



2021

**RAPORT
ANUAL**



BORD DIRECTOR

Janina Brașoveanu - Președinte
Odile Turcu - Vicepreședinte

Cuprins Raport de activitate 2021 al Asociației Răsăritul de Argint



Misiune și Valori.....	Pagina 03
Îmbătrânirea activă prin YOGA.....	Pagina 04
Proiect Go Yoga 55+.....	Pagina 05
Produse donate la Căminul de Pensionari TM.....	Pagina 06
Ajutor trimestrial pentru bătrânii singuri și vulnerabili.....	Pagina 07
Proiect Ajutor de Crăciun pentru bătrânii singuri.....	Pagina 08
Colectare capace de sticle Pet.....	Pagina 10
Diplome - cursuri și workshop-uri.....	Pagina 11
Impact și sustenabilitate.....	Pagina 12
Raport Financiar.....	Pagina 13
Sponsori și donatori.....	Pagina 14
Date de contact	

Cuvânt înainte:

Primul an de activitate ne-a definit misiunea și viziunea despre cum putem îmbunătăți calitatea vieții seniorilor. În era tehnologică, vârstnicii sunt izolați, marginalizați, iar drumurile lor nu se mai intersectează cu cele ale populației adulte, ajungând de multe ori sedentari, triști, se simt inutili și depășiți de orice context.

Participând însă activ la o viață socială, vârstnicii pot deveni o resursă importantă a României. Avem 5 milioane de pensionari în anul 2021, iar numărul lor va crește simțitor în anii următori.

Cum rezolvăm problema populației îmbătrânite?



MISIUNEA ASOCIAȚIEI

Îmbunătățirea calității vieții seniorilor

Cum motivăm seniorii? Prin mișcare. Exercițiile fizice îmbunătățesc funcțiile organismului și stimulează activitatea mentală. Yoga este o modalitate excelentă de ajutor pentru toți seniorii.



Din momentul pensionării, oamenii mai au de trăit în medie, 20 de ani. Au timp.

Obiceiurile alimentare nesănătoase și lipsa mișcării au condus România spre coada Europei - suntem ultimii la speranța de viață.

Dacă reușim să mobilizăm vârsta a treia să facă mișcare, seniorii vor deveni activi atât fizic cât și mental și vor rămâne independenți pentru o perioadă mai mare de timp.

Dacă am avea programe de prevenție la nivel național, speranța de viață sănătoasă ar crește.

