



**SPRAWOZDANIE MERYTORYCZNE
z działalności fundacji Kobieta w Regionie, prowadzonej w 2013 roku**

**KOBIETA W REGIONIE
ul. Dębowa 14, 32-067 Tenczynek**

**Data wpisu do KRS - 4.11.2011
KRS 0000400609
REGON 122445905
NIP 513-023-12-84**

**Prezes zarządu fundacji - Monika Dudek
Członek zarządu fundacji - Barbara Dec
Rada fundacji: Danuta Piasecka, Danuta Bujakiewicz**

Celem Fundacji jest:

- propagowanie i realizowanie idei szeroko pojętego rozwoju osobistego i zawodowego kobiet, ich dzieci i rodzin, szczególnie tych, zamieszkałych na obszarach wiejskich oraz rozwijanie więzi społecznych i ogólnoludzkich łączących mieszkańców regionów, na obszarach których działa Fundacja,*
- planowanie i organizowanie działań gospodarczych, kulturalnych i społecznych dla harmonijnego i zrównoważonego rozwoju wsi i stałego podnoszenia poziomu życia ich mieszkańców,*
- działanie na rzecz rozwoju obszarów wiejskich, a także krzewienie idei regionalizmu, podtrzymywanie tradycji narodowej oraz rozwój świadomości narodowej, obywatelskiej i kulturowej.*

PROJEKTY ZREALIZOWANE W 2013 ROKU

ENWRA - European Network of Women from Rural Areas - zaplanowany na lata 2013-2015, w partnerstwie z 6 krajami europejskimi

*Projekt finansowany ze środków Komisji Europejskiej w ramach programu
"Uczenie się przez całe życie" - Grundtvig; dotacja 16 000 euro*



To pierwszy międzynarodowy projekt, realizowany przez Fundację, za to ściśle powiązany z zadaniami statutowymi organizacji. Potrwa on do czerwca 2015 roku, a jest realizowany w ramach Programu "Uczenie się przez całe życie", Projekty Partnerskie Grundtviga. Pierwsze spotkanie partnerów odbyło się w październiku 2013 roku, w malowniczym Rubielos de Mora w Hiszpanii już w październiku. Natomiast 20 grudnia 2013 odbyło się spotkanie projektowe dla 60 osób z terenu Gminy Krzeszowice, w tym głównie kobiet: prezesek organizacji pozarządowych, działaczek, wolontariuszek, członkiń KGW, kobiet twórczych i aktywnych.

Mamy nadzieję, że realizacja projektu pokaże kobietom z naszego regionu, szczególnie z małych miejscowości położonych na obszarach wiejskich, że taka współpraca jest możliwa i warto po nią sięgać, gdyż daje nowe możliwości rozwoju, poszerza horyzonty, otwiera nowe perspektywy współpracy. Z obserwacji, które prowadzimy w środowisku lokalnym, wnioskujemy, że kobiety potrzebują wsparcia i zachęty do działania. Udział w międzynarodowym projekcie, możliwość wymiany kulturowej oraz wymiany doświadczeń z kobietami działającymi w podobnych strukturach w pięciu partnerskich krajach, stanie się dla kobiet fundacji i naszych przyjaciół czynnikiem mobilizującym i inspirującym. To także wyjątkowa okazja do prezentacji własnej kultury poza granicami kraju, a także do promocji Tenczynka, Gminy Krzeszowice i całej Małopolski. Jednym z celów projektu, będącym jednocześnie celem statutowym fundacji, będzie stworzenie bazy aktywnych i twórczych kobiet naszego regionu.

W ramach projektu Kapela Dudek Lewicki nagra i wyda płytę poświęconą folklorowi krakowskiemu. Do udziału w nagraniu zostaną zaproszone śpiewaczki ludowe z terenu Gminy Krzeszowice oraz uczestnicy warsztatów pieśni krakowskich organizowanych przez fundację w 2012 roku. W ten sposób chcemy promować folklor regionu oraz umacniać współpracę międzypokoleniową.

