

# Co słycharć w III sektorze?

#INFORMATOR

Numer 9 | WRZESIEN 2022

AKTYWNE  
OBYWATELSKIE  
LESZNO ZA NAMI

POWSTAŁ SKWER  
LESZCZYŃSKICH  
SENIORÓW

PAŹDZIERNIK  
MIESIĄCEM  
PROFILAKTYKI RAKA  
PIERSI - ZBADAJ SIĘ!

NOWY TERMIN  
EKO- PIKNIKU

ŚRODY Z  
FUNDUSZAMI



DZIEKUJEMY!

Portal internetowy  
o Trzecim Sektorze w Lesznie  
[WWW.NGO.LESZNO.PL](http://WWW.NGO.LESZNO.PL)



# CO SŁYCHAĆ W III SEKTORZE?

AKTYWNE OBYWATELSKIE LESZNO za nami!



# DZIĘKUJEMY!



# KALENDARZ NGO



Urząd Miasta Leszno  
 Biuro Polityczna  
 ds. Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi  
 tel. 65 520 54 03  
 ngo@leszno.pl

## wrzesień 2022

P	W	Ś	Ś	C	P	Ś	Ś
				1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11	
			Coś dla nas i Wierzbicki		<b>10 AOL</b> Wielki Festywal Aktywności		
<b>12 AOL</b>	<b>13 AOL</b> Wolontariat Prezydenta Miasta Leszno	<b>14 AOL</b> Ranki Obywatelskie	<b>15 AOL</b> Młodzieżowy Dzień Demokratyczny	<b>16 AOL</b> EKO LESZNO	<b>17 AOL</b>	<b>18 AOL</b>	
19	20	21	22	23	24	25	
			Samorządni Serwisem				
26	27	28	29	30			
		Młodzieżowy Dzień Powstań Indymurj					

WAŻNE TERMINY FORMALNE

15.09  
data do i która może być 70%


20.09  
złóżono na PROF i PROOP do US

26.09  
rozliczenie VAT z US

**Wrzesień**  
**AKTYWNE OBYWATELSKIE LESZNO 10-18.09**


**10.09. WIELKI FESTYwal AKTYWNOŚCI** - festywal organizacji pozarządowych, leszczyńskich instytucji oraz firm zaangażowanych społecznie

# KALENDARZ NGO



Urząd Miasta Leszno  
Biuro Polityczna  
ul. Wspólna 10/10, gmina Leszno, powiat Leszno  
tel. 65 529 54 03  
og@leszno.pl

## październik 2022




P	W	Ś	Ś	C	P	S	N
						1 Europejski Dzień Pamięci i Opatrywania	2 Międzynarodowy Tydzień Historii
3	4 Święto i Dzień Zwycięzców	5	6	7	8	9	10
10	11	12	13	14 Dzień Liberałów Międzynarodowy	15	16	17
17 Międzynarodowy Dzień Walki z Alkoholizmem	18	19	20 Europejski Dzień Solidarności	21	22	23	24
24	25	26	27	28	29	30	31


**WAŻNE TERMINY FORMALNE**


17.10  
dzień dziękuję i niechciałoby się

20.10  
zobowiązanie na POCOP i POCOP do US

25.10  
dotychczas VAT do US








KALENDARZ NGO

Co słychać w III sektorze? | 4



/LeszczyńskieNGO

# CO? GDZIE? KIEDY?

## Wspólnie do lasu po śmieci

Jak co roku we wrześniu Fundacja "Życie Cudem Jest" organizuje sprzątanie lasu na odcinku trasy Parkrun Leszno.

Fundacja od paru lat prowadzi wzmoczoną edukację ekologiczną i organizuje sprzątanie lasu, a także dba o leśną trasę cotygodniowych biegów organizowanych w ramach Parkrun Leszno.

**W sobotę, 24 września odbędzie się kolejna akcja sprzątania lasu. Start o godzinie 10:15.**

Tego typu akcje nadal są bardzo potrzebne, ponieważ wiele osób wciąż nielegalnie wyrzuca śmieci do lasu lub je poprostu zostawia podczas spaceru. Przypominamy, że śmieci pozostawione w lesie nie tylko szpecą krajobraz, ale stanowią też zagrożenie dla zwierząt, roślin i gleby, mogą też przyczynić się do wybuchu pożaru.

Zachęcamy wszystkich do włączenia się do sobotniej akcji.

Zbiórka wszystkich chętnych do pomocy osób na terenie Karczmy Borowej.

Szczegółowe informacje można uzyskać pod numerami telefonu:

601 841 991 (Beata), 507 120 540 (Krzysiek).

**Razem możemy przywrócić piękno w naszym otoczeniu!**

Jak co roku, chcemy posprzątać "kawałek naszej ziemi", na odcinku trasy parkrun Leszno. Poszukujemy chętne osoby, które nam pomogą.



Karczma Bořowa  
SOBOTA  
dnia 24.09.2022 rok  
START o godzinie 10:15  
KONIEC o godz. +/- 12:00



Fundacja  
**Życie Cudem Jest**  
WWW.FZCJ.PL

TELEFON KONTAKTOWY  
601 841 991 -> Beata  
507 120 540 -> Krzysiek





# CO? GDZIE? KIEDY?

## VII Koncert Organowy w Parafii św. Maksymiliana Marii Kolbego w Lesznie - Gronowie.

Miejsce: Parafia św. Maksymiliana Marii Kolbego w Lesznie

Data rozpoczęcia: 25.09.2022 16:45

Data zakończenia: 25.09.2022 18:00

Organizator: Parafia św. Maksymiliana Marii Kolbego w Lesznie

## VII KONCERT ORGANOWY

w parafii pw. św. Maksymiliana Marii Kolbego w Lesznie

25 września 2022 r. godz. 16.45

PO MSZY ŚW.



Tomasz Padoł  
Organista Świątelnicy w Gronowie

### W programie:

1. Dieterich Buxtehude – Preludium i fuga D-dur BuxWV 139
2. Johann Sebastian Bach – Chorał „Wachet auf, ruft uns die Stimme” BWV 645
3. Johann Krtitel Kuchar – Fantazja in e
4. Michel Corette – Carillon
5. Edward Elgar – „Nimrod” z wariacji nt. Enigmy
6. Tomasz Padoł – improwizowana fantazja romantyczna
7. Mieczysław Surzyński – Improwizacje nt. polskiej pieśni kościelnej „Święty Boże” op. 38

Wstęp wolny

Serdecznie zapraszamy

**ŚRODY Z UGANDĄ**

**Taneczne**  
Środy 21.09.2022  
5.10.2022 i 19.10.2022

**Kulturowe**  
Środy 28.09.2022 i 12.10.2022

17:00-18:30  
Fundacja CAT, ul. Boczna 6

**PROWADZI  
FAITH Z UGANDY**

**ZAJĘCIA BEZPŁATNE  
WSTĘP WOLNY**

## Środy z Ugandą!

**Taneczne środy - nauka etnicznych tańca Afryki, Afro Dance i Latino!**

Data rozpoczęcia: 05.10.2022 17:00

Data zakończenia: 05.10. 18:30

.....

Data rozpoczęcia: 19.10.2022 17:00

Data zakończenia: 19.10.2022 18:30

**Kulturowe środy - przyjdź i poznaj kulturę i kuchnię afrykańską oraz naucz się podstaw języka suahili!**

Data rozpoczęcia: 28.09.2022 17:00

Data zakończenia: 28.09.2022 18:30

**Miejsce: Fundacja CAT, ul. Boczna 6 Leszno**

**Organizator: Fundacja CAT**

# CO? GDZIE? KIEDY?

Stowarzyszenie Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych  
"Nasz Dom-Nasz Świat"  
zaprasza na:

## WARSZTATY INTEGRACYJNO-TERAPEUTYCZNE MUZYKOTERAPIA

Warsztaty poprowadzone  
będą przez:  
**Nordoff Robbins Polska**

**27.09.2022 | 16:30**

Park im. Johanna Heermanna

WSTĘP BEZPŁATNY

CENTRUM  
PISOP



STOWARZYSZENIE NA RZECZ  
OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH  
**NASZ DOM  
NASZ ŚWIAT**



PROJEKT FINANSOWANY PRZEZ MIASTO LESZNO

CO? GDZIE? KIEDY?

Co słysząc w III sektorze? | 7



   /LeszczyńskieNGO



# CO? GDZIE? KIEDY?

## EKO WARSZTAT - BIOODPADY



### STOWARZYSZENIE LESZCZYŃSKI BANK ŻYWNOSCI

\* LESZNO, PL. METZIGA 17

\* organizuje eko warsztat pt.:

# BIOODPADY

27.09.2022  
13:00

- CIEKAWOSTKI
- CO WRZUCAMY DO BRAZOWEGO POJEMNIKA?
- CO MOŻNA ZROBIĆ Z BIOODPADÓW \*



PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW BUDŻETU  
MIASTA LESZNA PT.: "ŚRODOWISKO PONAD WSZYSTKO".



# CO? GDZIE? KIEDY?

## Powrót Króla



W ramach  
**POWROTU KRÓLA**  
zapraszamy na wydarzenia:

**30.09.2022**

Leszno - Rynek, godz. 16:00 - 18:00

- 👑 Królewskie występy artystyczne przedszkolaków,
- 👑 postać Króla Stanisława Leszczyńskiego,
- 👑 warsztaty, animacje, gry i zabawy

**01.10.2022**

Leszno, godz. 12:00 - makieta miejska przy Al. Słowackiego

Królewski spacer "Leszno Leszczyńskich"

**02.10.2022**

Bieg "Królewska trzynastka"  
Start: Szkoła Podstawowa nr 13  
Meta: Zamek w Rydzynie

Zapisy: [www.tech-race.pl](http://www.tech-race.pl)

szczególności na [www.lesznoregion.pl](http://www.lesznoregion.pl)



# CO? GDZIE? KIEDY?

## NOWY TERMIN EKO PIKNIKU

Stowarzyszenie Leszczyński Bank Żywności wraz z Miastem Leszno zapraszają na EKO PIKNIK pt. " Bądź eko! Jeśli możesz przyjedź na rowerze".

Zaplanowany pierwotnie na dzień 17 września w ramach akcji Aktywne Obywatelskie Leszno EKO Piknik z uwagi na złe warunki atmosferyczne nie mógł się odbyć. Nowy termin wydarzenia to **1 października (sobota).**

Piknik zostanie zorganizowany na terenie stowarzyszenia (pl. Metziga 17) i zostanie połączony z obchodami Światowego Dnia Seniora.

W programie:

### STREFA EKOLOGICZNA:

- kreatywne warsztaty (eko torby),
- warsztaty pszczelarskie połączone z degustacją miodu,
- sadzenie ziół.

### STREFA ZDROWIA:

- konsultacje dietetyczne.

### STREFA GIER I ZABAW:

- slalom z przeszkodami,
- zabawy z piłką,
- przeciąganie liny,
- gry i zabawy prowadzone przez wodzireja.



Podczas pikniku będzie można skorzystać z oferty gastronomicznej: grill, gofry, wata cukrowa, przysmak świętokrzyski, kawa, herbata, ciasto.

Podczas pikniku zostanie rozstrzygnięty konkurs na najpiękniejszy bukiet zielny i nastąpi przyznanie nagród.

Ponadto dodatkową niespodzianką tego dnia będzie **STREFA SENIORA**, przygotowana z myślą o przypadającym w tym dniu Światowym Dniu Seniora. Na każdego seniora czekać będzie pyszne ciasto oraz ciepły napój. Jest to wyjątkowy dzień, dlatego naszym celem jest integracja środowiska senioralnego oraz umocnienie więzi międzypokoleniowych, a zaplanowany piknik jest do tego świetną okazją, by wspólnie razem się bawić i świętować.

*„Dzięki uczestnictwu obydwu pokoleń we wspólnej zabawie kształtuje się pozytywne nastawienie młodego pokolenia do własnej przyszłości. Nie raz już jako stowarzyszenie udowodniliśmy, że konieczna jest integracja międzypokoleniowa. Konieczna i nieodzowna jest wymiana doświadczeń między pokoleniami, a dzięki takim wydarzeniom, integracji wzbogacamy się nawzajem” – podkreśla Katarzyna Jaśkowiak – prezeska Stowarzyszenia Leszczyński Bank Żywności.*

Zatem sobotę, 1 października każdy leszczyński senior powinien zaznaczyć w swoim kalendarzu. Projekt współfinansowany ze środków Miasta Leszna w ramach konkursu "Inicjatywa dla Leszna"



# CO? GDZIE? KIEDY?



## EKO PIKNIK - połączony z obchodami Światowego Dnia Seniora

1  
października

### STREFA GIER I ZABAW

- Gry i zabawy dla całych rodzin
- Zabawa taneczna

### STREFA ZDROWIA

- Konsultacje dietetyczne

### STREFA EKOLOGICZNA

- **Kreatywne warsztaty** - wykonywanie eko torb
- **Warsztaty zielarskie** - połączone z sadzeniem ziół
- **Warsztaty pszczelarskie** połączone z degustacją miodu

### STREFA FLORYSTYCZNA

Prezentacja i wybór najpiękniejszego bukietu zielonego

### STREFA GASTRONOMICZNA

Grillowanie przy muzyce

### STREFA SENIORA

- Słodki poczęstunek z kawą i herbatą
- Integracja międzypokoleniowa

Wstęp  
Wolny



DATA: 1 październik  
MIEJSCE: teren Stowarzyszenia  
Leszczyński Bank Żywności  
GODZINA: 12:30 - 15:30

# CO? GDZIE? KIEDY?

## DYŻURY PORADNICZE NA TEMAT WOLONTARIATU

Leszczyńskie Centrum Wolontariatu zaprasza osoby zainteresowane rozpoczęciem przygody z wolontariatem i obecnych wolontariuszy na dyżury koordynatora wolontariatu.

Podczas spotkań uzyskasz informacje na temat formalnoprawnych aspektów wolontariatu (min. umowy wolontariackie, prawa i obowiązki wolontariusza, obowiązki organizacji oraz miejsc gdzie mogą szukać oferty wolontariackie (m.in. System Obsługi Wolontariatu czy Baza Wolontariatu Leszczyńskiego Centrum Wolontariatu).

