -                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>prawnymi była realizowana w formie wsparcia indywidualnego w działaniach wspierających</p> <p>Zrealizowano:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- liczba szkoleń i warsztatów: 14</li> <li>- liczba uczestników szkoleń i warsztatów: 40</li> <li>- Liczba spotkań integracyjno - sieciujących: 4</li> <li>- liczba uczestników spotkań sieciujących - integracyjnych: 33 –</li> <li>- liczba godzin spotkań specjalistycznych: 15</li> <li>- liczba uczestników spotkań specjalistycznych : 38</li> </ul> <p>Tematyka szkoleń i warsztatów:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sztuka tworzenia projektu</li> <li>2. WEndo jako metoda wzmocnienia łódzkich liderów</li> <li>3. Mój życiowy projekt - szkolenia tworzenia celów zawodowych w oparciu o metodę Clean Coachingu</li> </ol> <p>Tematyka spotkań specjalistycznych:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. “Osiedbanie” - przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu liderów i członków zespołu w oparciu narzędzia coachingowe oraz metaforę wizualną (Me Time)</li> <li>2. Spotkanie z bogactwem w metaforze wizualnej - narzędzia włączające w pracy edukacyjnej</li> <li>3. Samoregulacja w naturze - metoda Sihrin Yoku w pracy własnej oraz z grupami wymagającymi wsparcia</li> <li>4. Rezultaty i ich rozpowszechnianie</li> </ol> <p>Tematyka spotkań sieciujących:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Realizacja projektów międzynarodowych, w tym Erasmus + i Europejski Korpus Solidarności</li> <li>2. Jak współpracować na rzecz zmiany społecznej</li> </ol> |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## MIĘDZYNARODOWE PROJEKTY EDUKACYJNO - SZKOLENIOWE

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tytuł projektu</b>         | <b>Rebuild your future!</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Finansowanie</b>           | Europejski Korpus Solidarności                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Opis grupy docelowej</b>   | <p>Grupa docelowa główna z jednej strony są wolontariusze europejscy, czyli młodzi ludzie w wieku 18-30 lat oraz dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym, w tym placówek edukacji leśnej. Przedszkola stanowią bardzo złożoną tkankę, dlatego też udział wolontariuszy nie wpływa tylko na bezpośrednich odbiorców (dzieci), ale na całe środowisko, pracowników i rodziców.</p> <p>Bezpośredni odbiorcy to 8 grup przedszkolnych po około 25 dzieci w każdej, 4 klasy dzieci szkolnych</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Streszczenie działania</b> | <p>Głównym celem naszego projektu było podnoszenie świadomości różnych grup wiekowych (w szczególności dzieci w wieku przedszkolnym, ale także nauczycieli, rodziców) i propagowanie edukacji w zakresie edukacji globalnej, ekologicznej i międzykulturowej poprzez aktywności i wspieranie partycypacji w wymiarze europejskim oraz podniesienie poziomu kluczowych kompetencji i umiejętności (ze szczególnym naciskiem na inicjatywność-bardzo ważna jest dla nas edukacja w zakresie tego, że jednostka ma realny wpływ na zmiany nie tylko w swoim życiu, ale i w społeczności lokalnej).</p> <p>Cele szczegółowe to: wzrost wiedzy z poszczególnych tematów u wszystkich uczestników; podniesienie kompetencji społecznych, wypracowanie postawy otwartej na różnorodność; wzrost inicjatywności i cech przedsiębiorczych u wolontariusza; wzrost kreatywności, wymiana metody i doświadczeń (wola i nauczycieli).</p> |