Partnerzy realizujący projekt to:

1. *Organization for Promotion of European Issues, Cypr, Paphos (koordynator)*
2. *INIBIA EEIG – Institute for International Education and Labour Market Projects, Niemcy, Welver*
3. *The Rural Centre, Wlk. Brytania, Ballygawley*
4. *Egyéni és Társadalmi Felelősségvállalásért Alapítvány, Węgry, Budapest*
5. *Kadinhani İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, Turcja, Konya*
6. *ASOCIACION AMIGOS DEL MUSEO GONZALVO, Hiszpania, Rubielos de Mora*
7. *KOBIETA W REGIONIE, Polska, TENCZYNEK*



KOBIETY. LIDERKI. OBYWATELKI
partnerstwo ze Stowarzyszeniem Doradców Europejskich PLinEU
projekt realizowany w latach 2013/2014



Projekt skierowany był do kobiet z małopolskich wsi i miast (z wyłączeniem miasta Kraków), które działają na rzecz rozwoju lokalnych społeczności lub mają duży potencjał, aby stać się liderkami w swoim środowisku. Zapraszamy kobiety, które ze względu na swoje doświadczenie, pełnione funkcje, pracę którą wykonują, dobrze znają problemy i potrzeby lokalnego środowiska, a więc m. in. działaczki Kół Gospodyń Wiejskich, sołtyski, radne, nauczycielki, bibliotekarki, działaczki stowarzyszeń i fundacji, pracownice instytucji kultury, oświaty, pomocy społecznej).

Spośród 60 nadesłanych zgłoszeń, czteroosobowa komisja rekrutacyjna wybrała ostatecznie 15 liderek, z następujących małopolskich miejscowości: Siedliszowic, Oświęcimia, Przegini Narodowej, Łososkowic, Dobczyc, Gorlic, Zawoi, Maniów, Czapl Małych, Ostrowa, Koniuszy, Kęt, Trzciany i Brzeszcz.

Co chcemy osiągnąć?

Celem projektu jest wzmacnianie świadomości kobiet na temat tego, czym jest postawa obywatelska, uczenie jak stać się liderką, czyli osobą wychodzącą z inicjatywą i realizującą własne pomysły oraz dostarczenie praktycznych narzędzi do sprawdzenia się w działaniu (m. in. umożliwienie realizacji własnych działań lokalnych, poprzez wsparcie merytoryczne i finansowe). Chcemy również zwiększyć aktywności obywatelską mieszkańców małopolskich wsi i małych miast, poprzez zaangażowanie ich w inicjatywy lokalne organizowane przez uczestniczki projektu i wspólne rozwiązywanie problemów społecznych.

Co oferujemy?

Dla uczestniczek projektu przygotowaliśmy:

1. Cykl bezpłatnych szkoleń, który składa się z 5 dwudniowych warsztatów, uczących m. in.: jak projektować działania lokalne i motywować społeczność do działania; jak budować partnerstwa; w jaki sposób promować i realizować lokalne inicjatywy oraz jak określić własny potencjał i przeciwdziałać stereotypom płciowym w sferze publicznej. Szkolenia odbywały się w okresie od września do listopada 2013 w Krakowie.
2. Zagraniczną wizytę studyjną - wyjazd do Neapolu, do włoskiego partnera projektu, Gruppo d'Acquisto Solidale FRIARIELLI (grudzień 2013). To była niezwykła okazja do zapoznania się z dobrymi praktykami i nowatorskimi rozwiązaniami z zakresu animacji działań lokalnych. Uczestniczki miały zapewniony przejazd, zakwaterowanie, diety, opiekę animatora.
3. Spotkanie networkingowe z przedstawicielkami różnych instytucji i organizacji, podczas których będzie można podzielić się doświadczeniami z innymi liderkami lokalnymi, nawiązać współpracę, zdobyć nowe informacje i inspiracje do dalszych działań (II kwartał 2014).
4. Możliwość przygotowania własnych projektów społecznych, które zostaną objęte doradztwem przez ekspertki ze Stowarzyszenia PLinEU.

W ramach cyklu szkoleniowego Uczestniczki przygotowują koncepcję swoich własnych projektów społecznych, które realizować będą po ukończeniu kursu (będą to dowolne inicjatywy lokalne np. imprezy tematyczne, warsztaty, debaty, konsultacje społeczne, zbiórki publiczne). Forma działań i ich zakres zostaną określone przez same Uczestniczki, a organizatorzy projektu zapewnią wsparcie merytoryczne (doradztwo, superwizje) oraz finansowe (dofinansowanie w wysokości 1000 zł).

