

Sprawozdanie z działań za 2023

Nasze biura:

➡ Nowa Dęba, ul. Jana Pawła II 4, 39-460 Nowa Dęba tel: +48 886 977 529 e-mail: nowadeba@fundacjaq.pl

➡ Tarnowska Wola 225, 39-460 Nowa Dęba Tel: +48 886 977 580 (COP, bawialnia AQQ), +48 886 977 583 (Food Truck Kuchnia z Sercem)

➡ Rzeszów, ul. 3 maja 13, 35-030 Rzeszów, Urban Lab Rzeszów, tel: +48 886 977 530

➡ Kraków, ul. Pawia 5a, Główny PKP, lokal 40, 31-154 Kraków (zamknięte)

➡ Katowice, ul. Warszawska 19, 40-009 Katowice (zamknięte)

#ChwalimySię

- Uzyskanie statusu Przedsiębiorstwa Społecznego
- Powołanie komisji z udziałem naszych pracowników do Komitetu Nadzorującego Programu Regionalne Fundusze Europejskie dla Podkarpacia na l. 2021-2027
- Wpis do Rejestru Instytucji Szkoleniowych
- Partnerstwo informacyjne w projekcie Unitar
- Partnerstwo w ramach projektu Korpus Solidarności we współpracy z Narodowym Instytutem Wolności (NIW)
- Partnerstwo z Samorządem Województwa Podkarpackiego w ramach badania “Społeczeństwo Obywatelskie i Kapitał Społeczny w województwie podkarpackim-Kierunki Zmian”
- Partnerstwo z Ashoka Polska
- Udział w lokalnej debacie “Podkarpacie rozmowy. Jaka jest przyszłość powiatu tarnobrzeskiego?”
- Udział w spotkaniu w ramach Podkarpackiej Grupy Koordynacyjnej (PCG). Celem spotkania było omówienie aktualnych potrzeb uchodźców
- Członkostwo w ramach Klastra Lasowiackiego - zarząd
- Członkostwo w radzie doradczej NGO Forum RAZEM – rada nadzorcza

- Udział w debacie „Społeczeństwo obywatelskie woj. podkarpackiego w procesie zmiany”, organizowanej przez Federację Organizacji Obywatelskich “Parasol”, której jesteśmy członkiem
- Udział w warsztatach kulinarnych „Lasowickie, czyli jakie? Po nitce do kuchni”, organizowanych przez Klaster Lasowicki
- Otrzymanie „Bonu rozwojowego”, przyznanego przez Federację Organizacji Obywatelskich “Parasol”
- Otrzymanie certyfikatu organizacji współpracy, organizacji zaangażowanych w budowanie i wzmacnianie współpracy w organizacjach pozarządowych – skala współpracy.
- Otrzymanie statuetki Podkarpacka Pozytywka roku 2023

#SzkoleniaTeamuQ

- Szkolenie dla zespołu Fundacji Q: Ważne nawyki w sytuacjach stresu (WHO)
- Szkolenie PSEA (Protection from Sexual Exploitation and Abuse/ Ochrona przed wykorzystywaniem seksualnym i nadużyciami) od IOM Polska
- Jak rozpoznawać i reagować na zjawisko handlu ludźmi - szkolenie z organizacją A21
- Szkolenie z komunikacji, które skupiło się na pracy zespołowej i efektywnym porozumiewaniu się w obliczu trudnych spraw. Pod czujnym okiem instruktorki z Rzeszowskiej Agencji Rozwoju Regionalnego poznaliśmy i przećwiczyliśmy narzędzia, które pozwolą na budowanie jeszcze silniejszych, opartych na zaufaniu relacji zarówno wewnątrz naszego zespołu, jak i poza nim.
- Seed Crisis Leadership Program, czyli początkowy program przywództwa w kryzysach, organizowanym Centre for Humanitarian Leadership Uniwersytetu Deakin
- Kurs przywództwa kryzysowego to nowy program szkoleniowy, którego celem było rozwinięcie umiejętności przywódczych osób udzielających pomocy na pierwszej linii w odpowiedzi na kryzys w Ukrainie
- Udział w szkoleniu „Ready to Co-Create. Gotowi_e do współtworzenia” oraz konferencji "Stronger Together: Razem Silniejsi_sze. Współtworzenie odpowiedzi

humanitarnej w sposób zrównoważony i kierowany przez społeczność" we Wrocławiu, organizowanym przez Forum Razem i Fundacja Ukraina