Uzyskasz również pomoc przy zarejestrowaniu się w bazie SOW. Koordynator Wolontariatu pomoże Ci określić Twoje kompetencje oraz potrzeby związane z działaniami (m.in. analiza potrzeb szkoleniowych, ustalenie miejsca realizacji wolontariatu) oraz zaplanować dalszą ścieżkę rozwoju wolontariackiego.

wolontariat

Dyżury poradnicze  
**na temat  
oferty  
wolontariatu**

**4.10 15:00-16:00**

Fundacja CAT  
ul. Więzienna 3, Leszno

wiktoria@fundacja-cat.pl | fundacja.cat | www.fundacja-cat.pl

Leszczyńskie Centrum Wolontariatu

dla wolontariuszy i koordynatorów

**Miejscowość:** Leszno  
**Miejsce:** Fundacja CAT, ul. Więzienna 3  
**Data rozpoczęcia:** 04.10.2022 15:00  
**Data zakończenia:** 04.10.2022 16:00  
**Organizator:** Fundacja CAT



# CO? GDZIE? KIEDY?

## 3 Różowy marsz-bieg, bo życie cudem jest

Leszczyńskie Stowarzyszenie Rehabilitacyjne "Amazonka" oraz Fundacja - "Życie Cudem Jest" i RedTiger Karate & Judo Furo Leszno zapraszają 8 października na **3 Różowy marszo-bieg, bo życie cudem jest.**

Jego celem jest profilaktyka raka piersi, promocja badań oraz okazanie wsparcia kobietom walczącym z tym rodzajem nowotworu. Datę Różowego Marszu wybrano nieprzypadkowo. Październik jest bowiem dla Amazonek miesiącem walki z rakiem piersi.

W biegu mogą wziąć udział kobiety, mężczyźni a także dzieci, do pokonania jest trasa 5 km.

08. października 2022 roku

# AMAZONKA RUN-WALK 2022

3 RÓŻOWY MARSZO-BIEG BO ŻYCIE CUDEM JEST



#### ORGANIZATORZY



Leszczyńskie Stowarzyszenie  
Rehabilitacyjne "Amazonka"  
64-100 Leszno ul. Chrobrego 37  
tel. 65 520 51 15



Fundacja Życie Cudem Jest  
Oddział w Lesznie  
64-100 Leszno ul. Grochowiaka 6  
tel. 507.120.540 i/lub 601.841.991

ZAPRASZAMY

KARCZMA BOROWA  
POLANA TRZECH DĘBÓW  
08.10.2022 (SOBOTA)  
START GODZINA 9:00

Bieg to nie jedyna akcja, Leszczyńskie Amazonki 15 października, w Europejskim Dniu Walki z Rakiem Piersi zapraszają wszystkich chętnych do sadzenia żonkili na polu nadziei.

**Rak nie wybiera, może dotknąć każdego z nas, nie ważne ile masz lat i jaki status społeczny pamiętaj o badaniach profilaktycznych!**

CO? GDZIE? KIEDY?

Co słysząc w III sektorze? |13



# CO? GDZIE? KIEDY?

## WARSZTATY WSTĘP DO POROZUMIENIA

Warsztaty "Wstęp Do Porozumienia" to warsztaty dla wszystkich, ale nie dla każdego

### Są dla Ciebie jeśli:

masz dość zdręczania się swoimi niesłużącymi myślami;  
tęsknisz za tym, aby być usłyszonym i rozumianym;  
chcesz mówić do siebie i innych inaczej - z większą autentycznością, szczerością i efektywnością.

### Uczestnicy

Warsztaty stanowią cykl 4 cotygodniowych spotkań w kameralnej grupie (6-8 osób)

### Kiedy i gdzie?

Leszno, Arena Kreatywnej Edukacji

Terminy spotkań:

środy w godzinach 17:00-20:00

5, 12, 19 i 26 października 2022r.

### Prowadzący:

Agnieszka Adamczak - trenerka komunikacji empatycznej, coach, pedagog, psycholog

### Zapisy:

zgłoszenie chęci udziału w wiadomości + wpłata

### Kontakt:

via Messenger

lub 509 080 424

### Płatność:

Za udział w cyklu prosimy wpłacić kwotę mieszczącą się w widełkach 350-600zł - biorąc pod uwagę swoje możliwości finansowe oraz chęć wspierania działań Fundacji Arena i Świat.

Płatności tej dokonaj przed rozpoczęciem cyklu spotkań - będzie ona gwarancją rezerwacji miejsca. Wpłatę w dowolnej wysokości możesz potraktować również jako zaliczkę, a w trakcie warsztatów lub po ich zakończeniu wpłacić kwotę uzupełniającą na rzecz Fundacji Arena i Świat, abyśmy mogli dalej robić to co robimy, najlepiej jak umiemy, dla Ciebie i dla innych.

Fundacja Arena i Świat

- mBank 45 1140 2004 0000 3902 7739 2340
- w tytule wpisz "Wstęp Do Porozumienia", imię i nazwisko uczestnika oraz numer telefonu.



# CO? GDZIE? KIEDY?

## WARSZTATY DLA DZIECI

Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka w Lesznie  
zaprasza na bezpłatne

# Warsztaty dla Dzieci

w wieku od 8 do 12 lat

- 06/10 E (moc)ja - co to takiego?
- 13/10 Moja recepta na stree...ees!
- 20/10 Jak się dogadać? O komunikacji
- 27/10 Jestem okej! O samoocenie
- 03/11 By chciało się chcieć! O motywacji
- 10/11 Jak nie wpaść w sieć sieci?  
Podróż po wirtualnej rzeczywistości

Gdzie siedziba TKOPD, ul. Słowiańska 59b

Kiedy czwartki, godz. 16:30 - 18:30

Zapisy 65 529 98 65

Osoba prowadząca Dąbrowka Skorupińska



WOJEWODA WIELKOPOLSKI

**KOPD**

KOMITET OCHRONY PRAW DZIECKA  
Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka  
w Lesznie

# CO? GDZIE? KIEDY?

## GRUPA WSPARCIA

Terenowy Komitet Ochrony Praw Dziecka  
zaprasza na cykl spotkań

### "Grupa Wsparcie" - dla osób doświadczających przemocy domowej

Celem spotkań jest udzielenie wsparcia, zmniejszenie poczucia osamotnienia oraz zmotywowanie uczestników do podjęcia skutecznych działań obronnych, które zatrzymają przemoc.

Poruszane tematy to m.in.:

Czym jest przemoc w rodzinie?

Mity i stereotypy dotyczące roli kobiety i mężczyzny – przekonania podtrzymujące przemoc.

Zachowanie sprawców przemocy jako zwarty system zachowań służący podporządkowaniu i kontroli.

Zachowania i strategie obronne osób dotkniętych przemocą w rodzinie.

Jak skutecznie się bronić?

Dzieci w sytuacji przemocy domowej.

Jak prawo określa przemoc i co trzeba zrobić, żeby wkroczyło prawo?

Nasze prawa. Strategie obrony osobistych praw.

**Pierwsze spotkanie: 05.10.2022r. godz. 16:30  
siedziba TKOPD, ul. Słowiańska 59b**

Zapisy pod numerem  
telefonu  
**65 529 98 65**

Osoba prowadząca:  
**Anna Juchocka**



# CO? GDZIE? KIEDY? SPORT

## KP Polonia 1912 Leszno - Korona Piaski

Miejscowość: Leszno

Miejsce: Stadion Piłkarsko-Lekkoatletyczny

Data rozpoczęcia: 24.09.2022 16:00:00

Data zakończenia: 24.09.2022 17:45:00

Organizator: KP Polonia 1912 Leszno



## Wielkopolskie Czwartki Lekkoatletyczne w Lesznie

Miejscowość: Leszno

Miejsce: Leszno - stadion MOSiR ul.Strzelecka

Data rozpoczęcia: 29.09.2022 16:30:00

Data zakończenia: 29.09.2022 18:30:00

Organizator: UKS Achilles Leszno, Urząd Miasta Leszna

Zawody lekkoatletyczne dla dzieci klas VI i młodszych. Konkurencje: 60m, 300m, 600m dziewczęta, 1000 chłopcy, skok w dal, skok wzwyż, rzut piłeczką palantową.

Zapisy w dniu zawodów.

Zakończenie sezonu grillowego z SKK POLONIA 1912 Leszno

# ZAKOŃCZENIE SEZONU GRILLOWEGO

W STAREJ GAZOWNI

24 WRZEŚNIA 2022  
OD GODZ. 15:00

## ATRAKCJE

- turniej kręglarski
  - turniej rzutu do kosza
  - spotkanie z żużlowcami
  - subsoccer
  - podczas całej imprezy  
**KARAOKE** (również ze swoją muzyką)
  - pyszne menu w tym  
wyjątkowa kielbasa żużlowa,  
soczysta karkówka
  - ognisko
- oraz wiele innych atrakcji  
także dla najmłodszych

## ZAPRASZAMY!!!

Dochód z imprezy wesprze SKK POLONIA 1912 Leszno

SPONSOREM IMPREZY JEST STARA GAZOWNIA I SKLEP WĘDLINY U STASIA



ORGANIZATOR

KONSTRUKTOR



PARTNERZY



TORA



PATRONAT MEDIALNY





# CO? GDZIE? KIEDY? SPORT

## Test Coopera dla wszystkich

Miejscowość: Leszno

Miejsce: stadion lekkoatletyczny MOSIR

Data rozpoczęcia: 15.10.2022 08:00:00

Data zakończenia: 15.10.2022 15:00:00

Organizator: AZS ANS LESZNO, MOS LESZNO

Test Coopera dla Wszystkich organizowany jest dwa razy do roku na wiosnę i na jesieni. Zapraszamy na edycję jesienną 2022 r.

Zachęcamy do wspólnego przetestowania poziomu swojej sprawności fizycznej: dla części po intensywnych treningach, dla części po beztrudnych wakacjach, a jeszcze dla innych jako początek przygody z regularną aktywnością fizyczną. Udział w Teście jest **BEZPŁATNY**.

**UWAGA!** Osoby niepełnoletnie muszą uzyskać pozwolenia od opiekuna prawnego.

Test w Lesznie odbędzie się na stadionie MOSIR ul. 17 Stycznia 68 w godz. 9-15.

Do zobaczenia na bieżni!





# WYDARZYŁO SIĘ

## POWSTAŁ SKWER LESZCZYŃSKICH SENIORÓW

W ramach akcji EKO Leszno organizowanej podczas Aktywnego Obywatelskiego Leszna powstał Skwer Leszczyńskich Seniorów. Pomysł zrodził się dużo wcześniej podczas jednego ze spotkań roboczych dot. planowania wrześniowych pozarządowych wydarzeń w ramach akcji Aktywne Obywatelskie Leszno. Kolejne miesiące to czas przygotowań, by w ramach akcji Eko Leszno móc zrealizować inicjatywę. I tak, w dniu 16 września seniorzy z klubu "Wrzosowy Zakątek" wspólnie z mieszkańcami, ngo-sami i urzędnikami posadzili wrzosa na skwerze u zbiegu ulic 17 Stycznia, Starozamkowej i Lipowej w Lesznie. Jak mówią członkowie Stowarzyszenia "Wygraj Siebie" przy którym działa wspomniany wyżej klub seniora mają przypominać, że seniorzy stanowią jedną czwartą mieszkańców miasta i że są to osoby bardzo aktywne.

**A dlaczego wrzosa ? "To taki jesienny kwiat, dopasowany do naszego wieku - mówi Teresa Rękosiewicz prezeska stowarzyszenia. Na skwerze zamontowano również tablicę z jego nazwą oraz ustawiono ławeczkę w jego pobliżu. Późną jesienią posadzone zostaną jeszcze w tym miejscu drzewka. Pomysł pomógł zrealizować Miejski Zakład Zieleni.**





# WYDARZYŁO SIĘ

## POWSTAŁ SKWER LESZCZYŃSKICH SENIORÓW





# WYDARZYŁO SIĘ

## X. LESZCZYŃSKI DZIEŃ PRZEDSZKOLAKA

W dniu 20 września na Stadionie im. A. Smoczyka w Lesznie odbył się X Leszczyński Dzień Przedszkolaka. W tym roku pod hasłem „Od Małego Leszczyniaka do Wielkiego Polaka”. Patronat nad imprezą objął Łukasz Borowiak - Prezydent Miasta Leszna.





# WYDARZYŁO SIĘ

## INTEGRACYJNY PIKNIK SENIORÓW

W czwartek 22 września Fundacja Jesienny Uśmiech zorganizowała dla seniorów piknik połączony z ogniskiem. Wydarzenie odbyło się na Polanie Trzech Dębów przy Karczmie Borowej.





# WYDARZYŁO SIĘ

## PIERWSZE WARSZTATY ZIELARSKIE ZAKOŃCZONE

Stowarzyszenie Leszczyński Bank Żywności zorganizowało warsztat ekologiczny o tematyce ziół. Uczestnicy warsztatu mieli okazję zapoznać się z rodzajami ziół, a także mieli okazję skosztować różnych naparów ziółowych z takich ziół jak np. kwiat lipy, liść brzozy, liść babki lancetowatej, kwiat dziewanny i inne. Można było także rozpoznawać zioła w terenie i tworzyć zielnik.



## WASZE JESIENNE ZDJĘCIA

**Przyszła jesień. Czekamy na Wasze pogodowe zdjęcia i relacje!**

Przyszła jesień. Dla jednych jest to radosny termin, gdyż oznacza koniec upałów oraz „złotą polską jesień”. Na drugim biegunie jest jednak grupa osób, która ubolewa, że czas wakacji i długie, słoneczne, letnie dni dobiegły końca. Kalendarzowa jesień zawsze rozpoczyna się 23 września. Co ciekawe, w tym roku początek jesieni astronomicznej i kalendarzowej wypadł w tym samym dniu.

Kasztany spadają z drzew, drzewa się żółcą, pachnie ogniskami... Zauważyliście już mgły i zamglenia? Byliście już na grzybach! W lasach pełno przecież prawdziwków, kurek i maślaków.

My już nie możemy się doczekać kolorowej, polskiej jesieni i Leszna w złotym płaszczu.

I tradycyjnie czekamy na Wasze pogodowe zdjęcia i relacje.

Z przyjemnością opublikujemy na naszej stronie i w naszych social mediach precudnej urody jesienne zdjęcia Waszego autorstwa.

Zapraszamy do przesyłania swoich fotografii na adres: [op@leszno.pl](mailto:op@leszno.pl) w tytule maila wpisując "jesień" lub zamieszczania na naszym profilu na Facebooku LESZCZYŃSKIE NGO.





## #KibicujemyLeszczyńskimNGO



**#KibicujemyLeszczyńskimNGO!**

To, że miasto Leszno stoi sportem jest jasne dla wszystkich 😊

Chcemy zachęcić Was do kibicowania leszczyńskim drużynom sportowym!