5. Portal internetowy – www.liderki.org - który będzie stanowił bazę wiedzy na temat organizowania działań o charakterze lokalnym oraz dobrych praktyk - krajowych i zagranicznych - w tym zakresie. Na portalu każdy znajdzie przydatne informacje m. in. o etapach projektowania i realizacji działań lokalnych, promocji i realizacji różnego typu działań, a także filmy ze zrealizowanych przez uczestniczki projektu wydarzeń.

Projekt "Kobiety. Liderki. Obywatelki" realizowany przy wsparciu Szwajcarii w ramach szwajcarskiego programu współpracy z nowymi krajami członkowskim Unii Europejskiej.



MAMA WRACA DO PRACY
- partnerstwo ze Stowarzyszeniem Doradców Europejskich PLinEU
projekt realizowany w lipcu 2013

Projekt współfinansowany przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej; dotacja 5 300 zł

**mama wraca
do pracy**



Aby pomóc mamom w rozwiązaniu problemów i wątpliwości związanych z powrotem do pracy Stowarzyszenie Doradców Europejskich PLinEU we współpracy z Fundacją Kobieta w Regionie w lipcu 2013 r. zorganizowało w trzech małopolskich miastach akcje lokalne - spotkania dla mam pod nazwą "Mama wraca do pracy". Akcje te były głównym elementem projektu pn. Mobilna Drużyna Równowagi Praca - Rodzina współfinansowanego ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Konkursu Inicjatyw Organizacji Pozarządowych na najlepsze projekty z obszaru wyrównywania szans kobiet i mężczyzn na rynku pracy.

Głównym celem projektu było podniesienie świadomości społecznej w Małopolsce na temat istniejących w Polsce rozwiązań, które wspierają kobiety wracające na rynek pracy po urlopach macierzyńskich, wychowawczych lub po przerwie związanej z opieką nad osobą zależną oraz upowszechnianie wiedzy na temat możliwości, które sprzyjają godzeniu życia rodzinnego i zawodowego, a tym samym pomagają w skutecznych powrotach do pracy. W ramach projektu utworzona została grupa ekspercka o nazwie Mobilna Drużyna Równowagi Praca Rodzina, która wyruszyła na tournée upowszechniające rozwiązania sprzyjające powrotowi mam do pracy.

Drużyna w ramach swojego regionalnego tournée, wzięła udział w Akcjach Lokalnych, które odbyły się w trzech małopolskich Miastach: Krzeszowicach, Chrzanowie i Oświęcimiu. Miejsca odbywania się akcji lokalnych zostały wybrane celowo, są to bowiem regiony charakteryzujące się szczególnie niskim wskaźnikiem zatrudnienia kobiet.

Akcje skierowane były do kobiet wracających na rynek pracy po przerwie związanej z opieką nad dzieckiem (przebywających na urloпах macierzyńskich, wychowawczych), a także bezrobotnych i poszukujących pracy.

Spotkania dla mam składały się z trzech części (prezentacje, warsztaty i konsultacje indywidualne), które prowadzone były przez grupę specjalistek od lat wspierających kobiety w aktywizacji zawodowej: doradczynie zawodowe (specjalistki ds. godzenia życia rodzinnego i zawodowego), prawniczkę, specjalistkę ds. rekrutacji i psycholożkę. Na każde spotkanie mamy mogły przyjść wraz z dziećmi, dla których organizatorzy zapewnili profesjonalną opiekę animatorów. Łącznie w akcjach lokalnych wzięło udział ponad sto mam i tyle samo dzieci.

Po zakończonych spotkaniach został przygotowany reportaż filmowy "Mama w raca do pracy", w którym przedstawione zostały najważniejsze tematy poruszane podczas spotkań z mamami (reportaż dostępny na: www.youtube.com/watch?v=GkP-u2mpyyk).

ZIELE Z ZIÓŁ.

KONKURS NA TRADYCYJNY BUKIET ORAZ PIKNIK PRZYRODNICZY POD ZAMKIEM W RUDNIE
wydarzenie zrealizowane 15 sierpnia 2013

we współpracy ze Stowarzyszeniem Rozwoju Wsi Rudno oraz fundacją NADwyraz z Krakowa



15 sierpnia 2013 roku, z inicjatywy fundacji Kobieta w Regionie oraz Stowarzyszenia Rozwoju Wsi Rudno oraz po raz pierwszy odbył się konkurs inspirowany ludową tradycją święcenia bukietów z ziół i kwiatów na Święto Matki Boskiej Zielnej, czyli katolickiego święta Wniebowzięcia Najświętszej Marii Panny.