- Udział w szkoleniu „Fundraising i etyczna komunikacja” organizowanym przez Forum Razem: „Solidne Fundamenty: fundraising i etyczna komunikacja”
- Udział w szkoleniu "Wsparcie w zakresie środków do życia: cyfrowe przekwalifikowanie ukraińskich ewakuowanych kobiet w Polsce"
- Spotkanie z przedstawicieli International Rescue Committee (IRC) - omówienie rodzajów pomocy uchodźcom i możliwych form współpracy

#szkolenia #egzaminy #Warsztaty #Kulinarno-Plastyczne

Prowadzenie działań edukacyjno-oświatowych:

- Przeprowadzenie egzaminu OKE dla kwalifikacji „Moje kwalifikacje – mój sukces”
- Kontynuacja Projektu Kompetencji Cyfrowych St@rt w IT projekt „St@rt w IT!” współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego z Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podkarpackiego na l. 2014-20 „Podnoszenie kompetencji osób dorosłych w obszarze TIK i języków obcych”. Realizowany był m.in. w Różance, Domu Dziennego Pobytu, w Cieszanowie
- Warsztaty z 30. seniorami w Armada Klinik w Krakowie. Zajęcia kreatywne z robienia witraży papierowych dla osób z Polski i Ukrainy. Projekt realizowany w ramach współpracy z #WHO
- Warsztaty kulinarno-plastyczne w Przemyślu dla 40 dzieci, "Proziaki z Sercem" dla dzieci szkół podstawowych
- Przeprowadzenie warsztatu „Walka z mową nienawiści” dla dzieci z Ukrainy

#Kultura

- Spotkanie autorskie: Wojciech Bonowicz „Małe i duże historie”
- Koncert w COP w ramach wydarzenia: Lokalne Forum Społeczno-psychologiczne „Ramię w ramię” Postaman, Borówka Music
- Konfrontacje filmowe wokół NGO – to festiwal wokół filmów związanych z działalnością organizacji pozarządowych. Ukazały, jak różnorodna jest działalność

trzeciego sektora w Polsce i jak ważna jest dla naszego społeczeństwa. Konfrontacje filmowe to jedyny taki festiwal na Podkarpaciu, który promuje działalność organizacji pozarządowych.

- Koncert na otwarcie COP: Henry no Hurry w Tarnowskiej Woli
- Głos NGO's- tworzenie podcastów z licznymi gośćmi 1 seon 5 odcinków
- Koncert Ragnar Olafsson w COP
- Partnerstwo w Rzeszowskim Turnieju Rycerskim "Blaski Średniowiecza", organizowanym przez Zakon Rycerzy Boju Dnia Ostatniego
- Cieszanów Rock Festiwal (Forum NGO Razem, Otwarte Głowy, spotkania z zespołami występującymi na festiwalu; warsztaty psychorozwojowe)
- IV Złot Pojazdów Napędzanych Silnikami z Nowej Dęby
- Festiwal Wędrowiec: koncerty – Kuba Blokesz, Michał Kowalonek, Chris Ellis, II Szczep Harcerski "Szkwał", Piotr Rogala,
- Spotkanie autorskie z wydawnictwem Paśny Buriat: Piotr Brysacz
- IV Gala Wolontariatu Napędzamy do działania- Barwy Wolontariatu- debata z przedstawicielami kół wolontariatu, rozdanie nagród oraz koncert z udziałem harcerzy.