Wasze wsparcie i doping są nieocenione w sportowej rywalizacji.

Zachęcamy także Kluby sportowe do zamieszczania informacji o meczach, turniejach czy innych wydarzeniach, na które chcą zaprosić kibiców w kalendarzu wydarzeń na stronie [www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl)

Jeśli chcecie żeby relacja z wydarzenia znalazła się na naszej stronie – prześlijcie krótką informację i zdjęcia!

[www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl)

# AKCJE PROWADZONE PRZEZ MIASTO

## WAKACYJNE NGO - RELACJA

Przez całe wakacje trwała akcja "Wakacyjne NGO".  
Dziękujemy za nadesłane zdjęcia!



# NGO



# ...więcej zdjęć na naszej stronie



AKCJE PROWADZONE PRZEZ MIASTO



Co słychać w III sektorze? | 28

   /LeszczyńskieNGO

# AKTYWNE OBYWATELSKIE LESZNO

## WIELKI FESTYN AKTYWNOŚCI I PASJI

Za nami Wielki Festyn Aktywności i Pasji inaugurujący corocznie akcję Aktywne Obywatelskie Leszno. Dziękujemy, że byliście z nami!

Ponad 160 stoisk przygotowały leszczyńskie organizacje pozarządowe, placówki oświatowe, instytucje, firmy zaangażowane społecznie oraz grupy nieformalne. Nie sposób wymienić wszystkich atrakcji jakie tego dnia czekały na mieszkańców Leszna. Mini koncerty, karaoke, warsztaty plastyczne, strefa sportu i animacji, przejazd zabytkowym autobusem czy też pokaz tresury psa policyjnego – to tylko kropla w morzu atrakcji jakie czekały na osoby, które odwiedziły Festyn.

Podczas festynu zbieraliśmy nakrętki, makulaturę. Zdobyć można było certyfikat wodnego eksperta, powstały setki prac artystycznych, rozgrywano zawody sportowe, pojawiły się zamki dmuchane, obejrzeć można było akrobatyczne pokazy, tańce towarzyskie, break dance, czy rekonstrukcje historyczne. Uczestnicy festynu brali udział w zajęciach z pierwszej pomocy. Wiele emocji dostarczył konkurs kulinarny o tytuł Leszczyńskiego Mini Master Chefa. Prawdziwe oblężenie przeżywały stoiska przy których odbywały się warsztaty plastyczne – techniczne, gdzie w kilka minut z butelek, nakrętek i tektury można było wyczarować małe cudenka.

Ósma edycja Wielkiego Festynu Aktywności i Pasji organizowanego w ramach akcji Aktywne Obywatelskie Leszno ściągnęła na Aleję Gwiazd Żużla tłumy odwiedzających. Stowarzyszenia i fundacje przyciągały atrakcjami, ale też prezentacją swojej codziennej działalności, o której informowały mieszkańców. Swoimi pasjami, osiągnięciami i możliwościami dzieliły się także kluby sportowe, szkoły, przedszkola, firmy zaangażowane społecznie oraz liczne grupy działające na rzecz społeczności lokalnej. To było prawdziwe święto tych, którzy działają na rzecz dobra publicznego.

Podczas trwania imprezy na scenie można było podziwiać występy dzieci i młodzieży oraz seniorów, reprezentujących leszczyńskie placówki oświatowe ale także kluby przy spółdzielniach mieszkaniowych i organizacje pozarządowe. Na koniec występów scenicznych zorganizowany został festiwal kolorów.

Podczas festynu Jednostka Wojskowa 4 Zielonogórskiego Pułku Przeciwlotniczego zapraszała na Dzień Otwartych Koszar.

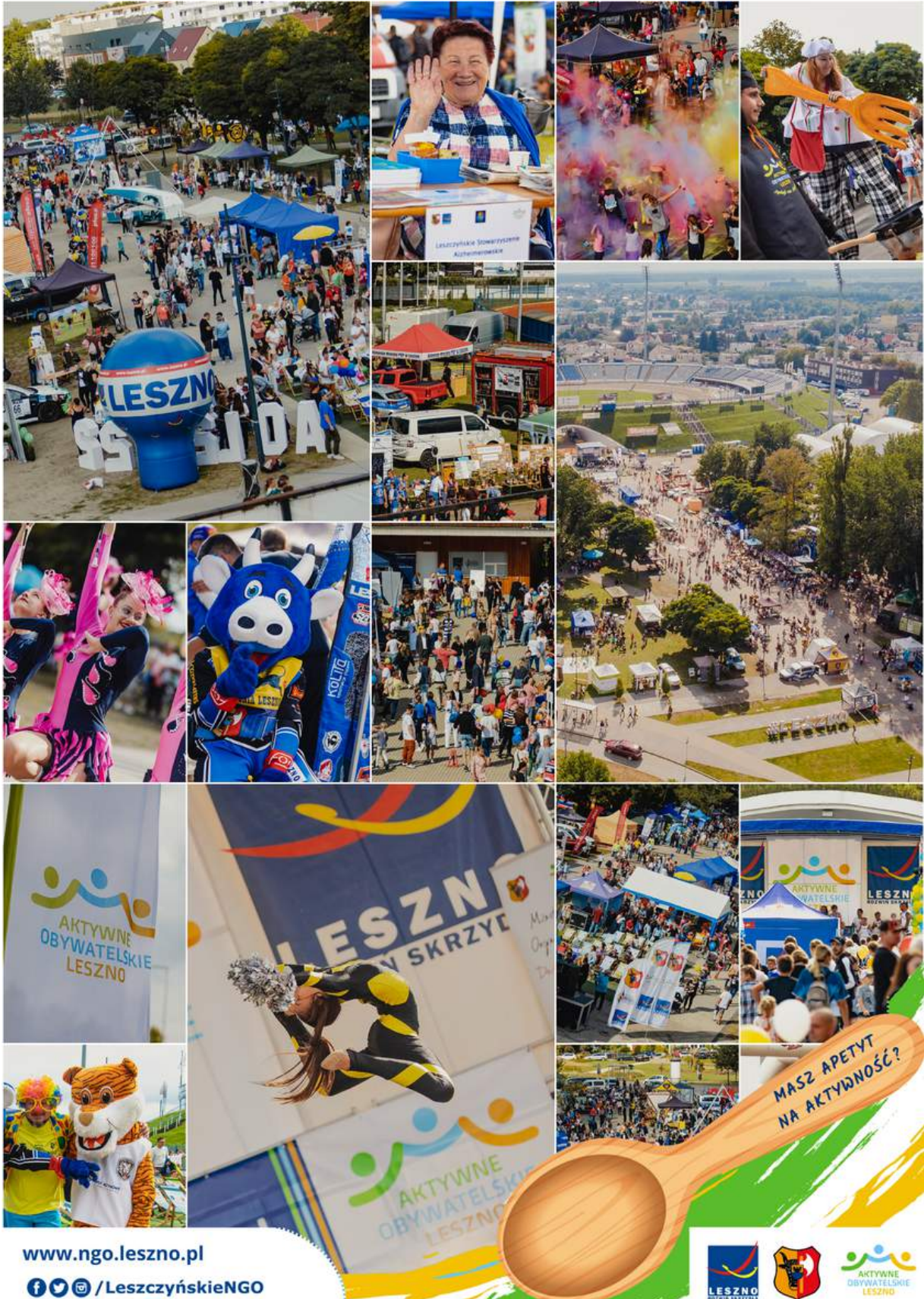
Impreza została zorganizowana przez Miasto Leszno, Miejski Ośrodek Kultury, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji. Współorganizatorami były organizacje pozarządowe: fundacje, stowarzyszenia, kluby sportowe, spółdzielnie socjalne, leszczyńskie instytucje, jednostki oświatowe, jednostki miejskie oraz firmy i podmioty zaangażowane społecznie.

Dziękujemy wszystkim za pomoc w organizacji Festynu oraz za tak liczną frekwencję.



# AKTYWNE OBYWATELSKIE LESZNO

## WIELKI FESTYN AKTYWNOŚCI I PASJI



[www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl)

[f](#) [t](#) [i](#) /LeszczyńskieNGO



AKTYWNE OBYWATELSKIE LESZNO

Co słycać w III sektorze? | 30



[t](#) [f](#) [i](#) /LeszczyńskieNGO



## WOLONTARIAT PREZYDENTA

13 września - we wtorek - Prezydent Miasta Leszna Łukasz Borowiak ponownie został Wolontariuszem! Jesteście ciekawi gdzie dziś Prezydent udzielił się społecznie?

Od samego rana Wolontariusz udał się do **Stowarzyszenia Przyjaciół i Sympatyków Zespołu Szkół Technicznych w Lesznie**, gdzie wraz z uczniami podjął się montażu elektropneumatycznej prasy. Następnym punktem na liście było **Stowarzyszenie Przyjaciół I Liceum Ogólnokształcącego w Lesznie**. Prezydent Miasta Leszna spotkał się z uczniami w leszczyńskim Ratuszu i opowiedział o jego historii. W **Stowarzyszeniu Przyjaciół Baśniowej Krainy** Wolontariusz pomagał przy przygotowywaniu wspólnie z dziećmi przetworów jabłkowych. Z takimi zaprawami żadna zima nie będzie straszna! Następnie Prezydent udał się do **Stowarzyszenia Centrum PISOP**. Tam przeprowadził warsztat w którym zapoznał uczestników z ideą wolontariatu, opowiedział o dobrych praktykach, a także przybliżył korzyści wynikające z działaniami wolontariackimi. Kolejnym przystankiem było **Towarzystwo Przyjaciół Zespołu Szkół nr 4 w Lesznie**, gdzie Wolontariusz prowadził pogadankę na temat wizerunku pracownika w czasie rozmowy kwalifikacyjnej, a także opowiedział o swoich oczekiwaniach w czasie wizyty w salonie fryzjerskim. Prezydent Miasta miał również okazję zapoznać się z podstawowymi czynnościami w pracowni fryzjerskiej. W **Fundacji Leszno dla Ukrainy** Wolontariusz udzielał informacji uchodźcom z Ukrainy, którzy przebywają w Lesznie. Następnie Prezydent Miasta udał się do **Przedszkola Miejskiego nr 11**, gdzie miał niecodzienną okazję, by zasiąść w jury w pokazie mody ekologicznej. Dodatkowo również dokończył mural, który związany jest zarówno z Lesznom, jak i z Patronką Przedszkola - Marią Konopnicką. W **Stowarzyszeniu Przyjaciół Leszczyńskiej Szkoły Rolniczo - Budowlanej** pomagał w przygotowaniu pamiątkowej ekspozycji w Szkolnej Izbie Pamięci. Kolejnym punktem na liście była **Fundacja Jesienny Uśmiech**, w której Prezydent Miasta miał za zadanie zarówno pomoc w przygotowaniu soków owocowo - warzywnych, jak i w prowadzeniu zajęć na temat dobroczynnych skutków picia soków. Następnie Wolontariusz udał się do dzielnicy Gronowo pod tablicę upamiętniającą "Obóz Jeniecki", gdzie zgromadzonym członkiniom **Stowarzyszenia Chorych na Choroby Reumatyczne** opowiedział o historii tego miejsca. Dzień Wolontariusza zakończyła wizyta w **Stowarzyszeniu Wygraj Siebie**, gdzie przygotował surówkę "Marchewka po koreańsku", do której wykorzystano przyprawy przywiezione z Ukrainy.

To z pewnością był niezapomniany dzień pełen wrażeń dla Wszystkich.  
Dziękujemy za wszystkie spotkania!



# AKTYWNE OBYWATELSKIE LESZNO

## WOŁONTARIAT PREZYDENTA



[www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl)

[f](#) [t](#) [i](#) /LeszczyńskieNGO





# AKTYWNE OBYWATELSKIE LESZNO

## RANDKI OBYWATELSKIE

Tradycyjnie w ramach akcji Aktywne Obywatelskie Leszno odbyły się Randki Obywatelskie, które zgromadziły zainteresowanych poznaniem nowych organizacji i placówek oraz wymianą kontaktów i nawiązaniem współpracy.

Przybyli na spotkanie mieli okazję do wzajemnego poznania się, wspólnych rozmów i dyskusji - było gwarno i radośnie. Spotkanie zostało podzielone na trwające po pięć minut rundy, podczas których uczestnicy poznawali się, przedstawiali swoje organizacje, instytucje i wymieniali się doświadczeniami oraz materiałami promocyjnymi i co najważniejsze - inicjowali nowe pomysły i chęć zrealizowania wspólnych działań.

Po upływie czasu 5 minut, każdy z randkowiczów zmieniał swoje miejsce tak, by móc porozmawiać z każdą obecną na sali osobą. Rozmowom nie było widać końca, dlatego po przeprowadzeniu wszystkich rund, goście zajmowali jeszcze miejsca na sali i w przyjaznej atmosferze wymieniali się informacjami na wiele obywatelskich tematów. W spotkaniu uczestniczyli również wolontariusze z leszczyńskich szkół.

Spotkanie odbyło się w sali sesyjnej Urzędu Miasta Leszna.



[www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl)  
f t i /LeszczyńskieNGO



## PEJA O DRODZE DO TRZEŹWOŚCI

Chyba nikomu, kto choć trochę interesuje się rapem w Polsce, nie trzeba przedstawiać Ryszarda Andrzejewskiego. Popularny Peja tym razem odwiedził Leszno - nie tylko po to, by rapować.

W dniu 16 września w ramach akcji Aktywne Obywatelskie Leszno odbyło się spotkanie motywacyjne z Ryszardem „Peją” Andrzejewskim, który opowiedział o swoim życiu, zarówno o tych dobrych momentach, jak i o życiowych zakrętach.

Podczas dwugodzinnego spotkania Raper zdradził, jak udało mu się uporać z uzależnieniem od alkoholu i zacząć życie od nowa, a także dał krótki koncert.

W spotkaniu uczestniczyła młodzież z Monaru oraz z Młodzieżowego Centrum Profilaktyki „Alternatywa”, a także z leszczyńskich szkół średnich. Na widowni zasiadły też osoby dorosłe z Ruchu Trzeźwościowego oraz Leszczyńskiego Stowarzyszenia Klub Abstynentów, nie zabrakło też mieszkańców i fanów rapera.