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                        | Wszyscy wolo. pracują ze społ. lokalną by dzięki swoim aktywnym działaniom zwiększyć wiedzę swoją i innych na tematy związane z edu. międzykul., euro. i lok., eko. i globalną, poruszyć do aktywnego włączenia się w działania na rzecz zmiany postrzegania swojej najbliższej okolicy.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Partnerstwa            | Przedszkole Miejskie 47, Przedszkole Miejskie 53, Przedszkole Miejskie 118, Przedszkole Miejskie 126, Przedszkole Miejskie 133, Przedszkole Miejskie 151, Fundacja Korelacje, Fundacja Dmuchawiec (Przedszkole i Szkoła leśna)<br><br>Organizacje wysyłające z krajów wolontariuszy (Turcja, Maroko, Armenia, Azerbejdżan, Gruzja, Egipt)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zrealizowane działania | Projekt Fundacji FERSO realizowany był w Przedszkolach miejskich w Łodzi: PM 47, PM 151, PM 126, PM 118, PM 53, PM 133 oraz w oddziałach szkolno - przedszkolnych Fundacji Korelacje i Fundacji Dmuchawiec<br>Zadania wolontariuszy:<br>- przygotowanie i prowadzenie warsztatów dotyczących edukacji ekologicznej, globalnej i międzykulturowej;-zabawy słowno-ruchowe, zabawy plastyczne, nauka kolorów i liczenia po angielsku;-organizowanie zabaw i gier dla dzieci w celu przybliżenia zagadnień związanych z ekologią; -pomoc w pracy dydaktyczno-wychowawczej grupy-przygotowanie aktywności dla grupy w odpowiedzi na program nauczania. Z pomocą koordynatora wolontariusze przygotowywali ćwiczenia, które miały za zadanie pomóc w np. ćwiczeniu pamięci, czy myśleniu przyczynowo-skutkowym; przygotowanie i prowadzenie swoich „bloków” zajęć na tematy bliskie wolontariuszom. Przez cały czas trwania projektu wolontariusze mieli zaplanowane<br>- cotygodniowe spotkania we wspólnym gronie z koordynatorem (tzw. wspólne środy). Był to czas zarówno na ewaluację ich działań i procesu uczenia się, integrację, a także zdobywanie przez wolontariuszy nowych umiejętności poprzez zaproponowane dla nich warsztaty, np.: jak przygotować warsztat?; praca projektem – project thinking; kim jestem w grupie – moja rola? warsztaty z kreatywności. Wszystkie ich prace były systematycznie zamieszczane przez koordynatora na stronie FB 3Piętra, na kanale YouTube. Wolontariusze mieli dużą wolność i dowolność w rodzaju tworzonych przez siebie materiałów, jedynymi kryteriami była funkcja edukacyjna tych materiałów. |

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tytuł projektu</b>  | <b>Wspieramy Ukrainę</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Finansowanie           | Fundacja Edukacja dla Demokracji                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Opis grupy docelowej   | Projekt skierowany był do młodzieży w wieku od 17 do 18 roku życia przybyłej z Ukrainy do Polski a konkretnie do Łodzi w wyniku konfliktu zbrojnego. Była to grupa 15 osób wybranych spośród uczniów dwóch oddziałów przygotowawczych prowadzonych przez Zespół Szkół Rzemiosła im. Jana Kilińskiego w Łodzi (ZSR). |
| Streszczenie działania | Celem projektu jest podniesienie kompetencji językowych i cyfrowych uchodźców wojennych w wieku szkolnym z Ukrainy z dwóch klas przygotowawczych w ZSR w Łodzi                                                                                                                                                      |
| Partnerstwa            | Zespół Szkół Rzemiosła im. J. Kilińskiego w Łodzi                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zrealizowane działania | W projekcie zrealizowaliśmy trzy działania: zajęcia informatyczne z elementami doradztwa zawodowego i zajęcia sportowo-rekreacyjne dla 15 osób – młodzieży, która przyjechała do Polski i uczęszczała do klas przygotowawczych w ZSR w Łodzi. W drugim działaniu młodzież odbyła                                    |

|  |                                                                                           |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | zajęcia z j. polskiego a w trzecim poznała historię i tożsamość miasta poprzez wycieczki. |
|--|-------------------------------------------------------------------------------------------|