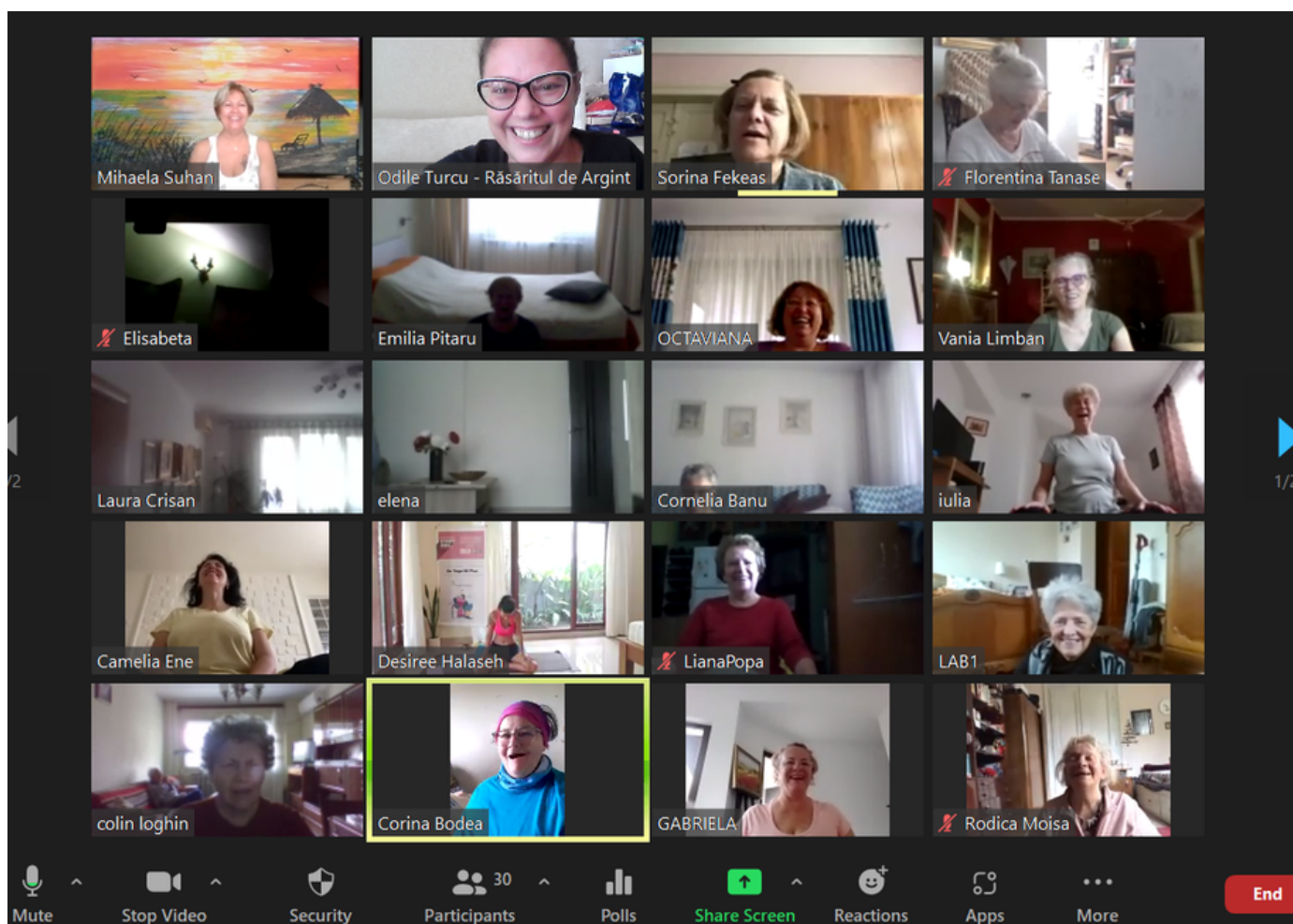


PUNEM SENIORII ÎN MIȘCARE

Îmbătrânirea activă

Este un mod de a păstra demnitatea și independența celor care se apropie de vârsta de argint. Scopul îmbătrânirii active este să crească speranța de viață sănătoasă și calitatea vieții pentru persoanelor vârstnice.

Pentru a ajunge unde ne propunem, punem vârsta a treia în mișcare. Online, din siguranța casei lor.



Ianuarie- Aprilie

Cu fonduri proprii am pilotat programul Yoga pentru seniori timp de 4 luni. Știam că este nevoie de programe de mișcare pentru seniori, însă odată stabilită conexiunea cu ei, am realizat cât de important este ceea ce facem. Câte beneficii la nivelul organismului poate aduce yoga, cum schimbă comportamentele sedentare și cât de multă nevoie au seniorii de apartenență la un grup cu doleanțe similare, de o comunitate activă și prietenoasă, în care se pot dezvolta armonios.

GO YOGA 55+

O călătorie prin 37 de cursuri dedicate seniorilor pe parcursul a 6 luni. Iunie-Noiembrie 2021

Dacă e luni, e yoga! Dacă e marți, e meditație, respirație sau workshop-uri de dezvoltare!