Peja podczas spotkania odpowiadał na pytania uczestników i chętnie dzielił się swoimi przemyśleniami na temat uzależnienia od alkoholu. Raper nie ukrywał, że ma za sobą trudne doświadczenia. Wychował się w patologicznej rodzinie, w poznańskich slumsach. Rodzice nadużywali alkoholu i zmarli wcześniej. Ryszard odziedziczył po nich słabość do alkoholu i zmagał się z uzależnieniem przez wiele lat swojego życia. I choć był bliski zrujnowania go, udało mu się wygrać z wyniszczającym nałogiem, o czym opowiedział uczestnikom spotkania:

*„Cieszę się z życia jakie prowadzę i jakie poznałem dzięki nie piciu. Cieszę się każdym dniem na trzeźwo pamiętając, że nawet najgorszy z przeżytych na trzeźwo dni jest niczym w porównaniu z tym kiedy zdecydowałbym się wrócić do życia z alkoholem. Alkoholem, który dziś nie stanowi dla mnie problemu. Którego nie zauważam, bo przestałem się na nim koncentrować skupiając swoją uwagę na rzeczach znaczących. Pamiętam jednak o jego niszczycielskiej mocy mając przed nim respekt”.*

Raper przyznał, że nie pije prawie 13 lat i niewiele brakowało, by alkohol zniszczył jego życie. 10 stycznia 2010 r. po raz ostatni wziął do ust alkohol, wyrывая się tym samym ze szpon zgubnego nałogu. Jak sam podkreśla:

*"Wykluczyłem alkohol, zanim on zdołał wykluczyć mnie".*

Artysta mówił również o pierwszych nieudanych próbach porzucenia nałogu, o stracie mamy i szukaniu w kieliszku rozwiązań dla wszystkich problemów. Raper zdradził, co skłoniło go do pójścia na spotkanie AA i wielokrotnie powtarzał, że sam fakt odstawienia picia nie czyni człowieka od razu trzeźwym i kontrolującym swoje zachowania.

## PEJA O DRODZE DO TRZEŹWOŚCI

*„Jako osoba uzależniona walczyłem z przysłowiowymi wiatrakami. Cokolwiek i komukolwiek bym obiecał i nieważne jak szczere i prawdziwe byłoby to wyznanie, wszystko to traciło na znaczeniu, kiedy wkraczał alkohol. Mój najlepszy przyjaciel i śmiertelny wróg zarazem. To on zakrzywił moją rzeczywistość, mój fokus i wyobrażenie o ludziach i świecie. To on dawał mi pozornie siłę i pewność siebie do radzenia sobie w trudnych sytuacjach. To on spożywany często w ilościach przemysłowych decydował o moim losie”.*

O Alkoholizmie można powiedzieć, iż jest najbardziej demokratyczną chorobą dotykającą człowieka. Alkoholizm nie wybiera ofiar z konkretnych kręgów społecznych, płci, wieku czy ras. Choroba alkoholowa, czyli alkoholizm dotyka tak biednych jak i bogatych, tak samo osoby z wykształceniem jak i niewykształcone.

*"Jeśli przestajesz kierować swoim życiem z powodu alkoholu lub narkotyków, na końcu są tylko trzy drogi: psychiatryk, więzienie lub cmentarz."*

Raper w swojej wypowiedzi podkreślał:

*"Nigdy nie jest za późno, żeby zostać zwycięzcą. Warto nie pić, jeśli zagraża to bezpośrednio twojemu zdrowiu i życiu. Życiu twojej rodziny i dzieci. Wiem, że trzeba żyć tu i teraz. Bo dzisiaj może się zdarzyć najfajniejszy moment twojego życia. Tego, co wczoraj, nie jesteś w stanie zmienić, a jutra możesz nie dożyć. Cała filozofia”.*

Po prawie 1,5 godzinnej rozmowie raper zagrał dla zgromadzonej publiczności krótki koncert.

Peja znany jest przede wszystkim z występów w zespole Slums Attack, którego jest współzałożycielem. Bez wątplenia jest jednym z najbardziej zasłużonych artystów dla polskiego rapu, a jego albumy rozeszły się w nakładzie ponad pół miliona egzemplarzy w Polsce.

W trwającej już ponad ćwierć wieku karierze muzycznej Peja jest twórcą i współtwórcą kilkunastu albumów, z których większość uzyskała status platynowej płyty. Jego najbardziej znane kawałki wybrzmiały w piątek na mokowskiej scenie. W trakcie trwającego ponad 30 minutowego koncertu raper porwał publiczność do zabawy.

Podczas spotkania swoje utwory zaprezentował również zespół "Clean Squad", w którego skład wchodzi Czysty, PeHa i Endol. Tematyką ich utworów jak i inspiracją samej nazwy zespołu jest głównie trzeźwość, zarówno trudności z nią związane jak i zalety jakie czerpią z tego tytułu. Muzyka stała się ich pasją i pewnego rodzaju sposobem na lepsze życie. Dzięki niej wyrażają siebie, odcinają się od przytłaczającej prozy dnia codziennego by przekazać ludziom emocje.

Zespół zaprezentował kawałki: "Wrzuc na luz", "Wielki dzięki", „Salut”, „Martwy Punkt” oraz „Koniec Świata”.



# AKTYWNE OBYWATELSKIE LESZNO

## PEJA O DRODZE DO TRZEŹWOŚCI



[www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl)

   /LeszczyńskieNGO

MASZ APETYT  
NA AKTYWNOŚĆ?



## DRZWI OTWARTE ZA NAMI

Od 12 do 18 września w ramach akcji Aktywne Obywatelskie Leszno odbywały się Drzwi Otwarte. Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy z nami współtworzyli Tydzień Pozarządowy jako organizatorzy, wolontariusze i uczestnicy.

Celem organizowanych Drzwi Otwartych jest promowanie inicjatyw obywatelskich wśród mieszkańców Leszna, jak również pogłębianie integracji organizacji pozarządowych, wymiana doświadczeń i podejmowanie wspólnych działań.

Wydarzenie to na stałe wpisało się w kalendarz wydarzeń organizowanych w naszym mieście przy aktywnym udziale organizacji i innych podmiotów zaangażowanych społecznie i jest realizowane od ośmiu lat w ramach akcji Aktywne Obywatelskie Leszno.

Drzwi Otwarte były doskonałą okazją do prezentacji codziennej działalności organizacji pozarządowych: fundacji, stowarzyszeń, klubów sportowych, spółdzielni socjalnych, a także instytucji kultury, klubów działających przy spółdzielniach mieszkaniowych. Inicjatywy z myślą o mieszkańcach przygotowały także miejskie spółki, placówki oświatowe oraz firmy zaangażowane społecznie.

Wszystkie podmioty z należytą starannością przygotowały się do Drzwi Otwartych, pokazując co mają najlepszego, czym się zajmują, jakie ciekawe rzeczy robią, jakie aktywności wykonują.

Przygotowane wydarzenia służyć miały bowiem przede wszystkim lepszemu poznaniu się, pokazać, że w mieście działają podmioty o których niejednokrotnie nie wiemy, że ich działalność jest ważna i użyteczna. Nie sposób wymienić wszystkich wydarzeń odbywających się w ramach Drzwi Otwartych, bo podmioty w nich uczestniczące przygotowały ponad 130 różnego rodzaju aktywności.

Przez kilka dni działo się naprawdę sporo. Były atrakcje przygotowane dla wszystkich grup wiekowych. W bogatej ofercie coś dla siebie znalazły zarówno dzieci jak i seniorzy. Były różnego rodzaju spotkania, pokazy, treningi sportowe, warsztaty, skorzystać można było z porad specjalistów, uczestniczyć w projekcjach filmowych czy też konkursach. Można było przyjść, porozmawiać, wypytać o szczegóły działalności, zapisać się na zajęcia czy też treningi, a także poznać najbliższe plany i projekty ngo-sów.

Docenić należy zaangażowanie i pomysłowość organizacji pozarządowych i innych instytucji uczestniczących w Drzwiach Otwartych. Te pokazały, że Leszno jest miastem aktywnym, w którym mieszkają osoby pełne pasji oraz chcące działać dla innych.



# AKTYWNE OBYWATELSKIE LESZNO

## POSADZILIŚMY SOSNY

W piątek 16 września w ramach akcji Aktywne Obywatelskie Leszno - Eko Leszno wspólnie z Nadleśnictwem Karczma Borowa sadziliśmy las.

Jak co roku w ramach akcji Aktywne Obywatelskie Leszno - Eko Leszno można było posadzić własne drzewo. Tym razem na specjalnie przygotowanej powierzchni w leśnictwie Nowy Świat za Wojewódzkim Szpitalem Zespołowym w Lesznie sadzone były sosny.

W akcji wziął udział Prezydent Miasta Leszna Łukasz Borowiak wraz z urzędnikami oraz pracownicy Nadleśnictwa Karczma Borowa.

Z pewnością, po posadzeniu takiej liczby drzew, okoliczne płuca naszego Miasta rozrosną się, co pozytywnie wpłynie na środowisko oraz na jakość powietrza.

Ponadto Nadleśnictwo Karczma Borowa dla najmłodszych przygotowało gry i zabawy w namiocie edukacyjnym.

Przy okazji spotkania leśnicy zachęcali do używania aplikacji umożliwiającej dostęp do map lasów. Aplikację mBDL (mobilny Bank Danych o Lasach), bo o niej mowa można pobrać na telefony i tablety z systemem Android.

Podstawową zawartością aplikacji są leśne mapy tematyczne np. podstawowa, drzewostanowa, form własności, siedlisk leśnych, zbiorowisk roślinnych oraz łowiecka.

Poza mapami branżowymi, użytkownik ma możliwość wyświetlenia np. mapy topograficznej lub ortofotomapy lotniczej/satelitarnej, a także map z zewnętrznych serwisów WMS.



# DOTACJE I KONKURSY

## [LASY PAŃSTWOWE/KLUBY SPORTOWE/SPORTOWA NATURA/AKTYWNOŚĆ NA ŚWIEŻYM POWIETRZU/PRZYRODA/EDUKACJA PRZYRODNICZNA/SPORT]

Lasy Państwowe zapraszają wszystkie kluby sportowe w Polsce do wzięcia udziału w konkursie pod hasłem „Sportowa Natura”. Chcą wspólnie promować ruch na świeżym powietrzu w otoczeniu przepięknej polskiej przyrody. Nagrodzone będą najciekawsze pomysły, a ograniczeniem jest tylko wyobraźnia. Celem konkursu jest promocja Lasów Państwowych poprzez popularyzację ruchu na świeżym powietrzu w otoczeniu przyrody.

**Termin składania wniosków - 30 września 2022 r.**

## [HISTORIA/NAZIZM/HISTORIA LOKALNA/II WOJNA ŚWIATOWA/SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA]

Fundacja EVZ zaprasza do przystąpienia do konkursu grantowego „local.history”. Ma on na celu krytyczne odniesienie się na poziomie lokalnym do historycznych miejsc, osób, rodzin, wydarzeń, przedsiębiorstw lub budynków z czasów nazizmu. Wnioski mogą składać organizacje zarejestrowane w Polsce, Czechach, Słowacji i Ukrainie. Dzięki programowi finansowania local.history Fundacja EVZ wspiera lokalne i regionalne inicjatywy historyczne z Europy Środkowej i Wschodniej. Program grantowy local.history ma na celu krytyczne odniesienie się na poziomie lokalnym do historycznych miejsc, osób, rodzin, wydarzeń, przedsiębiorstw lub budynków z czasów nazizmu.

**Termin składania wniosków – 30 września 2022 r.**



# DOTACJE I KONKURSY

## [ZDROWE ŻYWIENIE/PROFILAKTYKA/PRODUKTY PROZDROWOTNE/CHOROBY CYWILIZACYJNE]

Narodowe Centrum Badań i Rozwoju (NCBR) prowadzi nabór wniosków o dofinansowanie w ramach Programu rządowego NUTRITECH – żywienie w świetle wyzwań poprawy dobrostanu społeczeństwa oraz zmian klimatu. Przedsiębiorcy i naukowcy mogą uzyskać atrakcyjne granty m.in. na opracowanie nowoczesnych rozwiązań żywieniowych stanowiących podstawę zdrowej diety, a także istotnych w leczeniu i profilaktyce chorób, w tym chorób cywilizacyjnych. Program zakłada wdrożenie opracowanych rozwiązań, takich jak produkty prozdrowotne, plany żywieniowe, procesy, technologie i usługi towarzyszące, które pomogą zmniejszyć ryzyko występowania przewlekłych chorób niezakaźnych, w tym chorób dietozależnych, a więc służą prawidłowemu żywieniu i mają znaczenie profilaktyczne. Celem głównym programu jest zwiększenie dostępności produktów i rozwiązań w zakresie prawidłowego żywienia w perspektywie do roku 2030 poprzez wdrożenie wyników prac badawczo-rozwojowych, uwzględniając zasady zrównoważonego rozwoju.

Termin składania wniosków – 30 września 2022 r.

## [MŁODZIEŻ/WYMIANA/TECHNOLOGIA/INŻYNIERIA/NAUKI ŚCISŁE/MATEMATYKA/SZTUKA]

Program wspierania projektów STE(A)M w międzynarodowej wymianie młodzieży.

Celem Konkursu jest wspieranie projektów o tematyce STE(A)M – Science, Technology, Engineering, Arts, Mathematics (nauki ścisłe, technologia, inżynieria, sztuka, matematyka) w międzynarodowej wymianie młodzieży. Co może ułatwić młodym ludziom poruszanie się w stale zmieniającym się świecie pełnym nowych technologii? Wiedza z zakresu STE(A)M, twórcze i krytyczne myślenie oraz międzynarodowe doświadczenia! Swobodne poruszanie się w cyfrowej rzeczywistości oraz nauka poprzez dociekanie i odkrywanie pozwalają młodzieży lepiej zrozumieć współczesny świat i kształtować świat przyszłości. Program

Eksperyment Wymiana zachęca młodych ludzi, aby wspólnie, podczas międzynarodowych spotkań, kreatywnie zajęli się zagadnieniami z zakresu nauk przyrodniczych, matematycznych lub technicznych. Jeśli grupy partnerskie nie mogą spotkać się na żywo „face-toface”, to projekt można zrealizować też online.

PNWM finansuje również takie spotkania.

Termin składania wniosków – 30 września 2022 r.

# DOTACJE I KONKURSY

[EDUKACJA/NAUKA/OŚWIATA/WYCHOWANIE/WSPÓŁPRACA  
MIĘDZYNARODOWA/WYMIANA KULTUROWA]

Europejska Fundacja Młodzieży wspiera międzynarodowe działania realizowane przez krajowe lub międzynarodowe organizacje młodzieżowe.