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Tytuł projektu</b>  | <b>Study Tours to Poland</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Data                   | 10-20 maja 2024                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Finansowanie           | Fundacja Liderzy Przemian                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Opis grupy docelowej   | 15 studentów z Ukrainy                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Streszczenie działania | Study Tours to Poland służą poznaniu Polski i wymianie doświadczeń w zakresie demokratycznych i wolnorynkowych przemian, budowaniu państwa prawa, wzmacnianiu społeczności lokalnych i inicjatyw obywatelskich. W ramach STP zapraszani są do Polski wyróżniający się studenci z Ukrainy na kilkunastodniowe wizyty przy polskich ośrodkach akademickich. |
| Zrealizowane działania | W programie wizyty znalazły się spotkania z przedstawicielami organizacji pozarządowych, jednostek samorządu terytorialnego, biznesu, organizacji studenckich. Dodatkowo program uzupełniały warsztaty prowadzone przez przedstawicieli Fundacji FERSO.                                                                                                   |

### • **MIĘDZYNARODOWY DOM SPOTKAŃ W 3 PIĘTRACH. (MDSw3P)**

To projekt Fundacji mający na celu tworzenie międzynarodowych porozumień, projektów, wymiany myśli, informacji, środków wyrazu artystycznego, współpracy.

To miejsce gdzie rozmawiamy o tradycjach, historii, wierzeniach oraz pomysłach na wspólna przyszłość zarówno narodową jak i międzynarodową. MDSw3P jest miejscem, w którym spotykają się mieszkańcy miasta należący do mniejszości narodowych, rdzenni mieszkańcy regionu łódzkiego, turyści, grupy wymian młodzieżowych, grupy cudzoziemców przebywające w Łodzi na seminariach, zgrupowaniach, wymianach, projektach Erasmusa itp. Ważnym elementem MDSw3P jest integracja rodzin mieszanych, zwłaszcza, gdy na styku dwóch różnych kultur może rodzić się niezrozumienie, napięcie, nieznajomość obyczajowa.

W roku 2024 MDSw3P gościł spotkania organizowane przez Wolontariuszy Europejskich przebywających na projektach wolontariatu, grupy studentów z Ukrainy i uchodźców z Ukrainy. Udzielaliśmy wsparcia i doradztwa emigrantom z krajów trzecich takich jak Armenia, Gruzja, Ukraina, Maroko, Egipt, Białoruś, Azerbejdżan, Turcja,

Zrealizowano w roku 2024: 10 spotkań międzykulturowych, 2 spotkania grup studentów z Ukrainy, 1 wymianę międzynarodową, 4 wieczorki kulturowe, 4 spotkania dotyczące kuchni regionalnej (Maroko, Egipt, Armenia, Turcja), doradztwo rodzinne -74 godzin, wsparcie formalne (pozwolenie na pracę, sprawy urzędowe, tłumaczenia dokumentacji, dystrybucja odzieży, mebli, itp.)

## Pozostałe działania edukacyjne Fundacji:

### • OŚRODEK 3 PIĘTRA

Fundacja FERSO wspólnie z Fundacją Instytut Działań Twórczych, Fundacją Biosynergia, Fundacją Kołobajki i Stowarzyszeniem Natura, prowadzi Ośrodek Edukacyjny 3 Piętra.

W ośrodku odbywają się zajęcia dla seniorów, młodzieży, oraz organizacji pozarządowych w ramach projektu Łódzkie Centrum Obywatelskie. Jest to również przestrzeń do prowadzenia szkoleń, warsztatów, działań artystycznych itp. Cyklicznie odbywają się zajęcia dla seniorów, językowe, majsterkowanie, zajęcia kulinarne, fotograficzne, porady dietetyczne i wykłady o zdrowiu.

W ramach działania ośrodka zrealizowano:

### • PRACOWNIA PLASTYCZNA

Zajęcia plastyczne w formie warsztatów wizualnych, dla dzieci będących w edukacji domowej oraz dzieci przedszkolnych w wiek: 5-10 lat. W trakcie zajęć dzieci poznawały różne formy wyrazu artystycznego między innymi: wydzieranka, lalki motanki, zdobienie szkła, malowanie tkanin, akwarela, zdobienie kamieni, archaiczne metody i motywy zdobnicze, praca z filcem i inne formy aktywności twórczej. W zajęciach łącznie udział wzięło ponad 120 dzieci.