320

**Beneficiari
seniori 55+**

participanți la cel puțin
1 oră de yoga

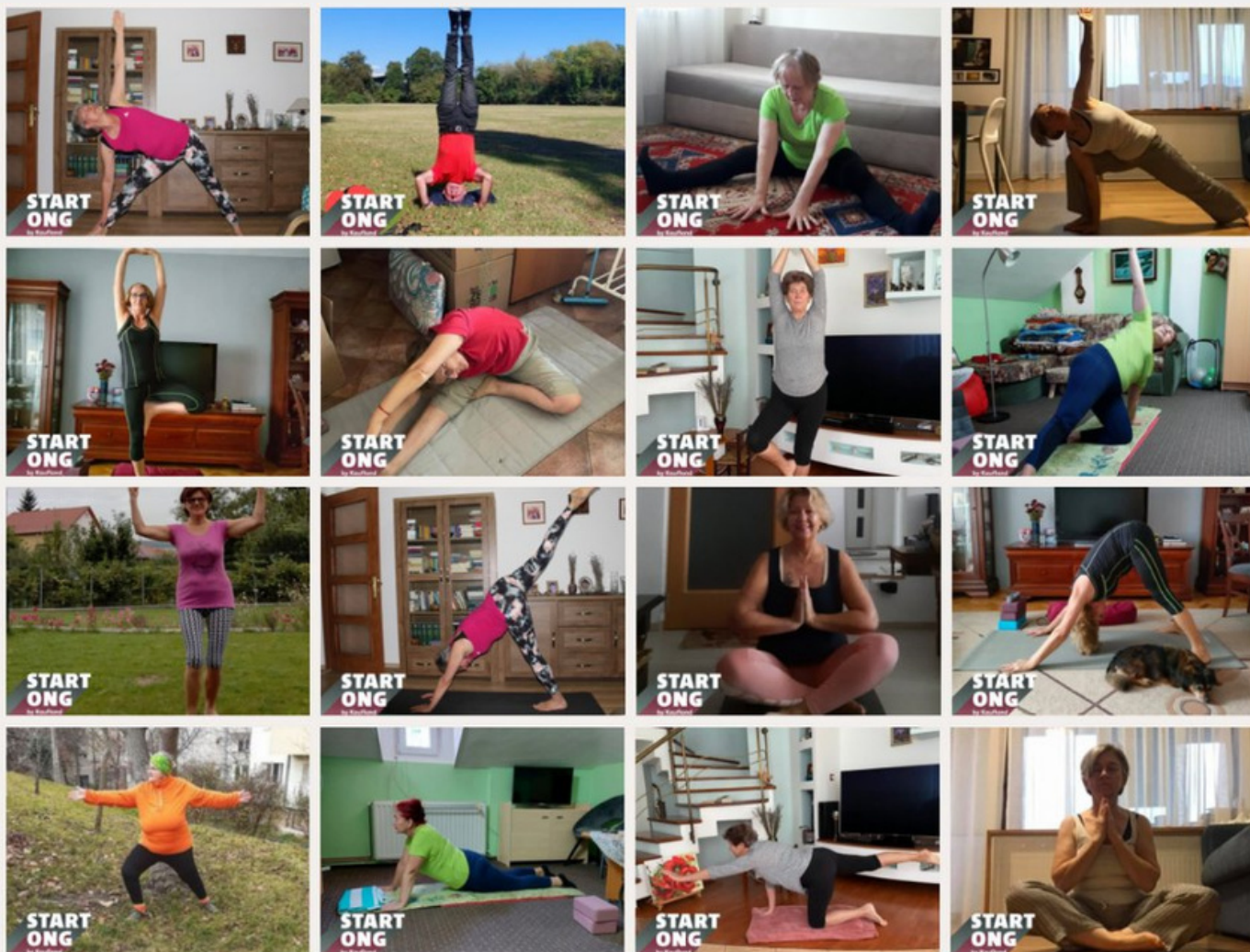
500

**Beneficiari
institutionalizați**

10 cămine de vârstnici
au primit înregistrările

52

**Schimbări
comportamentale**
Seniorii au devenit activi
în viața de zi cu zi



Proiect finanțat prin:



APEL DE URGENȚĂ

Din cauza pandemiei, actele căminului nu au fost reînnoite la timp și nu au putut cumpăra produse de igienă pentru vârstnici.

Am intervenit la 1 zi după solicitarea căminului

70

**Beneficiari
instituționalizați**

357

**Produse de igienă
donate**

1

**Tensiometru medical
performant**



AJUTOR TRIMESTRIAL

Pentru vârstnicii singuri și vulnerabili din mediul rural

Mai, septembrie, decembrie, Jud. Vâlcea

Imobilizați la pat, fără
picioare sau cu
paralizii grave,
bătrânii României sunt
ai nimănui.

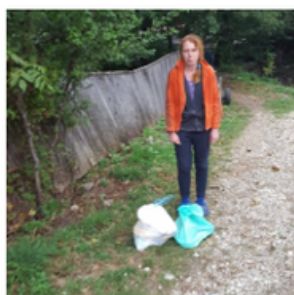
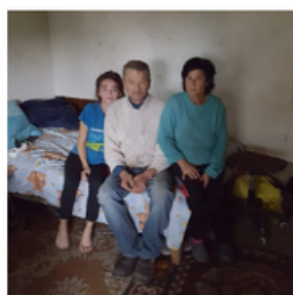
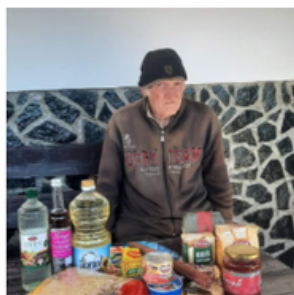
Trăiesc în sate uitate
de lume, pe uliți
singuratice și fără
acces la servicii.