Celem programu jest dofinansowanie działań służących promowaniu idei pokoju, zrozumienia i współpracy w duchu poszanowania praw człowieka, demokracji, tolerancji i solidarności.

Termin składania wniosków – 1 października 2022 r.

[ERASMUS PLUS - PROJEKTY MOBILNOŚCI MŁODZIEŻY – „DZIAŁANIE NA  
RZECZ WŁĄCZENIA DISCOVEREU”]

W ramach działania na rzecz włączenia DiscoverEU organizacje i nieformalne grupy młodych ludzi mogą otrzymać wsparcie w celu realizacji projektów pozwalających młodym ludziom o mniejszych szansach na uczestnictwo w DiscoverEU na równych zasadach względem ich rówieśników.

Termin składania wniosków – 4 października 2022 r.

[EDUKACJA/NAUKA/OŚWIATA/WYCHOWANIE/WSPÓŁPRACA  
MIĘDZYNARODOWA/WYMIANA KULTUROWA]

Europejska Fundacja Młodzieży wspiera międzynarodowe działania realizowane przez krajowe lub międzynarodowe organizacje młodzieżowe.

Celem programu jest dofinansowanie działań służących promowaniu idei pokoju, zrozumienia i współpracy w duchu poszanowania praw człowieka, demokracji, tolerancji i solidarności.

Termin składania wniosków – 4 października 2022 r.



# DOTACJE I KONKURSY

**[Erasmus plus – Akcja kluczowa 2: Współpraca Organizacji i Instytucji – Partnerstwa współpracy - Partnerstwa w dziedzinach dotyczących młodzieży - UNIA EUROPEJSKA/PARTNERSTWO/EDUKACJA/DZIAŁALNOŚĆ MIĘDZYNARODOWA]**

Głównym celem partnerstw współpracy jest umożliwienie organizacjom zwiększenia jakości i znaczenia ich działań, rozwinięcia i wzmocnienia sieci partnerów, zwiększenia zdolności do wspólnego działania na szczeblu ponadnarodowym, zwiększenia międzynarodowego charakteru ich działań – poprzez wymianę lub rozwój nowych praktyk i metod, jak również wymianę i omawianie pomysłów.

**Termin składania wniosków – 4 października 2022 r.**

**[Erasmus plus – Działania wspierające uczestnictwo młodzieży - UNIA EUROPEJSKA/MŁODZIEŻ/EDUKACJA/KSZTAŁCENIE]**

Działania nieobjęte formalnym kształceniem i szkoleniem, których celem jest zachęcanie młodzieży do uczestnictwa w demokratycznym życiu Europy na szczeblu lokalnym, regionalnym, krajowym i europejskim oraz wspieranie i ułatwianie tego uczestnictwa.

**Termin składania wniosków – 4 października 2022 r.**

**[Europejski Korpus Solidarności: Projekty Solidarności 2022 - MŁODZIEŻ/SPOŁECZNOŚĆ LOKALNA/INTEGRACJA]**

W ramach Programu młode osoby w wieku 18-30 lat mogą realizować Projekty Solidarności (ang. solidarity projects) – działania na rzecz społeczności lokalnej będące odpowiedzią na lokalne potrzeby i wyzwania. Tematyka i podejmowane działania muszą dotyczyć ważnych społecznie spraw związanych z szeroko rozumianą solidarnością. Działania muszą wpisywać się w priorytety Europejskiego Korpusu Solidarności opisane w Przewodniku po Programie dostępny na stronie Europejskiego Korpusu Solidarności [twierza się w nowej karcie.](#)

**Termin składania wniosków – 4 października 2022 r.**

# DOTACJE I KONKURSY

[EDUKACJA EKONOMICZNA /USŁUGI FINANSOWE/BANK CENTRALNY/POLITYKA PIENIĘŻNA/ROZWÓJ FINANSOWY]

Narodowy Bank Polski wspiera projekty edukacyjne, które wpisują się w obszary działalności edukacyjnej banku centralnego. W szczególności celami działalności edukacyjnej są: upowszechnienie wiedzy o zasadach funkcjonowania rynku finansowego, kształtowanie postaw sprzyjających jego stabilności i rozwojowi systemu finansowego; zwiększenie znajomości zagadnień ekonomicznych w społeczeństwie, w tym na temat roli i misji NBP, polityki pieniężnej, instytucji finansowych oraz Unii Gospodarczej i Walutowej (m.in. Europejskiego Banku Centralnego, Europejskiego Systemu Banków Centralnych); kształtowanie postaw sprzyjających przedsiębiorczości; upowszechnienie obrotu bezgotówkowego; przeciwdziałanie wykluczeniu finansowemu i kształtowanie odpowiedzialności przy podejmowaniu decyzji finansowych, w tym zarządzaniu budżetem domowym i korzystaniu z usług finansowych; popularyzowanie wiedzy na temat dziedzictwa ekonomicznego i historii pieniądza; promowanie nowoczesnych postaw wpływających na kształtowanie kapitału społecznego związanego z rozwojem gospodarczym.

Termin składania wniosków – 31 grudnia 2022 r.

**Szczegółowy opis konkursów na  
[www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl)**





# WIADOMOŚCI

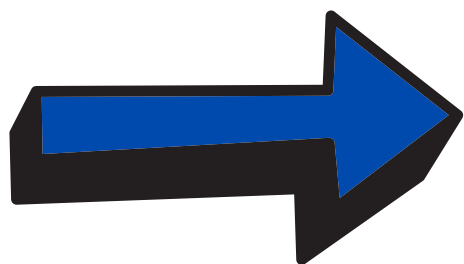
## BIURO PEŁNOMOCNIKA DS. WSPÓŁPRACY Z ORGANIZACJAMI POZARZĄDOWYMI ZAPRASZA DO WSPÓŁPRACY

Ważnym aspektem działania Biura Pełnomocnika ds. Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi jest upowszechnianie wśród mieszkańców Leszna wiedzy na temat III sektora, zarówno dotyczącej możliwości angażowania w jego działania, jak i korzystania z oferty organizacji.

W ramach realizowanych działań w biurze można zasięgnąć porad, w szczególności z obszaru:

- doradztwo jak założyć organizację pozarządową,
- promocja w organizacji,
- pozyskiwanie środków ze źródeł krajowych i zagranicznych.

Więcej informacji na



# NGO

# LESZNO



Zajrzyj na stronę  
[www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl)  
i bądź na bieżąco!

WIADOMOŚCI

KALENDARZ  
WYDARZEŃ

FUNDUSZE

# WIADOMOŚCI

## TRWAJĄ PRACE NAD PROGRAMEM WSPÓŁPRACY NA ROK 2023

Trwają prace nad Rocznym Programem Współpracy. Dokument ten tworzony jest w oparciu o wiedzę i praktykę pracowników Urzędu Miasta Leszna oraz MOPR-u, jak również organizacji pozarządowych, które zgodnie z zasadą partnerstwa zapraszane są do pomocy w lepszym identyfikowaniu i definiowaniu problemów społecznych jak też zgłaszania swoich propozycji rozwiązań.

Prace nad dokumentem rozłożone zostały na dwa etapy.

W I etapie prac nad dokumentem prosiliśmy poszczególne Wydziały / Biura i Jednostki Organizacyjne Urzędu Miasta Leszna o przedstawienie swoich propozycji zapisów do projektu Programu, w tym priorytetowe zadania planowane do realizacji w 2023 roku. Zgłoszenia przyjmowane były od 02 do 12 sierpnia na przygotowanym formularzu.

Następnie głos zabrali przedstawiciele organizacji pozarządowych, którzy w terminie do 29 sierpnia br. zgłaszali swoje propozycje zadań do realizacji w roku 2023 r. oraz uwagi do zapisów w programie aktualnie obowiązującym. Otrzymane od ngo-sów propozycje zostały przekazane do właściwych merytorycznie Wydziałów, Biur oraz MOPR-u w celu uzyskania opinii i rekomendacji na temat zasadności realizacji zaproponowanych zadań.

Propozycje, które zostaną pozytywnie ocenione zostaną w miarę możliwości finansowych budżetu Miasta Leszna wpisane do „Programu Współpracy....., na 2023 rok”. Zadania, które zostaną wpisane do programu, będą stanowić podstawę do ogłaszania otwartych konkursów ofert w przyszłym roku.



# WIADOMOŚCI

## TRWAJĄ PRACE NAD PROGRAMEM WSPÓŁPRACY NA ROK 2023

Na podstawie zgłoszonych uwag i propozycji zarówno ze środowiska samorządowego, jak i pozarządowego przygotowany zostanie projekt „Programu Współpracy....., na 2023 rok”, który następnie poddany zostanie konsultacjom społecznym.

Po konsultacjach, najpóźniej do końca listopada br. projekt Programu zostanie przedstawiony Radzie Miejskiej Leszna.



## PROGRAM WSPÓŁPRACY



Program uchwalany jest corocznie przez Radę Miejską Leszna na mocy Art. 5a ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

Wyznacza on kierunki współpracy w ważnych dziedzinach, takich jak np. działalność kulturalna, pomoc społeczna, ochrona zdrowia, sport, przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym, rewitalizacja, turystyka i rekreacja, rozwój wspólnot i społeczności lokalnych.

Określa nie tylko cele współpracy, ale także priorytety, konkretne zadania oraz formy i tryby ich realizacji.



[www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl)

   /LeszczyńskieNGO

## ZBIERAJ DAROWIZNY OD ZAKUPÓW W INTERNECIE

Jeśli Twoja organizacja chce skorzystać ze serwisu fanimani.pl, wystarczy ją zarejestrować. Rejestracja oraz korzystanie z serwisu jest bezpłatne. W tym roku Polacy na zakupy online wydadzą ok 70 miliardów złotych. Jeśli tylko 1% z tego trafi do organizacji społecznych, to jest to 700mln zł! A wartość zakupów online cały czas rośnie - zwłaszcza w ostatnim kwartale roku oraz w czasach pandemii.

### Zarejestruj organizację

Jeśli Twoja organizacja chce skorzystać ze serwisu fanimani.pl, wystarczy ją zarejestrować. Rejestracja oraz korzystanie z serwisu jest bezpłatne. Po rejestracji w serwisie utworzy się automatycznie podstrona z podanym przez Ciebie opisem Waszej działalności. Będzie na niej również widoczny Wasz logotyp. Adres tej podstrony możesz rozesłać do wszystkich osób, które mogą bezpłatnie Was wspierać, za każdym gdy robią zakupy w jednym z ponad 1210 sklepów internetowych. Zaraz po założeniu organizacji otrzymasz emailem e-book z propozycjami różnych działań, które pomogą w zbieraniu przez FaniMani.pl. Otrzymasz również dostęp do Panelu organizacji gdzie znajdziesz gotowe materiały i podpowiedzi.





## ZBIERAJ DAROWIZNY OD ZAKUPÓW W INTERNECIE

**Czy moja organizacja musi mieć działalność gospodarczą, aby zbierać darowizny od zakupów z FaniMani.pl?**

Nie, nie musicie mieć działalności gospodarczej. Darowizny od zakupów wypłacane są przez Fundację FaniMani w formie darowizny na konto Waszej organizacji.

**Jaki jest koszt rejestracji organizacji i korzystania z darowizn od zakupów online FaniMani?**

Rejestracja organizacji oraz korzystanie z serwisu FaniMani.pl jest bezpłatne. Jest to możliwe dzięki naszej współpracy z partnerami, co pozwala nam na finansowanie funkcjonowania portalu.

**Ile pieniędzy możemy zebrać w ten sposób?**

Organizacje, które aktywnie korzystają z FaniMani zbierają od kilku do kilkudziesięciu tysięcy złotych rocznie. Nie jest to zależne od wielkości czy rozpoznawalności organizacji, a raczej od aktywnego promowania tej formy pomagania.

**Jak możemy sprawdzać darowizny od zakupów?**

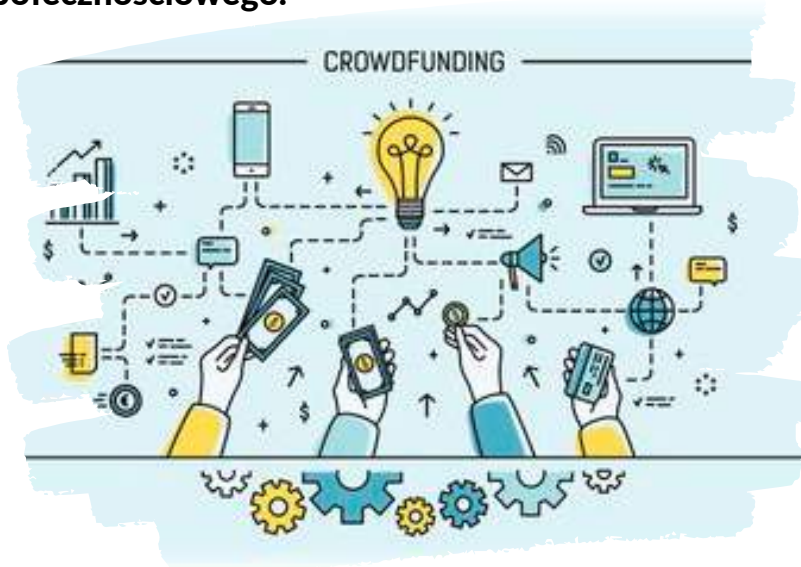
Każda organizacja poprzez Panel Organizacji ma dostęp do aktualnej listy wszystkich naliczonych darowizn oraz ich statusów (aktualizowana codziennie). W Panelu Organizacji możecie również sprawdzić listę wspierających wraz z datą ich rejestracji. Dodatkowo – każdy zarejestrowany użytkownik może na swoim koncie użytkownika sprawdzać naliczone darowizny oraz kiedy zostały wypłacone organizacji.

**Jak często są wypłacane darowizny od zakupów?**

Wypłaty darowizn realizowane są po zakończeniu każdego kwartału w terminach określonych w Regulaminie Beneficjenta. Wypłacane są darowizny organizacjom, które: zebrały min. 100zł w darowiznach ze statusem "Gotowa do wypłaty" i podały prawidłowy numer konta w Panelu Organizacji

## CROWDFUNDING, CZYLI FINANSOWANIE SPOŁECZNOŚCIOWE PRZEZ INTERNET

Zamiast jednego donatora – wielu wspierających, zamiast jednej dużej kwoty – wiele drobnych wpłat, które składają się na pokaźną sumę. Organizacje pozarządowe, poszukujące środków na realizację swoich projektów, mogą skorzystać z crowdfundingu, czyli finansowania społecznościowego.