### • REGIONALNE CENTRUM WOŁONTARIATU EUROPEJSKIEGO - RCWE

RCWE – jest ośrodkiem wsparcia dla osób poszukujących wolontariatu międzynarodowego jak i dla osób przyjeżdżających do Polski w celach świadczenia usług wolontariackich na rzecz społeczności lokalnej.

W ramach RCWE:

Odbyły się 4 spotkania informacyjne dla potencjalnych beneficjentów programu Europejskiego Korpusu Solidarności – zasady uczestnictwa, zawieranie partnerstw, narzędzia naboru, edukacja pozaformalna, założenia programu.

Uczestnicy 48 osób

Wieczory Międzykulturowe

W ramach tego działania, prezentowano zwyczaje, tradycje, kulinaria, języki następujących krajów: Turcja, Armenia, Gruzja, Hiszpania, Włochy, Ukraina, Łotwa, Kazachstan, Francja, Albania.

Spotkania o charakterze prezentacji, nauki gotowania, muzykowania, tańców i wymiany kulturalnej

Uczestnicy 72 osoby

Spotkania indywidualne dla potencjalnych beneficjentów programu EKS, uwzględniające indywidualne potrzeby beneficjentów, analiza dokumentów, wsparcie procedury naboru, odpowiedzi na pytania

Uczestnicy spotkań 22 osoby

## ● **AKADEMIA MAKROBIOTYCZNA**

W ramach Akademii Kuchni Makrobiotycznej w każdy czwartek odbywają się spotkania realizowane przy współpracy Fundacji Ferso i Akademii Ars Vita Stefana Poprawy. Posiłki przygotowywane są przez grupę miłośników zdrowej i smacznych posiłków.

W programie spotkań: możliwość zakupu makrobiotycznego posiłku, wykład Stefana Poprawy, program artystyczny - śpiewy, projekcja filmów, opowieści z podróży.

Łódzka Akademia Makrobiotyczna dąży do: poprawy zdrowia społeczeństwa, zmiany stylu życia osób uczestniczących w projekcie, rozszerzenia edukacji prozdrowotnej z uwzględnieniem zdrowego odżywiania, uświadamiania dzieci i młodzieży o istocie i znaczeniu zdrowego odżywiania. Do przykładowych tematów spotkań, które odbyły się w 2024 należą:

- zapoznanie z zasadami kuchni wedyjskiej, zupa miso, jako przeciwdziałanie powstawaniu choroby cywilizacyjnej typu hipoglikemia, praktyczna nauka przyrządzenia talerza makrobiotycznego oraz omówienie znaczenia dla naszego zdrowia, natura a kultura, co było pierwsze, jak żywność wpływa na nasze emocje, dieta w zależności od płci.
- weekendowe warsztaty zajęć terenowych dla dorosłych pt. "Jesienna spiżarnia natury" w zakresie odnajdywania i rozpoznawania dzikich owoców jadalnych i niejadalnych oraz domowych metod ich przetwarzania
- weekendowe warsztaty zajęć terenowych dla dorosłych w zakresie odnajdywania, rozpoznawania, metod suszenia i przetwarzania grzybów jadalnych na obszarze lasów w okresie jesieni.
- Warsztaty „Stwórz swój wiosenny image” w ramach obchodów „Dnia Ziemi”

## ● **OBÓZ DLA MŁODYCH DZIENNIKARZY „POTĘGA PRASY”**

Jak co roku fundacja dofinansowała wyjazd najzdolniejszych uczestników konkursu dziennikarskiego „Potęga Prasy” ogłoszonego przez Tygodnik Angora. Łącznie na dwóch Turnusach w miejscowości Rewal nad morzem odpoczywało i pracowało ponad 20 zwycięzców konkursu.

Konkurs ten jest organizowany, co roku wspólnie z Tygodnikiem Angora. Młodzież startuje w konkursie na najlepszy reportaż radiowy, najlepszy artykuł/felieton, najlepsza szkolna gazetkę.