Do urokliwej kaplicy pw. św. Rafała Kalinowskiego w Rudnie zjechali licznie mieszkańcy Rudna i Tenczynka, należący do wspólnej parafii, uczestnicy konkursu, gospodynie z okolicznych wsi, reprezentantki Kół Gospodyń Wiejskich. Do konkursu zgłoszono 7 bukietów w kategorii grupowej i 22 w kategorii indywidualnej. Bukiety oceniało jury pod przewodnictwem znanej nie tylko w naszej gminie zielarki i twórczyni ludowej Elżbiety Augustynek z Zalasu, Jolanty Jabłońskiej z Rudna, z zamiłowania ekolożki i także zielarki, Marii Godyń z Czernej, regionalistki i pasjonatki tradycji ludowej oraz Arkadiusza Szafaty z Akademii Rolniczej w Krakowie, miłośnika natury i znawcy przyrody.

Jury bardzo szczegółowo oglądało każdy bukiet, odejmując punkty m. in. za trujące rośliny, a doceniając mnogość ziół i kwiatów. Jury doceniło także starania wszystkich uczestników konkursu, którzy pomimo suszy zdołali skomponować bogate, tradycyjne bukiety. Nagrody, ufundowane przez fundację Kobieta w Regionie, fundację NADwyraz z Krakowa, Stowarzyszenie Rozwoju Wsi Rudno oraz Powiat Krakowski, były m. in. akwarele przedstawiające zabytkowe obiekty z terenu naszej gminy, wykonane przez Krzysztofa Sęka z Zalasu, wazony - ręcznie malowane przez plastyczkę Barbarę Dec, wydawnictwa poświęcone tradycji ludowej i atrakcjom Powiatu Krakowskiego oraz obrazy Matki Boskiej Tenczyńskiej i wydawnictwa подарowane przez Parafię Tenczynek.

Mamy nadzieję, że to wydarzenie na stałe wpisze się w kalendarz imprez gminnych, a przykład z tego roku pokazał, że tak kaplica w Rudnie, jak i jej okolice oraz bliskość zamku Tęczyn są doskonałym otoczeniem dla tego rodzaju święta.

WYNIKI

KATEGORIA GRUPOWA

I miejsce ex aequo

Koło Gospodyń Wiejskich z Frywałdu oraz Koło Gospodyń Wiejskich z Woli Filipowskiej

II miejsce

Koło Gospodyń Wiejskich z Dubia

Wyróżnienia

Koło Gospodyń Wiejskich z Tenczynka, Koło Gospodyń Wiejskich z Rudna, Koło Gospodyń Wiejskich z Miękini, Koło Gospodyń Wiejskich z Nowej Góry

KATEGORIA INDYWIDUALNA

I miejsce

Janina Podgórska, Chrzanów

II miejsce

Michalina Tokarczyk, Filipowice

III miejsce ex aequo

Barbara Grabowska, Krzeszowice oraz Wanda Woźniak, Krzeszowice

Wyróżnienia

Maria Dębska, Rudno, Elżbieta Kuźnik, Tenczynek, Teresa Kulka, Dubie, Bogusława Kłeczek, Filipowice
Renata Wróbel, Krzeszowice, Roksana Radecka

Pozostali uczestnicy otrzymali dyplomy za udział w konkursie.

Honorowy patronat nad wydarzeniem objął Burmistrz Gminy Krzeszowice Czesław Bartl.

II NOC ŚWIĘTOJAŃSKA NAD STAWEM WROŃSKIM W TENCZYŃSKU - wydarzenie cykliczne, zrealizowane 22 czerwca 2013 roku

Wydarzenie współfinansowane przez:
Gminę Krzeszowice, dotacja 2 600 zł oraz Powiat Krakowski, dotacja 3 000 zł