W finansowaniu społecznościowym kluczowe są internetowe portale crowdfundingowe, za pośrednictwem których twórcy i realizatorzy projektów mogą pozyskać pieniądze na swoje przedsięwzięcia społeczne, kulturalne i biznesowe.

### Wybrane portale crowdfundingowe

- [polakpotrafi.pl](http://polakpotrafi.pl) – projekty o tematyce ogólnej, wysokość prowizji to 7,4% od każdej zbiórki zakończonej sukcesem. Prowizja systemu płatności wynosi 2,5%.
- [wspieram.to](http://wspieram.to) – projekty o tematyce ogólnej, wysokość prowizji dla portalu to 8,5% w modelu „Wszystko albo nic” i 9,5% w modelu „Bierzesz, ile zbierzesz”. W obu przypadkach naliczana jest w momencie, gdy wartość zebranych środków wyniesie co najmniej 500 zł. Prowizja dla operatora płatności wynosi 2,5%.
- [wspieramkulture.pl](http://wspieramkulture.pl) – projekty kulturalne, wysokość prowizji od zbiórki zakończonej sukcesem wynosi 11% (w to wliczona jest opłata dla operatora systemu płatności).



## CROWDFUNDING, CZYLI FINANSOWANIE SPOŁECZNOŚCIOWE PRZEZ INTERNET

- **odpalprojekt.pl** – projekty o tematyce ogólnej, wysokość prowizji to 4,9% w przypadku opcji „Wszystko albo nic”, a 6,9% w przypadku opcji „Bierzesz, ile zbierzesz”. Prowizja jest pobierana od sumy środków pieniężnych zgromadzonych przez projektodawcę na jego koncie w serwisie. Prowizja systemu płatności wynosi 2,5%.
- **pomagam.pl** – zbiórki na dowolny cel, od każdej wpłaty potrącanie jest 5% na promocję serwisu oraz 2,5% na pokrycie opłat operatorów płatności.
- **siepomaga.pl** – 6% wpłat dokonywanych przez portal Siepomaga.pl to darowizna na cele statutowe Fundacji Siepomaga. Fundusze przeznaczone są na promocję zbiórek, opłacenie prowizji operatorów płatności (PayU, PayPal), a także na funkcjonowanie, utrzymanie i rozwój serwisu.
- **zrzutka.pl** – platforma umożliwiająca zbieranie pieniędzy na projekty biznesowe, kulturalne, naukowe, społeczne, sprzedażowe oraz prywatne. Organizatorzy zrzutek nie ponoszą żadnych opłat ani prowizji za organizowanie zrzutek i wypłacanie środków ze zrzutka.pl. 100% zebranej kwoty możesz wypłacić w dowolnym momencie na własne konto bankowe.
- **wspolnyprojekt.pl** – portal dla innowacyjnych twórców, którzy chcą pozyskać środki na realizację swoich planów. Prowizja dla administratora to 7% od sumy zebranej w zbiórce zakończonej sukcesem.

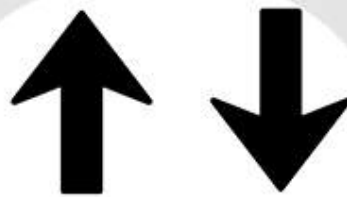
Portale te służą zarówno do informowania o projekcie (i jego promocji), jak i do pobierania wpłat. Organizator przedsięwzięcia (osoba prywatna lub organizacja) zamieszcza na stronie opis swojego pomysłu, aby internauci mogli się z nim dokładnie zapoznać i podjąć decyzję, czy chcą go wesprzeć finansowo.

Niewątpliwą zaletą crowdfundingu jest brak ryzyka finansowego, charakterystycznego dla pożyczek i kredytów bankowych. Crowdfunding daje także możliwość zaprezentowania projektu potencjalnym darczyńcom przy relatywnie niewielkich nakładach finansowych.

Tę formę pozyskiwania funduszy charakteryzuje też przejrzystość przepływu środków. Portal crowdfundingowy umożliwia kontakt obywatel-obywatel lub organizacja-obywatel, a to pozwala na ograniczenie do minimum biurokracji.

# NGO

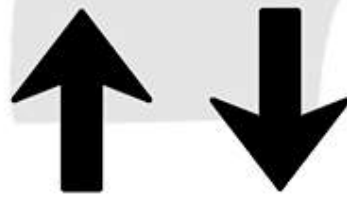
(Non-Governmental Organization)



**Organizacja pozarządowa**, czyli **NGO** to podmiot niezależny od administracji publicznej.

Organizacja pozarządowa zwykle działa jako **stowarzyszenie, fundacja, klub sportowy** czy **spółdzielnia socjalna**. Zakres i formy działania NGO są bardzo różne.

Najczęściej organizacja pozarządowa zajmuje się pomocą społeczną, zdrowiem, kulturą, ekologią, prawami człowieka, nauką i techniką oraz sportem.



# ORGANIZACJA POZARZĄDOWA



## LOKALNE PARTNERSTWO DLA WOLONTARIATU 2021-2023

Fundacja Centrum Aktywności Twórczej w partnerstwie z Centrum PISOP oraz Miastem Lesznom realizuje projekt dotyczący wolontariatu systematycznego oraz długoterminowego.

Za nami wakacyjny Festiwal Młodzieżowy 2022, który w tym roku zorganizowany został nad plażą w Gołanicach w ramach partnerskiego projektu. Były gry i zabawy dla młodzieży, warsztaty rękodzielnicze, aqua aerobik i zumba. Nie zabrakło również wolontariuszy zagranicznych, którzy prowadzili warsztaty. Wolontariuszka z Jordanii Haneen wykonywała tatuaże, a wolontariuszka Sevdą – prowadziła warsztaty taneczne z hip hopu i tańca nowoczesnego! Jak to bywa na tego typu imprezach, wiele rzeczy działo się równolegle. Tak było i z częścią sportową imprezy, która od kilku lat jest już tradycją festiwalu. W tym roku, tak jak i w ubiegłych, właśnie za tą część odpowiedzialni byli członkowie fundacji, którzy postawili na sprawdzoną już formułę, czyli plażowy turniej siatkówki. Mimo litrów wylanego potu, zawodnicy mieli mnóstwo radości i satysfakcji z rywalizacji, która przebiegała w prawdziwie przyjaznej atmosferze. To wszystko sprawiło, że uśmiech z młodych twarzy nie zniknął bardzo długo. Nie zabrakło też muzycznych atrakcji. Zaprezentowały się lokalne zespoły oraz można było potańczyć pod chmurką. Każdy z uczestników festiwalu mógł również zasięgnąć informacji o programach międzynarodowych EKS i Erasmus + i dowiedzieć się wszystkiego o wolontariacie, wymianach i szkoleniach międzynarodowych. Oczywiście mało kto wytrzymałby cały dzień bez jedzenia. Dlatego o podniebienia, tradycyjnie już, zadbali wolontariusze zagraniczni, którzy przygotowali międzynarodowe dania i przysmaki z różnych stron świata!

*"Bardzo cieszymy się, że festiwal zgromadził wiele osób i jesteśmy zadowoleni z tego, że cieszył się zainteresowaniem. Dziękujemy wszystkim zespołom za wystąpienie oraz wolontariuszom za pełne zaangażowanie" – powiedzieli organizatorzy*

Po raz kolejny FESTIWAL MŁODZIEŻOWY był świetną okazją do nawiązania nowych znajomości, poznania innych kultur, porozmawiania w różnych językach!



# PROJEKTY PARTNERSKIE MIASTA LESZNA Z NGO

## STOWARZYSZENIE "WYGRAJ SIEBIE" WSPÓLNIE Z MIASTEM LESZNO ORAZ AUTOMOBIL KLUBEM LESZCZYŃSKIM REALIZUJE PROJEKT "SENIOR ZA KIEROWNICĄ"

Projekt adresowany jest do osób 60+ z Leszna oraz okolic. Realizację projektu rozpoczęliśmy w czerwcu spotkaniem informacyjno - integracyjnym. Kolejno odbyły się spotkania z fizjoterapeutką w celu oceny funkcjonalnej uczestników projektu. Seniorzy mieli już spotkania z psychologką transportu i poznali zasady psychologii transportu, a także odbyli spotkania indywidualne w pracowni diagnostycznej i na placu manewrowym.

W sierpniu zakończyły się wykłady z zakresu Kodeksu Drogowego.

Aktualnie trwają jazdy indywidualne z instruktorem. Zakończenie projektu planujemy w listopadzie.



#PROJEKTPARTNERSKI



# LESZNO POMAGA UKRAINIE

**NOWE MIEJSCE WSPARCIA!!!!**



## Fundacja Leszno dla Ukrainy na swoim!

Nowa siedziba fundacji, a tym samym punkt pierwszego kontaktu mieści się na ul. Słowiańskiej 10.

*"Codziennie pomagamy z zakwaterowaniem, podpowiadamy, gdzie można składać wnioski o zapomogę, pomagamy z tłumaczeniem, dostaniem się do lekarza czy po prostu służymy ramieniem do wygadania się.*

*Zapraszamy też leszczyniaków, którzy pomagają, lub pomagali. Wam też doradzimy i wspomozemy w trudniejszych momentach. Czasem dwie głowy to nie jedna i wspólnie znajdziemy wyjście z jakiejś sytuacji!" - podkreśla Agnieszka Ptaszyńska - prezeska fundacji*

### **Punkt czynny jest:**

- od poniedziałku do piątku od 10:00 do 14:00.
- w czwartki od 14:00 do 17:00.

## "POLSKA UKRAINA TO JEDNA RODZINA"

O tym, że Polska i Ukraina to jedna rodzina przekonywało Stowarzyszenie Katolickie Seniorów im. Jana Pawła II Klub Seniora w Lesznie, które 21 września na terenie Karczmy Borowej zorganizowało piknik integracyjny. W spotkaniu uczestniczyli seniorzy z Ukrainy, przedszkolaki z Przedszkola nr 21 oraz dzieci z Szkoły Podstawowej nr 10 i Szkoły Podstawowej nr 12 w Lesznie, a także dzieci ze szkoły specjalnej. Nie zabrakło również innych leszczyńskich organizacji pozarządowych. We wspólnej zabawie uczestniczyły: Stowarzyszenie Centrum PISOP, Fundacja Leszno dla Ukrainy oraz Stowarzyszenie Pomocy Osobom Niestyszającym SPON. Podczas pikniku pouczającą pogadankę o bezpieczeństwie pieszych wśród najmłodszych i seniorów przeprowadziła również leszczyńska policja. Impreza oficjalnie zakończyła projekt w ramach konkursu "Inicjatywa dla Leszna", który współfinansowany jest ze środków Miasta Leszna.





## FUNDACJA PSI PATROL

Data wpisu do rejestru: 2020 r.

KRS :0000837421

Reprezentacja fundacji: Mateusz Bober - prezes

Status organizacji pożytku publicznego: nie

Kontakt:

690 018 111.

akademiapanabobra@o2.pl



Fundacja Psi Patrol zajmuje się łączeniem świata zwierząt ze światem ludzi.



Fundacja realizuje swoje cele poprzez:

1. Podejmowanie przedsięwzięć związanych z rozwojem Miasta Leszna, powiatu leszczyńskiego oraz terenu całego kraju;
2. Kompleksowe szkolenia psów z posłuszeństwa, obrony przewodnika, stróżowania, tropienia, przeszukiwania terenu, poszukiwania ludzi, wyszukiwania zapachów;
3. Kynoterapii;
4. Zoopsychologia;
5. Doradztwo w zakresie kynologii;
6. Adopcje zwierząt

## 22 września – Europejski Dzień Bez Samochodu

Przywykliśmy do wygody jaką daje nam samochód - po prostu wsiadasz i jedziesz.  
Nie będziemy przekonywać, że trzeba całkiem z niego zrezygnować.  
Chcemy Was jednak zachęcić do zmiany nawyków.

Czy życie bez samochodu jest możliwe? Jesteśmy przekonani, że TAK!

Dlatego przy okazji obchodów Europejskiego Dnia bez Samochodu chcieliśmy zachęcić Was, abyście spróbowali zmienić nawyki i starali się w miarę swoich możliwości zostawiać swoje auta na parkingach, a zaczęli korzystać z rowerów, hulajnóg, rolek czy postawili na spacer. Przyjmiecie zielone wyzwanie, nie tylko w trosce o środowisko, ale i o własne zdrowie?

Nie zapominajmy, że dotlenione komórki to podstawa zdrowego funkcjonowania - wówczas mózg lepiej przyswaja nowe informacje. Łatwiej radzi sobie ze stresem i przemęczeniem. Kiedy ciało jest w ruchu metabolizm przyspiesza, więc komórki są lepiej odżywione, a zbędne produkty przemiany materii szybciej usuwane są z organizmu.





## 25 września – Międzynarodowy Dzień Głuchych i Języka Migowego

Święto obchodzone od 1958 roku w ostatnią niedzielę września. Niedługo później dzień ten został rozszerzony do całego tygodnia. Celem obchodów jest zwrócenie uwagi polityków, władz i społeczeństwa na osiągnięcia osób głuchych oraz na problemy, z jakimi na co dzień się spotykają. Organizacje i społeczności zrzeszające osoby niesłyszące zachęcane są do organizowania rozmaitych akcji budujących zrozumienie i poczucie solidarności oraz promujących równouprawnienie. Na świecie jest około 70 milionów osób głuchych, z czego blisko 80% mieszka w krajach rozwijających się, gdzie zwykle nie mogą liczyć na odpowiednią opiekę medyczną i wsparcie socjalne. Ogromnym problemem jest również edukacja dzieci niesłyszących i ich przygotowanie do dorosłego życia. Dlatego tak ważna jest troska o tzw. kulturę głuchych – określającą „zestaw wyuczonych zachowań i spostrzeżeń, które kształtują wartości i normy głuchych ludzi na podstawie podobnych lub wspólnie dzielonych doświadczeń.” Dzięki ciężkiej pracy i niesamowitym zdolnościom adaptacyjnym ludzkiego ciała wiele osób głuchych bardzo dobrze funkcjonuje we współczesnym świecie. Siłą rzeczy, wyostrzają się inne zmysły – jak wskazują badania, u osób niesłyszących od urodzenia lub wczesnego dzieciństwa neurony na siatkówce oka rozłożone są inaczej niż u osób zdrowych, umożliwiając lepsze widzenie boczne.