Posiedzenie komisji konkursowej w maju 2024 roku wyłoniło zwycięzców, którzy pojechali na obóz dziennikarski prowadzony przez dziennikarzy Tygodnika Angora. W tej edycji młodzież dodatkowo mogła zbierać doświadczenia dziennikarskie w wiosce artystycznej Janowo.

## ● **OBIADY CZWARTKOWE**

Cykliczne – cotygodniowe spotkania osób pragnących stosować i propagować zdrowy styl życia. W ramach tych spotkań istnieje możliwość zjedzenia dwudaniowego obiadu i deseru, które przygotowujemy wspólnie. Po wspólnym posiłku mają miejsce wykłady zaproszonych gości (tematyka związana ze zdrowym stylem życia)

W trakcie obiadów czwartkowych organizowane są także, co pewien czas akcje Give Away – giełda wymiany rzeczy używanych. Chodzi tu o promowanie drugiego życia przedmiotów. Przyczynia się to do zmniejszenia wykorzystania ziemskich zasobów.

Podczas obiadów czwartkowych odbyły się:

- Cykl spotkań pod hasłem Tradycyjna Medycyna Tybetańska
- Spotkanie na temat tradycyjnej wiedzy hawajskiej.
- Spotkanie miłośników kuchni wegańskiej
- Spotkanie miłośników Festiwalu Chleba
- Warsztaty gotowania makrobiotycznego – Talerz Makrobiotyczny, jako uniwersalny sposób zdrowego odżywiania
- Cykl spotkań pod hasłem Ekofilozofii
- Spotkanie mające na celu przybliżenie tematu Terapii LFT
- Warsztaty „Gotowanie z miłością i dla miłości”
- Wykład „Architektura. Piękno tworzone z miłością”
- Wykład połączony z pokazem: "Alchemia Yang Jianhou- niewerbalny przekaz w Tai Chi.
- Wykład "Piękne Życie" - projekt budowania naturalnego szczęścia wewnątrz i na zewnątrz siebie.
- Warsztaty gotowania zgodnie z porą roku – jesień oraz wiosna
- Koncerty muzyki folkowej i alternatywnej między innymi występy Lucyana.
- zarządzanie organizacją w oparciu o świadomość kolektywną

Uczestnictwo ok.240 osób

## ● CENTRUM MAJSTERKOWANIA RODZINNEGO

Zajęcia dla całych rodzin, choć głównie profilowane dla ojców z dziećmi. Ma w założeniu wspierać ojców w pełniejszym uczestnictwie w przekazywaniu pozytywnych i twórczych wzorców spędzania wspólnie czasu w atmosferze współpracy i współtworzenia. Tak, aby kreować twórczy obraz ojca i pomagać dzieciom odnajdywać swoje umiejętności manualne przy wsparciu pomocnego taty. W centrum organizujemy też zajęcia dla grup seniorów, którzy mogą wspólnie z wnukami tworzyć przedmioty przyjazne w życiu codziennym. W roku 2024 tworzyliśmy: budki dla ptaków, domki dla pożytecznych owadów, gry terenowe (drewniane), prezenty świąteczne, prezenty na dzień matki, proste instrumenty perkusyjne. Centrum jest otwarte na nowe pomysły dotyczące zwłaszcza zajęć stolarskich i oferta ta jest przygotowywana w oparciu o zgłaszane przez naszych beneficjentów potrzeby.

## ● CENTRUM KULTURY I EDUKACJI DOJRZAŁEJ

W centrum organizujemy zajęcia dla seniorów w wieku 60+. Zajęcia edukacyjne, kulturalne, zdrowotne, warsztaty psychologiczne, kulinarne, plastyczne, rękodzieło oraz długie cykle edukacyjne.