Przy organizacji Nocy Świętojańskiej w Tenczyńsku, organizatorzy postanowili wykorzystać dostępność urokliwego Stawu Wrońskiego, nazywanego „Perłą Tenczyńską” i wypromować atrakcje turystyczne powiatu krakowskiego, a co za tym idzie swoją wieś i gminę poza jej granicami. Wydarzenie, nawiązujące do starych obrzędów i klimatu przywołującego na myśl pogańskie czasy to projekt, który zakładał stworzenie dodatkowych możliwości spędzania wolnego czasu i wzbogacenie oferty turystycznej na terenie gminy Krzeszowice i terenie powiatu krakowskiego o nowe atrakcyjne propozycje, zachowanie tradycji naszego regionu, pielęgnowanie i podtrzymywanie lokalnych zwyczajów, zwrócenie uwagi na walory przyrodnicze regionów powiatów krakowskiego, szczególnie Tenczyńskiego Parku Krajobrazowego, umożliwienie prezentacji swej twórczości zespołom, grupom śpiewaczym, Kołom Gospodyń Wiejskich, zaproszonym z całego regionu przez organizatora do udziału w Konkursie Pieśni Świętojańskich, budzenie inspiracji i kreatywności wśród mieszkańców wsi gminy Krzeszowice i gmin sąsiednich, rozwijanie współpracy z organizacjami pozarządowymi i innymi podmiotami z terenu Gminy Krzeszowice i gmin powiatu krakowskiego.

Noc Świętojańska w Tenczyńsku, która 22 czerwca 2013 odbyła się po raz drugi, to wydarzenie odbiegające charakterem od przeciętnego wiejskiego festynu. Dzień przesilenia letniego i najkrótsza noc roku, to święto płodności, miłości, czas magicznych obrzędów z wykorzystaniem wody i ognia. Organizatorom, którzy do współpracy przy organizacji Nocy... zaprosili wiele lokalnych organizacji i wolontariuszy, zależało na stworzeniu oryginalnej imprezy, wykorzystującej słowiańskie elementy tradycji, a jednocześnie walory turystyczne Gminy Krzeszowice oraz przyrodnicze Tenczyńskiego Parku Krajobrazowego.

Zabawę rozpoczęto od gry terenowej "W poszukiwaniu kwiatu paproci", przygotowanej przez Violetę Kijowską i Marcina Ropkę z Grupy MV. Aż 7 drużyn z sukcesem zakończyło poszukiwania Kwiatu Paproci i zgodnie z legendarnym obrzędkiem zasadziło ziarno kwiatu, które zakwitło tej nocy nad Stawem Wrońskim. Przed 18.00 burza ucichła i można było rozpocząć występy i konkursy na scenie za remizą OSP w Tenczyńsku. Wito wianki, by potem stanąć do konkursu o ten najpiękniejszy.

Oprócz głównych nagród, wszystkim biorącym udział w konkursie, szczególnie dzieciom, wręczono oryginalne upominki. Pierwsze miejsce w konkursie zdobyła pani Wiesława, członkini KGW z Frywałdu. Występy artystyczne rozpoczęło Koło Gospodyń Wiejskich z Tenczyńka, prezentując specjalnie przygotowany na ten wieczór program sobótkowy.

O 19.00 rozpoczął się Konkurs Pieśni Świętojańskich, który wygrał żywiółowy tercet w składzie Joanna Brzezińska, Maja Lewicka i Tomasz Drozdowski. Laureaci I miejsca, na zaproszenie pośła Bogusława Sonika, odwiedzą w jesieni Brukselę i zwiedzą Parlament Europejski. Na zaproszenie organizatorów, do Tenczynka przyjechał zespół Kozierowianie z gminy Michałowice (dzięki doskonałej współpracy z Centrum Kultury i Promocji w Michałowicach), który wykonał oryginalne pieśni krakowskie. Na scenie, w folkowym repertuarze, zaprezentowała się także krzeszowicka Kapela Dudek Lewicki. Główną gwiazdą *Nocy...* była rewelacyjna i doskonała Kapela Hałasów z Poznania, która od ponad dwudziestu lat przemierza Polskę i Europę, promując folklor polski i karpacki, ucząc śpiewu i tańca. Jacek Hałas, multiinstrumentalista, wokalista i tancerz porwał do tańca zgromadzonych przed sceną widzów.

Ogromne wrażenie na widzach wywarły także młode kobiety z krakowskiej grupy wokalne Strozone, które zafascynowane archaicznymi pieśniami słowiańskimi, polskimi, ukraińskimi od lat doskonaliły swój warsztat wokalny. Wielogłosowy śpiew przeniósł widzów w odległe słowiańskie czasy.