Fără acces la
mâncarea necesară
traului zilnic.

Trimestrial trecem pe
la ei cu pachete
consistente, care le
asigură hrana zilnică
și minimum de igienă
necesar.

20

Beneficiari



PACHETE DONATE

În 9 sate din jud. Vâlcea

Către cei mai vulnerabili vârstnici, selectați cu ajutorul dpt. de asistență socială Horezu și cu ajutorul preotului din com. Bârzești.

20

beneficiari
vulnerabili

400

kilograme
de produse donate

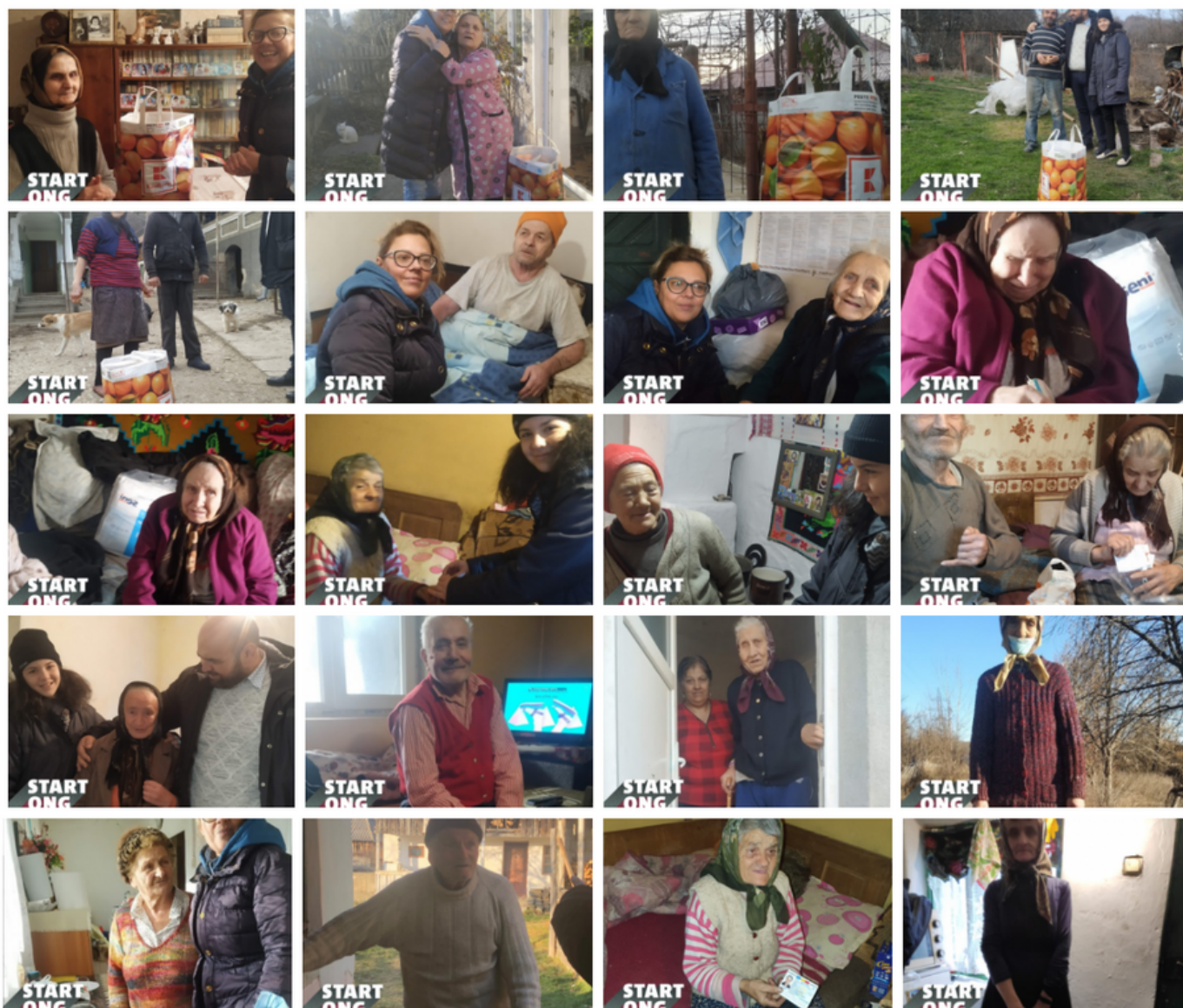


Cu ajutorul programului Start ONG, Asociația Răsăritul de Argint a demarat proiectul Ajutor de Crăciun pentru bătrânii singuri. Voluntarii asociației au adus, pe lângă produsele alimentare alese cu grijă, și o vorbă bună, alături de un dram de ajutor. Au desfăcut mandarine și au aranjat patul bătrânilor, au adus lemne lângă sobă, sau au curățat frigidererele goale, pline de praf, pentru a avea unde să aranjeze alimentele. Au făcut 20 de coronițe de brad pentru a aduce și un pic de spirit de sărbătoare în casele beneficiarilor.

Pe masă unii bătrâni aveau doar un borcan de dulceață, sau o coajă de pâine cu lapte. Nici nu știu să trăiască altfel, însă produsele aduse de Asociația Răsăritul de Argint le vor ajunge pentru o perioadă de minim 3 luni. Singurătatea și durerile sunt mai apăsătoare decât lipsa bucatelor. Faptul că nimeni nu mai știe de existența lor, iar ei nu mai sunt în putere să facă ceva, lasă urme adânci în starea lor psihică. Deznădăjduți și plini de lacrimi, bătrânii singuri ai României trăiesc de la o zi la alta, așteptând în durere să le treacă timpul rămas.

Proiect finanțat prin:





Proiect finanțat prin:



COLECTARE CAPĂCELE

În Timișoara

Capacele se reciclează, iar bănuții strânși se transformă în alimente pentru vârstnicii singuri. Timișoara se mobilizează și reciclează.