**W Lesznie działają dwie organizacje wspierające osoby niesłyszące i ich rodziny. Są to:**  
**Stowarzyszenie Pomocy Osobom Niesłyszącym „SPON”**  
**Polski Związek Głuchych – Koło Terenowe w Lesznie.**

### CZY WIESZ, ŻE?

Symbolem Głuchych jest motyl, najczęściej koloru niebieskiego, lub ew. w odcieniach turkusowego, gdyż motyle są głuche.

Skrzydła motyla natomiast symbolizują barwność i piękno PJM (polski język migowy), a trzepot skrzydeł odzwierciedla jego dynamikę i szybkość. Jest to ogólnie przyjęty, międzynarodowy znak Głuchych.

Często przyjmuje się za symbol Głuchych także dłonie, które są podstawowym narzędziem komunikacyjnym w języku migowym.

Najbardziej kojarzonym symbolem przez osoby słyszące jest symbol przekreślonego ucha, jednak ujmuje ona Głuchych w kategorii pewnych braków, dysfunkcji. Motywy dłoni i motyla mają wymiar bardziej pozytywny, bo zwracają uwagę na piękno i potencjał.

Natomiast przyjętym kolorem symbolizującym Głuchych jest turkus. Kolor turkusowy jest symbolem zaufania, nadziei i wiary w siebie i innych ludzi.

# KALENDARIUM

## 1 października – Międzynarodowy Dzień Osób Starszych

Międzynarodowy Dzień Osób Starszych to święto ustanowione przez ONZ. Jest to doskonała okazja, aby przypomnieć kilka prostych zasad opieki nad seniorami oraz promocji postulatów w celu poprawy sytuacji osób dojrzałych. Głównymi zakresami tematycznymi są: walka z dyskryminacją, zapewnienie odpowiedniej opieki zdrowotnej oraz równy udział w rozwoju kulturalnym i ekonomicznym społeczeństw.



### Jak pomóc seniorowi – vademecum



Zaplanuj opiekę, najlepiej rozłóż ją na większą liczbę osób. Ważne jest, aby odbywała się regularnie, o stałych porach, w te same dni tygodnia. Dzięki temu sam unikniesz przepracowania i przemęczenia, a i u seniora zwiększy się poczucie bezpieczeństwa.

Bądź blisko i pytaj o samopoczucie. Nie traktuj starszej osoby jak obcego czy też chorego. Okazuj troskę, interesuj się, zadawaj pytania, rozmawiaj.

Zapewnij poczucie bezpieczeństwa. Senior musi czuć się komfortowo i bezpiecznie. Powinien wiedzieć, że w razie kłopotów lub problemu może w każdej chwili zadzwonić, bez względu na porę dnia i nocy.

W opiece uwzględniaj samodzielność seniora. Nie powinno się wyręczać seniora we wszystkich decyzjach i czynnościach, bo to utwierdzi go w przekonaniu, że jest niepotrzebny i z niczym sobie nie radzi.

Zadbaj o dietę seniora. Dieta ma duży wpływ na samopoczucie, dlatego zaleca się małe, ale regularne i lekkie posiłki. Ważne jest też picie wody – szacuje się, że 48% seniorów jest odwodnionych.

Zapewnij aktywny wypoczynek i towarzystwo. Społeczne interakcje są bardzo ważne w przypadku seniorów, bo zmniejszają poczucie samotności i izolacji.

Angażuj starszą osobę w dodatkowe zajęcia. Może to być wyjście na spacer (1 na 5 osób po 80. roku życia nie ma z kim wyjść), oglądanie filmu, czytanie książki. Każda dodatkowa codzienna rozrywka będzie okazją do zapełnienia czasu, ale też zwiększy poczucie szczęścia.



## 12 października – Światowy Dzień Reumatyzmu

Światowy Dzień Reumatyzmu obchodzony jest na świecie od 1996. Celem tego dnia jest podniesienie świadomości społeczeństwa o chorobach reumatycznych, które zbyt późno rozpoznane i niewłaściwie leczone prowadzą do postępującej niepełnosprawności, powikłań wielonarządowych a w konsekwencji kalectwa. Skutkiem tych chorób jest wykluczenie z życia zawodowego, ograniczenia w życiu osobistym co przekłada się na pogorszenie stanu nie tylko w sferze fizycznej ale również społecznej i psychicznej.

Choroby o podłożu reumatoidalnym należą do jednych z najpoważniejszych problemów zdrowotnych. Reumatyzm to potoczne określenie ponad 300 jednostek chorobowych związanych z układem ruchu. Choroby reumatyczne to jednak nie tylko „reumatyzm” kojarzony powszechnie ze starością i zmianami zwyrodnieniowymi stawów.

Wśród chorób reumatycznych wyróżnia się także układowe choroby zapalne obejmujące cały organizm, jak np.

- reumatoidalne zapalenie stawów (RZS),
- zeszywniające zapalenie stawów (ZZSK),
- łuszczycowe zapalenie stawów (ŁZS),
- toczeń rumieniowaty układowy (TRU),
- fibromialgia.

Dotykają one ludzi niezależnie od wieku, często również osoby młode.



12 października  
światowy dzień  
reumatyzmu

## 12 października – Światowy Dzień Reumatyzmu

Wydawałoby się, że każdy wie czym są choroby reumatyczne.  
Tymczasem narosło wokół nich wiele stereotypów i mitów.

**#Mit** - że reumatyzm jest spowodowany starzeniem się, że cierpią wyłącznie osoby starsze.  
**Prawda** - na reumatyzm zapadają także osoby przed 30 r.ż. oraz dzieci np. na Młodzieżowe Idiopatyczne Zapalenie Stawów (MIZS)

**#Mit** - przy reumatyzmie należy leżeć i brać leki  
**Prawda** - chore kości lubią ruch – ruch jest wskazany, ale należy go dawkować. Bardzo ważna w chorobach RZS jest rehabilitacja.

**#Mit** - reumatyzm leczymy ciepłem  
**Prawda** - ważna jest termoterapia (ogrzewanie lub oziębianie tkanek – krioterapia)

**#Mit** - na reumatyzm chorują tylko kobiety  
**Prawda** - kobiety chorują częściej, ale u mężczyzn występuje częściej zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa ( trzykrotnie częściej)

W Lesznie od 1998 roku prężnie działa **Stowarzyszenie Chorych na Choroby Reumatyczne**, które zrzesza ludzi dotkniętych chorobami reumatycznymi, głównie z RSZ (Reumatoidalne Zapalenie Stawów). Stowarzyszenie posiada osobowość prawną i jest Organizacją Pożytku Publicznego. Członkowie Stowarzyszenia spotykają się przy kawie w każdy drugi czwartek miesiąca o godzinie 16.00 przy Ćwiczni miejskiej przy ul. Generała Grota Roweckiego 20.

Przedstawiciele Organizacji Pozarządowej pomimo swej niepełnosprawności aktywnie uczestniczą w życiu społecznym, zawodowym, kulturalnym oraz sportowo-rekreacyjnym.

Mottem Leszczyńskiego Stowarzyszenia jest "Życie to ruch, a my się ruszamy, więc cieszymy się życiem, pomimo naszej choroby."

Problem chorób reumatycznych dotyczy nas wszystkich niezależnie od wieku, płci i statusu majątkowego. Chorują ludzie młodzi, dorośli, osoby aktywne zawodowo, ale także nastolatki i dzieci. Popularyzacja wiedzy wśród pacjentów, a także wśród społeczności lokalnej pozwoli na jak najwcześniejsze rozpoznanie i rozpoczęcie właściwego leczenia. Wczesne wykrycie choroby i poddanie się właściwej terapii spowalnia rozwój choroby, łagodzi jej objawy i daje pacjentowi większe szanse na sprawne funkcjonowanie.

Jeśli cierpisz na chorobę reumatyczną lub jeśli choruje na nią ktoś z Twoich bliskich Stowarzyszenie zaprasza do kontaktu i członkostwa.



## 14 października – Dzień Edukacji Narodowej

Dzień Edukacji Narodowej, choć nazywany Dniem Nauczyciela, jest - w myśl Karty Nauczyciela - świętem wszystkich pracowników oświaty i przypada co roku 14 października.

Data ta jest nieprzypadkowa, upamiętnia bowiem rocznicę powołania Komisji Edukacji Narodowej przez króla Stanisława Augusta Poniatowskiego i zrealizowania jej przez Sejm Rozbiorowy właśnie 14 października 1773 roku. Stąd jest to Dzień Edukacji Narodowej.

Wszystkim nauczycielom i pracownikom oświaty składamy najserdeczniejsze życzenia wielu sukcesów w życiu zawodowym i osobistym, pomyślności w zdobywaniu nowych doświadczeń, wytrwałości oraz satysfakcji z pełnionej funkcji. Dziękujemy za trud i poświęcenie, wykazywane każdego dnia w odpowiedzialnej i niełatwej, ale jakże pięknej pracy pedagogicznej.

© 2017 / LeszczyńskieNGO

Niech Święto Edukacji przypomina o zaszczytnych powinnościach nauczycielskich, napawa optymizmem i budzi nadzieję.



## 15 października – Dzień Walki z Rakiem Piersi

**Październik od wielu lat nazywany jest „Miesiącem Świadomości Raka Piersi”. To doskonały moment, by przypomnieć o tym jak ważne jest samobadanie piersi oraz jak radzić sobie z ich bolesnością.**

To symboliczne święto, ustanowione przez Europejską Koalicję do Walki z Rakiem Piersi, ma na celu uświadomić i przypomnieć jak ważna jest profilaktyka: samobadanie oraz korzystanie z usług specjalistów oraz badań profilaktycznych.

Europejski Dzień Walki z Rakiem Piersi wpisuje się w obchody Różowego Października, miesiąca świadomości nowotworów piersi, którego symbolem jest różowa wstążka.

Rak piersi jest najczęstszym nowotworem złośliwym wśród kobiet. Głównym powodem, dla którego tak wiele kobiet nadal umiera na raka, jest zbyt późne wykrycie choroby, wtedy gdy jest ona już w zaawansowanym stadium. Rak piersi to nowotwór złośliwy powstający z komórek gruczołu piersiowego, który rozwija się miejscowo w piersi oraz daje przerzuty do węzłów chłonnych i narządów wewnętrznych (na przykład: płuc, wątroby, kości i mózgu).

W Polsce rak piersi stanowi około 25% przypadków nowotworów u kobiet. Najwięcej zachorowań dotyczy kobiet w przedziale wiekowym 50-64 lata. U ok. 12% chorych może dojść do rozsiewu nowotworu.

Szacuje się, że w naszym kraju na raka piersi zapada ok. 10 000 kobiet rocznie. Co roku u około 100 mężczyzn diagnozuje się raka piersi (najczęściej między 50. a 70. r.ż.), a umieralność wynosi aż 50%.

Profilaktyka i systematyczne badanie piersi mają zatem kluczowe znaczenie – rak piersi jest w zdecydowanej większości przypadków całkowicie wyleczalny, pod warunkiem jego wczesnego wykrycia.

Dlatego warto i **TRZEBA** regularnie się badać. Konieczne jest też zwiększenie świadomości w tej kwestii – nadal niewiele kobiet i mężczyzn wie, jak istotna jest profilaktyka i szybkie działanie.

**Dotykam, badam = WYGRYWAM**



### Pamiętaj o SAMOBADANIU!

Samobadanie piersi jest podstawowym, bardzo ważnym elementem w procesie wczesnego wykrywania raka piersi. Składa się z dwóch etapów: oglądania stanu piersi oraz badania dotykowego, tak zwanej palpacji.

Samodzielne badanie piersi wykonuj systematycznie, najlepiej w tej samej fazie cyklu miesięczkowego, to jest 2-3 dni po miesiączce, by wykluczyć nadwrażliwość brodawek i bolesność piersi, a w przypadku kobiet niemiesiączkujących lub mężczyzn raz w miesiącu.

**Leszczyńskie Amazonki** cyklicznie w szkołach prowadzą warsztaty oraz angażują się w wiele akcji społecznych. Członkinie organizacji są bardzo aktywne i wzajemnie się wspierają. Jak sama podkreślają w obliczu choroby to bardzo istotne, by mieć kogoś z kim można porozmawiać. Taka osoba w trudnych chwilach wyciągnie pomocną dłoń, wysłucha i podzieli się swoimi doświadczeniami.



# KALENDARIUM

15 października – Dzień Walki z Rakiem Piersi

Parę lat temu Fundacja Arena i Świat realizowała kampanię społeczną  
**BADAJ SIĘ I ŻYJ PEŁNĄ PIERSIĄ. NIE DAJ SIĘ RAKOWI!**

Jej celem było podniesienie świadomości raka piersi poprzez sztukę bodypaintingu.  
Do projektu zaproszono kobiety po doświadczeniach nowotworowych  
- zobaczcie owoce tej kampanii.



# INICJATYWY CHARYTATYWNE

## PIKNIK CHARYTATYWNY JEST ORGANIZOWANY DLA WSPANIAŁEJ DWÓJKI DZIECI SZYMKA I JULKI

Większości z Was jest znana historia rodzeństwa Julki i Szymona Fogt z Leszna. Dzieci zmagają się z ciągłymi badaniami wizytami w szpitalach, a to wiąże się też z kosztami.

Głównym celem pikniku jest uzbieranie funduszy na przenośny koncentrator tlenu, który kosztuje około 15 tyś.

Imprezę poprowadzi Tomasz Ratajewski, zaśpiewa zespół XYZ oraz akustycznie Fernando-ABBA.

### **Dodatkowe atrakcje:**

- przejazd bryczką,
- zamki dmuchane,
- animacje dla dzieci,
- duże bańki mydlane,
- rękodzieło, makramy oraz stroiki.

### **Nie zabraknie stowarzyszeń i firm lokalnych. Czekać na Was będą m.in.:**

- Pasja Kasi,
- Stowarzyszenie Leszczyński Bank Żywności,
- Firma Zepter,
- Torty z pasją Natasza Antoniak

Będzie można również pobiec charytatywnie razem z Prezydentem Miasta Leszna.