O 22.00 uczestnicy imprezy wyruszyli w drogę nad Staw Wroński, gdzie zaplanowano finał *Nocy...* Korowód, eskortowany przez OSP Tenczynek i policję, a zabezpieczany przez Straż Miejską z Krzeszowic, tworzyło kilkaset osób, którzy nieśli pochodnie, świece i lampiony.

Na czele grupy szli muzycy z Kapeli Hałasów. Maszerowano także w rytm bębnów, na których grali członkowie olkuskiej grupy UataHa! Po pół godzinie korowód dotarł nad staw, gdzie już płonęły pochodnie i czekała spora grupa widzów. Nad bezpieczeństwem uczestników czuwały dwie straże pożarne, ratownicy WOPR i profesjonalna ochrona. Rozbrzmiały dźwięki bębnów i na mostku, przerzuconym przez staw, zaczęli pojawiać się mężczyźni z grupy ogniowej O-PAL z Olkusza. Ogniowe czary rozpałały wyobraźnię, a pokaz zakończył snop iskier, które spadały na taflę jeziora, wywołując aplauz widzów. Na koniec pokazu, na mostku pojawili się trębacze Wacław Mulak (mieszkaniec Tenczynka) oraz Benedykt Matusik, muzycy Capelli Cracoviensis, którzy zakończyli Noc Świętojańską utworem "Cisza" Fausto Papetti. Wtedy rozpoczęły się Nocne Zawody Spławikowe, organizowane przez Polski Związek Wędkarski Koło Krzeszowice.

Na imprezie stawili się licznie mieszkańcy Tenczynka i Gminy Krzeszowice, turyści, miłośnicy folkloru oraz rodziny z dziećmi, którym należą się szczególne podziękowania za promocję aktywnego, wspólnego spędzania czasu. Przykład organizacji Nocy Świętojańskiej pokazał wyraźnie, że stosunkowo łatwo wzbogacić ofertę turystyczną w naszym regionie, posiadając taki potencjał jak doskonałe warunki przyrodnicze i dobry pomysł na organizację imprezy.



MAŁA DIAMENTOWA LIGA
- projekt realizowany w okresie 13 kwietnia – 22 czerwca 2013
współpraca z Akademią Lekkoatletyczną Wioletty Frankiewicz

Projekt współfinansowany przez Ministerstwo Sportu i Turystyki: dotacja 10 600 zł



Projekt pn. „Mała DIAMENTOWA LIGA” zakładał m. in.:

1. Popularyzację i zwiększenie wiedzy o lekkiej atletyce wśród dzieci,
2. Poprawę sprawności wśród dzieci,
3. Zapoznanie dzieci z konkurencjami lekkoatletycznymi,
4. Integrację dzieci z różnych środowisk,
5. Zapoznanie dzieci z rywalizacją sportową.

Zajęcia prowadzone przez wykwalifikowaną kadrę (instruktorzy lekkiej atletyki) pozwoliły uczestnikom na zapoznanie się m. in. z przepisami oraz konkurencjami lekkoatletycznymi. Udział w projekcie Wioletty Frankiewicz pozwolił dzieciom na zapoznanie się ze spostrzeżeniami i doświadczeniem profesjonalnego sportowca. Dodatkowo wiedza przekazywana przez naszą reprezentantkę poparta została jej odczuciami związanymi z wieloletnimi treningami i startami na światowym poziomie.

Udział Wioletty Frankiewicz na Igrzyskach Olimpijskich, mistrzostwach Świata czy Europy pozwolił dzieciom na zapoznanie się z ciekawostkami, których nie dowiedzą się od nauczycieli wychowania fizycznego czy z relacji telewizyjnych. Regularnie prowadzone zajęcia (3 godz./ tydzień) lekkoatletyczne ukierunkowane zostały na ćwiczenia ogólnorozwojowe. Wykonywanie ich angażuje każdą partię mięśniową ludzkiego organizmu. Pozwoliło to przede wszystkim na poprawienie sylwetki ćwiczących. Takie przygotowanie organizmu miało bardzo duże znaczenie podczas zapoznawania uczestników z wybranymi konkurencjami lekkoatletycznymi. Dzieci podczas zajęć miały okazję nauczyć się m. in. prawidłowego startu z bloku w biegu sprinterskim, prawidłowej techniki skoku w dal, czy rzutu oszczepem. Największy nacisk położony został na utrzymywanie prawidłowej sylwetki podczas biegu.