10

Saci cu
plastic

12

Grădinițe
implicate

Astfel a luat naștere **proiectul Căpăcele Colorate, de copii reciclate**, împreună cu Grădinița P.P. Giroc. Grupa rățuștelor și Grupa ursuleților au învățat ce înseamnă reciclarea, voluntariatul și grija pentru semeni, totodată.

Până la finalul anului școlar 2021-2022, copiii vor învăța despre mediu, reciclare, voluntariat și ajutor necondiționat, prin 2 module lunare, cu susținerea minunaților învățători de la Grădinița Giroc: Ofelia Coman, Adina Zota și Ramona Petrescu.

Pentru că faptele importante nu trec neobservate, alte 11 grădinițe din județul Timiș se alătură inițiativei Asociației Răsăritul de Argint într-un proiect care implică peste 500 de copii și 30 de învățători.

Workshop-uri de dezvoltare

Sports Changemaker
Creștem ONG-uri În stare de Bine
Civic StartUps

Cursuri urmate

Acumen Academy - Social Impact
Acumen Academy - Fundraising Essentials
Acumen Academy - Systems Practice
Acumen Academy - Lean Startup Principles



Proiectul a fost premiat:

sport changemaker



Participanți în program

După analiza celor 124 de aplicații, am selectat 16 persoane care să se alature programului de 6 luni. Mai jos poți afla cine sunt ei.

Ionuț Stancovici	Raluca Dima	Odile Turcu	Andrei Rusu
Cătălin Cojocaru	Gabriela Popescu	Roxana Lupu	Ciprian Sabău

<https://www.eurosport.ro/alte-sporturi/story>
Cum poate avea sportul impact social - Eurosport
17 mar. 2021 — Câteva exemple fiind Asociația Răsăritul de Argint, Asociația Caiac Smile, Asociația Muntele Mic Extrem.

Am aplicat cu Yoga pentru Seniori și am fost selectați printre cei 16 oameni remarcabili, care produc impact social prin sport.