# INICJATYWY CHARYTATYWNE

PIKNIK CHARYTATYWNY JEST ORGANIZOWANY  
DLA WSPANIAŁEJ DWÓJKI DZIECI SZYMKA I JULKI

## Zapraszamy na piknik

HISTORIA SZYMKA I JULKI - PODZIEL SIĘ SERCEM Z RODZĘŃSTWEM



**Miejscowość: Leszno**  
**Miejsce: Aleja Gwiazd Żużla**

**Data rozpoczęcia: 2022-09-25 godz. 13:00**

**Data zakończenia: 2022-09-25 godz. 19:00**



### Atrakcje:

- dmuchańce • wata cukrowa • bańki • animacje • ciasto • namioty z rękodziełem
- koło fortuny z nagrodami • cegiełki • bieg z Prezydentem Miasta Leszna
- zespół XYZ Mazoretki Rewia Osieczna • Fernando-ABBA akustycznie
- Adam Borowiec • kiełbasa z grilla • przysmak świętokszyski • kawa • herbata
- popcorn • grillowane banany • malowanie buziek • tatuaże • zbiór nakrętek

# INICJATYWY CHARYTATYWNE

## Koncert Charytatywny Zespołu Strachy na Lachy

**!!Oby chciało nam się chcieć!!**

Często powtarzamy, że bardzo podziwiamy ludzi, którym chce się chcieć!

Ludzi, którzy wychodzą poza granice własnego komfortu i sięgają po więcej.

To właśnie Ci ludzie sprawiają, że świat jest piękniejszy, ciekawszy i lepszy.

Takimi właśnie ludźmi są muzycy z zespołu Strachy Na Lachy, którzy po raz kolejny zagrają w Lesznie **KONCERT CHARYTATYWNY** na rzecz podopiecznych **Fundacji Chorych na Zespół Dandy-Walkera**.



Koncert odbędzie się w piątek 30 września 2022 r. w Lesznie - o godzinie 19.00 w Miejskim Ośrodku Kultury przy ul. Chrobrego 3a.

Koszt biletów to - 60 zł.

Bilety można nabyć w MOK-u lub dokonując wpłat na konto:

Santander Bank Polska S.A. o/Leszno,

nr konta 21 1500 1517 1215 1005 5150 0000

W tytule należy wpisać "Imię i Nazwisko + Ilość biletów + SNL 2022".

W dniu koncertu należy mieć ze sobą wydrukowane potwierdzenie wpłaty.

## Akcja "Jabłuszko"!

Po raz kolejny rusza akcja "Jabłuszko"! W tym roku potrwa od 18 do 24 października 2022 r. Jednak do 30 września Stowarzyszenie czeka na zgłoszenia od firm i instytucji, które chcą zorganizować akcje w swoim miejscu pracy!

W ramach tegorocznego "Jabłuszka" pieniądze zbierane będą na:

- Marcela Wawrzyniaka z Krzemieniewa
- Wojtka Kłaba z Sączkowa
- Grzesia Fabiańczyka z Leszna
- Krzysia Skoczylasa z Góry
- Wiktora Sobczaka ze Środy Wielkopolskiej
- Aleksandrę Maćkowiak z Rydzyny
- Nataszę Przybylską z Góry

Chcesz zorganizować Akcję Jabłuszko w swoim zakładzie pracy, szkole czy przedszkolu?  
Nic prostszego! Wystarczy do 30 września przesać maila na adres:  
[akcjajabluszko@gmail.com](mailto:akcjajabluszko@gmail.com) oraz podać następujące dane:

imię,  
nazwisko,  
nazwa firmy lub instytucji  
dokładny adres firmy lub instytucji,  
telefony do siebie  
oraz ile jabłek (SZTUK) ma być dostarczone we wskazane miejsce miejsce.

W październiku Stowarzyszenie skontaktuje się z chętnymi w celu odbioru puszek i plakatów.

Nie czekaj! Zgłaszaj od razu!

W celu uzyskania szczegółowych informacji, odsyłamy do strony Akcji: [www.facebook.pl](http://www.facebook.pl)  
- Akcja Jabłuszko oraz strony Stowarzyszenia: [www.facebook.pl](http://www.facebook.pl) - Bumerang Leszczyński



## GRUDZIEŃ



**Miejskie Ubieranie Choinki**



**Ekstremalne Mikołajki z NGO**



**TERMINARZ ŚWIĄTECZNYCH IMPREZ - MIKOŁAJKI Z NGO**

# CO W TRAWIE PISZCZY?

AKTYWNE  
OBYWATELSKIE  
LESZNO  
Leszczyńskie NGO



**ŚPIEWASZ?**

**TAŃCZYSZ?**



**POSIADASZ INNE  
UMIEJĘTNOŚCI?**

Zaprezentuj się podczas świątecznych  
wydarzeń miejskich!

**2 GRUDNIA**

**WSPÓLNE UBIERANIE MIEJSKIEJ CHOINKI**



**10- 11 GRUDNIA**

**EKSTREMALNE MIKOŁAJKI Z NGO**

Więcej informacji oraz

zgłoszenia:

65 537 36 88/ 79

ngo@leszno.pl



Czekamy na Ciebie!

Masz pomysł na ozdoby  
Świąteczne hand made?

Chcesz podzielić się swoimi  
umiejętnościami z innymi?

Zapraszamy do prowadzenia  
Warsztatów Świątecznych  
z leszczyńskimi NGO.

Zgłoszenia przyjmujemy pod numerem  
telefonu 65 537 36 79



# PRZEPISY Z BABCINEJ KUCHNI

Każda babcia ma swoje sekretne sposoby na doskonałe desery czy dania obiadowe. W ramach tegorocznej edycji akcji AOL powstała broszura zawierająca sprawdzone przepisy od seniorów działających w leszczyńskich organizacjach pozarządowych.

"Apetyt na Aktywność" tak brzmiało hasło tegorocznej edycji akcji Aktywne Obywatelskie Leszno. A skoro "Apetyt...." to nie mogło również zabraknąć wzmianki kulinarnej. Smak dzieciństwa często wiąże się z babcinymi smakołykami. Większość z nas z sentymentem wspomina swoje ulubione dania. Smak domowego sernika, ciasta drożdżowego, ciasteczek owsianych czy babki czekoladowej dla wielu stanowi jedno z najpiękniejszych wspomnień z dzieciństwa. Babcie miały też i mają swoje "tajemne" sposoby na to, by jedzenie im się udawało. Dlatego poprosiliśmy seniorki działające w leszczyńskich organizacjach pozarządowych o podzielenie się swoimi sprawdzonymi przepisami na desery i dania obiadowe. I tak z wsparciem naszych wspianiałych seniorów stworzyliśmy broszurę z pysznymi i prostymi przepisami.

Zapraszamy na sentymentalną podróż w czasie!

Wróćmy czasami do smaków dzieciństwa  
i przygotujmy te pyszności w domu!

Zajrzyjcie do broszury (wersja online dostępna jest na stronie [www.ngo.leszno.pl](http://www.ngo.leszno.pl) – może znajdziecie przepis, który przypomni Wam smak Waszego dzieciństwa?

Wersję papierową można bezpłatnie odebrać w naszym biurze.

Przepisami podzieliły się seniorki działające w:

- Stowarzyszeniu Echo
- Stowarzyszeniu "Wygraj Siebie"
- Stowarzyszeniu Leszczyński Bank Żywności
- Stowarzyszeniu Chorych na Choroby Reumatyczne
- Stowarzyszeniu Pozytywka
- Leszczyńskim Stowarzyszeniu Twórców Kultury
- Uniwersytecie Trzeciego Wieku
- Związku Sybiraków
- Domu Seniora

Wszystkim seniorkom dziękujemy.

## Zupa Gulaszowa

### Składniki:

- ✓ 500 g szynki wieprzowej
- ✓ 500 g łopatki wołowej
- ✓ 3 średnie ziemniaki
- ✓ 2 marchewki
- ✓ 1 papryka czerwona (może być też żółta lub zielona)
- ✓ 1 duża cebula
- ✓ 1 korzeń pietruszki
- ✓ 4 ząbki czosnku
- ✓ 400 g passaty pomidorowej lub 1 puszka pomidorów krojonych
- ✓ 3 łyżki koncentratu pomidorowego
- ✓ 3 łyżki oliwy z oliwek
- ✓ 1 łyżka słodkiej papryki
- ✓ 1 łyżeczka soli
- ✓ 1 łyżeczka tymianku i oregano
- ✓ 0,5 łyżeczki pieprzu i ostrej papryki

### Wykonanie:

Mięso myjemy pod zimną, bieżącą wodą. Następnie osuszamy ręcznikiem papierowym i kroimy na małe kawałki.

Cebulę i czosnek obieramy i drobno siekamy, następnie podsmażamy oliwą z oliwek. Kiedy cebula i czosnek zarumienią się, dodajemy pokrojone w kostkę mięso i podsmażamy na dużym ogniu przez około 5 minut. Następnie zdejmujemy z ognia i przekładamy na talerz lub do miseczki, ponieważ garnek będzie nam potrzebny do przygotowania warzyw.

Marchew i pietruszkę najlepiej obrać i pokroić w plasterki w trakcie smażenia mięsa na gulasz. Paprykę oczyszczamy z gniazda nasiennego i kroimy na małe kawałeczki – paseczki.

Warzywa smażymy na dużym ogniu ok 10 minut. Następnie dodajemy mięso razem z powstałym sosem oraz dolewamy szklankę wody lub bulionu. Sama woda będzie wystarczająca, jednak dla lepszego aromatu można dolać bulion.

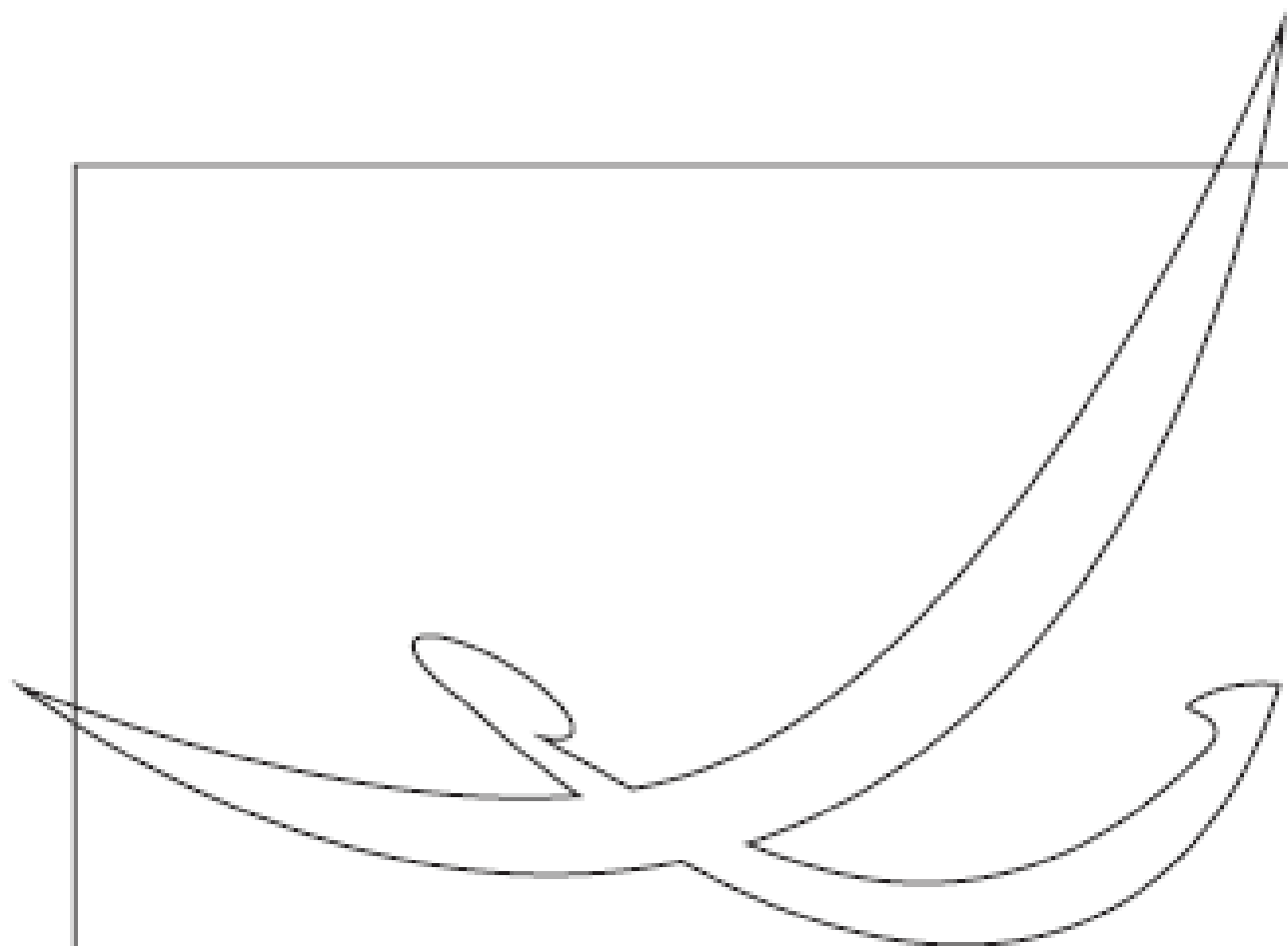
Dodajemy przyprawy – łyżka słodkiej papryki, po łyżeczce soli, tymianku i oregano, po pół łyżeczki pieprzu i ostrej papryki. Całość dokładnie mieszamy. Następnie przykrywamy garnek, doprowadzamy do zagotowania i gotujemy naszą zupę gulaszową na wolnym ogniu przez około 90 minut. Co jakiś czas mieszamy, aby nam się spód nie przykleił.

Następnie dodajemy 400g passaty pomidorowej lub puszkę pomidorów oraz trzy łyżki koncentratu pomidorowego. W sezonie można użyć świeżych pomidorów – wystarczy sparzyć pomidory malinowe, obrać ze skórki, pozbyć się gniazd nasiennych oraz pokroić na mniejsze kawałki.

Następnie do zupy gulaszowej dodajemy obrane i pokrojone w kostkę ziemniaki. Dokładnie mieszamy zupę, przykrywamy przykrywką i gotujemy do momentu, aż ziemniaki będą miękkie. Zazwyczaj w zależności od odmiany ziemniaków jest to od 20 do 30 minut.

Autorki: Panie ze Stowarzyszenia "Echo"

Zupa gulaszowa



LESZNO  
ROZWIN SKRZYDŁA





# KONTAKT

BIURO PEŁNOMOCNIKA  
DS. WSPÓŁPRACY  
Z ORGANIZACJAMI  
POZARZĄDOWYMI  
URZĄD MIASTA LESZNA  
UL. SŁOWIAŃSKA 16

TEL. 65 547 68 40,  
E-MAIL: NGO@LESZNO.PL

**Polub Fanpage LESZCZYŃSKIE NGO  
– nie czekaj! – zrób to teraz  
i bądź na bieżąco!**