W zajęciach uczestniczyły dzieci z małych i dużych miejscowości położonych na terenie gminy Krzeszowice. Z uwagi na fakt, iż zajęcia prowadzone były na obiektach położonych w centrum Krzeszowic, znacząca większość dzieci na stałe zamieszkuje właśnie w Krzeszowicach. Pozostali uczestnicy zajęć to mieszkańcy i mieszkanki małych miejscowości bądź wsi, takich jak: Ostrężnica, Miękinia, Zalas czy Filipowice. Dzieci z tych miejscowości mają bardzo ograniczony dostęp do profesjonalnie prowadzonych zajęć sportowych, jednak ich zaangażowanie i chęć zapoznania się z lekką atletyką powodowały, że szybko wyrównywały różnice w przygotowaniu fizycznym. Ich regularne obecność na zajęciach pozwoliła na nawiązanie nowych znajomości i poznanie oraz integrację z dziećmi z innych środowisk. Od pierwszego spotkania na zajęcia uczęszczały dzieci charakteryzujące się różną sprawnością. Najważniejszym zadaniem prowadzących było przygotowanie dzieci do podjęcia treningu lekkoatletycznego.

Aby osiągnąć ten cel główny nacisk położono na budowanie sprawności ogólnej. Najciekawszym elementem treningowym były ćwiczenia na płotkach lekkoatletycznych, przygotowany zestaw ćwiczeń pozwalał dzieciom świetnie się bawić budując jednocześnie koordynację i sprawność. **Warto zauważyć, że płotki zakupione i wykorzystane podczas realizacji projektu są jedynymi jakie znajdują się na terenie gminy Krzeszowice!** Żadna z 13 szkół nie posiada takiego sprzętu. Dzięki udziałowi Wioletty Frankiewicz, podczas pozostałych treningów, dzieci zapoznawane były z elementami profesjonalnego treningu lekkoatletycznego. Wprowadzono m. in. elementy siły biegowej. Często zajęcia prowadzone były w formie obwodu stacyjnego, gdzie uczestnicy wykonywali kilka, bądź kilkanaście ćwiczeń sprawnościowych. Każde zajęcia kończyły się rywalizacją uczestników w jednej z konkurencji lekkoatletycznych, m. in.: biegu na 60 m, skoku w dal, rzucie piłeczką palantową, rzucie piłką lekarską. Podczas ostatnich zajęć rozegrany został trójbój lekkoatletyczny - ze względu na niesprzyjające warunki atmosferyczne zawody rozegrane zostały w sali gimnastycznej szkoły podstawowej w Krzeszowicach. Trójka najlepszych chłopców oraz trójka najlepszych dziewcząt w tej rywalizacji otrzymały bony podarunkowe do wykorzystania w sklepach INTERSPORT.

Aby zachęcić dzieci do uprawiania sportu konieczne jest wskazanie im autorytetu na którym będą mogli się wzorować. Udział w projekcie „Mała DIAMENTOWA LIGA” Wioletty Frankiewicz był dużym bodźcem dla dzieci do regularnego udziału w zajęciach. Wiedza i doświadczenie reprezentantki naszego kraju pozwolił dzieciom na zapoznanie się z ciekawostkami, których nie dowiedzą się od nauczycieli wychowania fizycznego czy z relacji telewizyjnych. To właśnie te elementy oraz merytoryczne podstawy instruktorów zapewniały atrakcyjność zajęć.

RODZINA NA MEDAL wydarzenie zrealizowane 17 maja 2013

Projekt współfinansowany przez Gminę Krzeszowice: dotacja 1 600 zł oraz Powiat Krakowski: dotacja 3 000 zł.



Turniej sportowy RODZINA NA MEDAL to projekt, który zakładał udział w rywalizacji sportowej każdego bez względu na płeć, wiek czy miejsce zamieszkania.