Dezvoltare organizațională prin Digitalizare



ÎN STARE DE BINE
Program pentru ONG-uri susținut de Kouflood



Am participat la workshop-ul Creștem ONG-uri În Stare de Bine, primind și un minigrant de 2500 lei pentru a ne dezvolta în mediul online.

iunie 2021 - februarie 2022

CIVIC STARTUPS
Mentorat pentru grupuri de cetățeni și ONG-uri la început de drum

9 luni

18 organizații & grupuri civice

Implementat de:



Pornim la drum în călătoria mentoratului



NONPROFIT FUNDRAISING ESSENTIALS

As of NOVEMBER 19, 2021.

Odile Turcu

has successfully completed an online course, **Nonprofit Fundraising Essentials**, provided by Acumen Academy through NovoEd. This hands-on course introduced entrepreneurial mindsets and practical tactics for nonprofit fundraising. Congratulations! We're glad to have you in the Acumen Academy community.

JO-ANN TAN
Director
Acumen Academy



SOCIAL IMPACT ANALYSIS

As of OCTOBER 23, 2021.

Odile Turcu

has successfully completed an online course, **Social Impact Analysis**, provided by Acumen Academy through NovoEd. This course introduced how to analyze the impact of a social venture through a theory of change and logical framework. Congratulations! We're glad to have you in the Acumen Academy community.

JO-ANN TAN
Director
Acumen Academy



LEAN STARTUP PRINCIPLES FOR THE SOCIAL SECTOR

As of OCTOBER 31, 2021.

Odile Turcu

has successfully completed an online course, **Lean Startup Principles for the Social Sector**, provided by Acumen Academy through NovoEd. In this course, you completed a value proposition canvas, carried out customer interviews, and built a minimum viable product. Congratulations! We're glad to have you in the Acumen Academy community.

JO-ANN TAN
Director
Acumen Academy



SYSTEMS PRACTICE

As of NOVEMBER 5, 2021.

Odile Turcu

has successfully completed an online course, **Systems Practice**, provided by Acumen Academy through NovoEd. In this hands-on course, you applied the systems practice methodology from the Omidyar Group to your own complex social challenge. Congratulations! We're glad to have you in the Acumen Academy community.

JO-ANN TAN
Director
Acumen Academy

YOGA PENTRU SENIORI

Impact și sustenabilitate

IMPACT

Social - comunitate interactivă
Economic - ajutăm la o îmbătrânire activă
(mai puține medicamente, scăderea
șanselor de spitalizare)
IMBUNĂTĂȚIREA CALITĂȚII VIEȚII pentru
320 de seniori.

LA NIVEL DE INDIVID

Rezolvarea/ameliorarea problemelor
digestive, de circulație și tiroidă
Somn liniștitor
Mobilitate și echilibru restabilit
Flexibilitate
Activitate psihică benefică
Antidot post pandemic
Liniște interioară

WHAT MAKES US UNIQUE

Nu există programe calitative, atât de
necesare, pentru seniori. Noi venim cu
produs testat MVP.

Propunem un proiect care nu doar oferă
ajutor pentru beneficiari, ci rezolvă o
problemă generală.

SUSTENABILITATE

Minute vizionate după terminarea
programului - 25.000
Schimbări de comportament, menite să
rămână mai mult de 6 luni după
terminarea programului.
Asociația Răsăritul de Argint se va folosi
de înregistrări și după terminarea
programului.



AJUTOR PENTRU BĂTRÂNII SINGURI



Responsabilitate

- Odată găsit un caz social grav, ne asumăm responsabilitatea de a
avea grijă de acești oameni și pe viitor, prin:
- vizite trimestriale pentru a le aduce strictul necesar de mâncare și
igienă,
 - telefoane pentru a le ameliora sentimentul acut de singurătate,
- îmbunătățirea calității vieții lor.