Grupa seniorów, z którą pracujemy to ok 25 osób. Stworzyliśmy nowatorski program wsparcia naszych seniorów oparty na metodzie pracy projektem. Nasi seniorzy mogą, co roku opracować swoje pomysły na działalność na następny rok kalendarzowy, opisać swoje pomysły, opracować działania, harmonogram i budżet. Następnie ich pomysł jest weryfikowany przez pracowników Fundacji, a po konsultacjach i negocjacjach, zdobywamy fundusze na realizację tych działań. W roku 2023 seniorzy prowadzili projekt Pracowni Sztuki Wysokiej w ramach, którego odbywały się cotygodniowe zajęcia malarskie, rzemiosła i rękodzieła a w sezonie letnim plenery w parkach łódzkich.

## ● KLUB FOTOGRAFICZNY

Zajęcia dla pasjonatów fotografii, dla młodzieży, seniorów i wolontariuszy. W ramach zajęć uczymy się jak tworzyć plan zdjęciowy, o sztuce kompozycji, kadrowania, znaczeniu koloru i pogłębiany tajniki wykonywania coraz lepszych zdjęć. Zajęcia klubowe odbywają się najczęściej 1 raz w tygodniu w wakacje 2 razy w tygodniu. Raz w miesiącu organizujemy plenery fotograficzne inspirowane porami roku, przyrodą, miastem, oraz odpowiadającymi na potrzeby uczestników naszych zajęć.

W roku 2024 w zajęciach klubowych uczestniczyło ok 28 osób w wieku od 18 do 69lat.

## ● AKADEMIA POPRAWY JAKOŚCI ŻYCIA

W ramach współpracy ze Stowarzyszeniem Natura, prowadziliśmy spotkania, wykłady o następującej tematyce:

- “Duchowość Natury”
- Słowiańska gimnastyka kobiet
- totalna biologia – o stracie i urazie
- Zjazd akademii 16.11-17.11, w programie: czująca natura, leczenie przy pomocy monodiety, nauka tańca zorba, terapia dźwiękiem gongi tybetańskie
- Zjazd akademii 19.10-20.10
- Kisić każdy może- mini warsztaty z nauki jesiennego kwaszenia
- Relaksacja i bajko terapią oparte o tekstu min. Eckhart Tolle
- Praktyczne rozpoznanie wartości w relacjach z perspektywy kobiety i mężczyzny
- finansowanie małych społeczności ekologicznych
- Kuchnia roślinna jesienią
- Zjazd akademii 14.09-15.09
- Joga
- Jak zapobiegać chorobom
- Nauka tańca greckiego - Zorby i nie tylko
- Szkoła Vegę Kuchni Stefana Poprawy
- Koncert na Gongach

- Yoga Tybetańska TSA Lung
- Świadoma kobiecość
- Nauk. Masażu Shiatsu
- Świadomość Kolektywna

Rynek ekoproduktów – (na podwórku Fundacji)

Rynek odbywał się w terminach: 28.08.2024, 23.06.2024, 23.05.2024,

Co nam przyświeca tworząc ekorynek:

- ekologiczna, czysta żywność najwyższej jakości;
- spotkanie świadomych rolników zajmujących się uprawami wolnymi od szkodliwych chemikaliów (wzajemna inspiracja, wymiana doświadczeń, współpraca, współtworzenie);
- budowanie przestrzeni dla odpowiedzialnego konsumenta rozumiejącego potrzebę dbania o Ziemię i sięgającego po to, co naturalne, dobre i zdrowe;
- tkanie sieci połączeń opartej na wzajemnym szacunku i zaufaniu: rolnik - odbiorca;
- wsparcie dla lokalnej społeczności i drobnych producentów, podnoszenie jakości życia;
- miejsce dla ludzi, którzy z pasją i miłością przygotowują zdrową żywność w domowym zaciszu a ich marzeniem jest karmić innych;
- spotkanie z miejsca szacunku wzajemnego w uważności, prelekcje, wykłady, panel dyskusyjny, panel edukacyjny, rozmowy w otwartości, możliwość dzielenia się swoimi pasjami, sztuka, przestrzeń dla dzieci, czerpanie z wiedzy i doświadczeń starszego pokolenia, spotkanie żeńskiego i męskiego w równowadze, pełnym uszanowaniu, łączenie pokoleń;