Wystarczył tylko sportowy strój i wygodne obuwie, bo głównym celem projektu było zachęcenie mieszkańców powiatu krakowskiego do podjęcia choćby najmniejszej formy aktywności fizycznej. Drużyny biorące udział w zawodach składały się z minimum 2 członków rodziny, których zadaniem było uzyskanie jak najlepszego wyniku w 5 konkurencjach sprawnościowych: rzut piłką lekarską, skok w dal z miejsca, bieg na 50 m, brzuszki, bieg wahadłowy. Za uzyskanie danego wyniku w każdej konkurencji uczestnik otrzymywał (zgodnie z tabelą przeliczeniową) odpowiednią liczbę punktów (inaczej punktowane były wyniki dzieci, a inaczej rodziców), które następnie były sumowane. Ostateczna suma punktów pozwoliła na stworzenie klasyfikacji i wyłonienie RODZINY NA MEDAL.

Udział w turnieju spowodował, że całe rodziny aktywnie spędziły sobotnie popołudnie, a rodzice uświadomili sobie jak ważna jest regularna aktywność fizyczna. Brak regularnego wysiłku fizycznego spowodował, że nawet najprostsze konkurencje stwarzały niemały problem.

Rodzinna atmosfera turnieju pozwoliła „przemycić” do świadomości dzieci fakt, iż rywalizacja sportowa może być przyjemna i mobilizować do zwiększonej aktywności fizycznej.

Turniej RODZINA NA MEDAL zebrał na starcie 24 zespoły, składające się w sumie z 83 zawodników. Tak liczna obsada spowodowała, że rywalizacja o miano najlepszej rodziny była bardzo zacięta. O kolejności w turnieju decydowały minimalne różnice punktowe poszczególnych zawodników. Na łączną sumę punktów każdej drużyny składały się najlepsze wyniki dzieci i rodziców. Tak skonstruowany regulamin spowodował, że dzieci i rodzice wzajemnie motywowali się do osiągnięcia lepszych rezultatów.

Pięć na pozór łatwych konkurencji zmusiło niektórych do nie lada wysiłku. Tym samym rodzice udowodnili sobie, że tylko regularna aktywność fizyczna da im oczekiwaną sprawność. Brak choćby najmniejszego kontaktu ze sportem powoduje, że człowiek jest nie tylko mało sprawny, ale także nie dostosowany do podjęcia rywalizacji.

Formuła turnieju RODZINA NA MEDAL gwarantuje, że cała rodzina dąży do osiągnięcia wspólnego celu – zwycięstwa. A wynik poszczególnych zawodników jest tak samo ważny.

Uczestnicy turnieju zapowiedzieli swój start w przyszłorocznej edycji zawodów. Zapewnili także, że do kolejnego startu będą lepiej przygotowani. Każdy forma ruchu, która wydatnie przyczyni się do poprawy ich sprawności poprawi także samopoczucie.

Informacje o projektach i bieżącej działalności fundacji Kobieta w Regionie można odnaleźć na stronie www.kobietawregionie.pl oraz na Fan Page'u fundacji na portalu www.facebook.com.

INFORMACJE DODATKOWA

I. Informacja o uzyskanych przychodach:

Przychody z działalności statutowej ogółem: 54 010,60

***darowizny od osób fizycznych 7 095,00**

***dotacje 42 365,60**

*** statutowa odpłatna 4 550,00**

II. informacja o odpłatnych świadczeniach realizowanych w ramach działalności statutowej ze wskazaniem ich kosztów.

Organizacja warsztatów muzycznych i plastycznych: 1 550,00

*** Przychód z warsztatów muzycznych 1 130,00**

koszty 1 130,00 (wynajem sali oraz wynagrodzenie instruktora)

*** Przychód z warsztatów plastycznych 420,00**

koszty 420,00 (wynagrodzenie instruktora)

*** Usługi promocyjne dla Województwa Małopolskiego – 3 000**

III. Informacja o kosztach:

*** Koszty działalności ogółem: 54 185,70**

*** Koszty działalności statutowej 46 915,60**

*** Koszty administracyjne 6 641,62**

*** Koszty finansowe (różnice kursowe) 628,48**

IV. Szczegółowe dane o zatrudnieniu w fundacji:

stanowisko księgowej ½ etatu od września 2013

V. Informacje o udzielonych pożyczkach, założonych lokatach, nabytych obligacjach i akcjach, nabytych nieruchomościach i środkach trwałych: **nie dotyczy**

VI. Dane o działalności zleconej przez samorządy i podmioty państwowe: **nie dotyczy**

VII. Informacje o rozliczeniach podatkowych i informacje o składanych deklaracjach podatkowych:
CIT-8 31.03.2013

Tenczynek, 30 maja 2014

Sporządziła: Monika Dudek