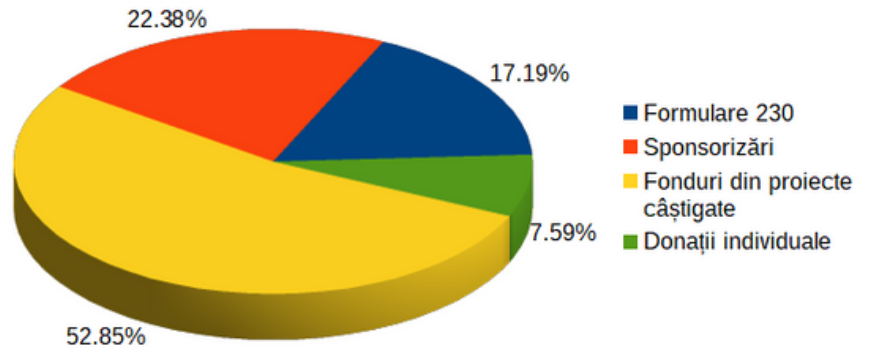
CONTRIBUIM LA SDG 1,2,3,11,16,17



SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

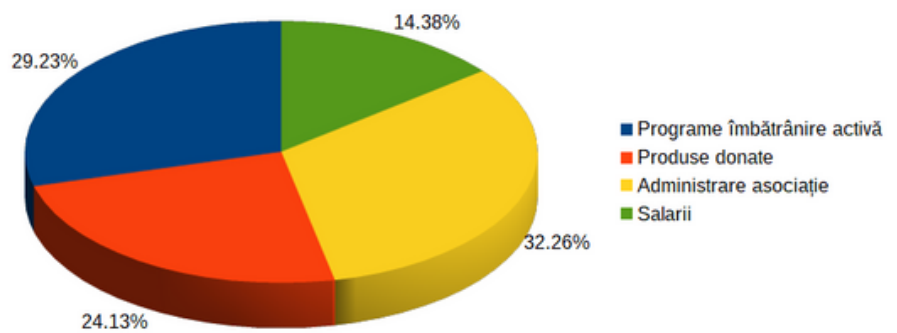
TOTAL FONDURI 2021

Formulare 230	10335
Sponsorizări	13458
Fonduri din proiecte câștigate	31780
Donatii individuale	4562
TOTAL 2021	60135



CHELTUIELI 2021

Programe îmbătrânire activă	16294
Produse donate	13454
Administrare asociație	17986
Salarii	8016
TOTAL	55750

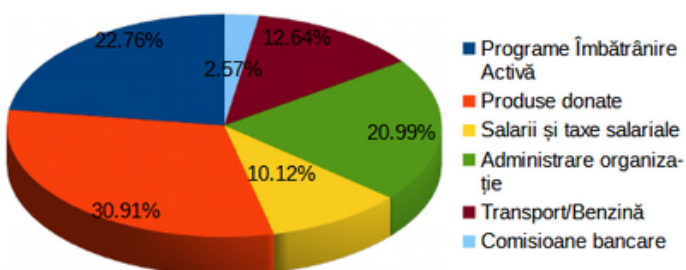


Notă explicativă: Fiind primul an de activitate al asociației, costurile de administrare au fost mai mari, fiind necesare acte notariale, taxe de înființare și dezvoltarea pe online de la zero. Administrare asociație primul an: acte înființare, contabilitate, taxe, comisioane bancare, transport, administrare online (site, găzduire, promovare, Zoom, etc), utilități, dezvoltare organizațională etc.

Administrarea fondurilor interne: Total 19.774 lei

Vicepreședinte Asociația Răsăritul de Argint,

Laura Odile Turcu





J I B E

Proiect finanțat în cadrul programului
În Stare de Bine, susținut de:Implementat de:
Fundatia pentru
Reabilitarea
Societatii
Civile

Donatori individuali:

Radu Meirosu, Monica Popa, Delia Curtuzan, Liana Popa, Camelia Ene, Alina Cristina Ghiba, Rodica Negroiu, Maria Tambrescu, Meda Bredean, Maria Veronica Nita, Irina Patru, Tania Munteanu, Alina Hudek, Magdalena Stoianov, Desirée Halaseh, Zlaxy Poe, Emilia Pitaru, Mihaela Suhan, Luiza Gheorghiu, Claudiu Trifan, Raluca Dima, Gabriela Stoianov, Mircea Criveanu, Ileana Popescu, Andreea Tindeche, Moldovan Gabriela, Monica Ghita, Mircea Ursu, Andi Cărlan, Janina Brasoveanu, Margo Chirila, Luciana Alexandra, Simona Bocaneala Stoica, Nadette Hambanou.

Mulțumim cu recunoștință!





**AȘOCIAȚIA
RĂSĂRITUL DE
ARGINT**

CIF: 43377234



Județul Timiș
Sat Moșnița Veche (Com. Moșnița Nouă),
str. Muntenia nr.8, ap.2

acasa@rasarituldeargint.ro
tel: 0723,832,717