#Ferie

- Ferie w piwnicy: organizacja wycieczek (wycieczka do Agroturystyki pod Rościuszką, wycieczka do Centrum Natura 2000, wycieczka do schroniska dla zwierząt w Nowej Dębie, wycieczka do Muzeum Bombki Choinkowej, seanse filmowe, gry i zabawy dla dzieci)

#pomocHumanitarna

- Przekazywanie pomocy zebranej na zbiórkach, organizacja logistyczna transportów na Ukrainę wraz z wszelkimi formalnościami.
- Dzięki współpracy z Rzeszowska Agencja Rozwoju Regionalnego udało nam się zorganizować transport baterii podtrzymujących energię dla naszych partnerów w Ukrainie, m.in. do miasta Czortków, Gródek

- pozyskanie łóżek od Fundacji Wspierania Rozwoju Dziecka oraz sprzętu specjalistycznego dla niepełnosprawnych osób (przekazanie do szpitala w Nowej Dębie)

#Zbiórki #RecyklingWspiera

- Zbiórki jedzenia
- Zbiórki akcesoriów: śpiwory, karimaty, powerbanki, lampki LED, ciepła odzież leki przeciwwgorączkowe, przeciwbólowe, na przeziębienie, na ból gardła itp.
- Akcja „Recykling Wspiera”. W dn. 06-09.03. na terenie gminy Nowa Dęba miała miejsce zbiórka elektrośmieci. Liczba zebranych kg: 9 714 kg, Liczba przekazanych pieniędzy: 5 040,77 zł. Zebrane pieniądze przekazaliśmy na wsparcie rehabilitacji dla Wiktorii Szpyt.
- zbiórki "nakręcamy" do pomagania i zbierania plastikowych nakrętek
- 1,5% - przekazywanie 1,5 % podatku dochodowego na rzecz Fundacji Q
- współpraca z portalem FaniMani oraz Zrzutka.pl
- Zbiórka na rehabilitację dla Otto Mazur

#doradztwo

-doradztwo podatkowe, oraz szkolenie z obsługi aplikacji rządowych

- Pomoc dla osób z UA przy rozliczaniu zeznania podatkowego PIT

#BezpiecznaPrzestrzeń2.0

„Bezpieczna przestrzeń” była jednym z naszych pierwszych działań w minionym roku, a jej celem było wspieranie zdrowia psychicznego zarówno osób w kryzysie uchodźczym, jak i wolontariuszy. Obecnie dzięki współpracy z WHO Regional Office for Europe możemy kontynuować działania związane z tą inicjatywą. Projekt "Bezpieczna przestrzeń 2.0" skupiał się na kompleksowym wsparciu psychologicznym, obejmując superwizję, indywidualną pomoc psychologiczną oraz różnorodne grupy wsparcia. Dzięki tym działaniom byliśmy w stanie zaspokoić potrzeby wielu osób w Rzeszowie, Przemyśle oraz online, pomagając i wspierając je w licznych sytuacjach.

#SuperwizjeDlaPracownikówFundacjiQ

W ramach projektu „Bezpieczna przestrzeń 2.0” odbyło się 13 superwizji, prowadzonych w dwóch językach: polskim i ukraińskim. Każda trwała 1,5 godziny, a w każdej uczestniczyło od 7 do 13 kobiet oraz 3 mężczyzn. Łącznie 143 osoby wzięły udział we wszystkich superwizjach.

#IndywidualnaPomocPsychologicznaDlaOsóbWKryzysieUchodźczym

W ramach projektu „Bezpieczna przestrzeń 2.0” zapewniłyśmy wsparcie psychologiczne dla 151 osób, w tym 134 kobiety i 17 mężczyzn, wraz z 14. seniorami, w różnorodnych kontekstach i sytuacjach. Spotkanie z każdą osobą trwało co najmniej godzinę, a z niektórymi nawet 2 godziny, jeśli była potrzebna interwencja kryzysowa. W ramach projektu RARR zapewniono wsparcie psychologiczne dla 127 osób, w tym 121 kobiet i 5 mężczyzn.

#GrupaWsparcia

W ramach projektu Bezpieczna przestrzeń 2.0 zorganizowałyśmy 10 grup wsparcia psychologicznego. Każda trwała od 2,5 do 3 godzin, a w większości grup uczestniczyły kobiety, od 5 do 8 uczestników. Łącznie 58 osób wzięło udział we wszystkich grupach wsparcia.

#GrupaWsparciaDlaPracownikówShelterów

W ramach projektu Bezpieczna przestrzeń 2.0 w 2023 r. zorganizowałyśmy łącznie 7 grup wsparcia, pomagając pracownikom shelterów w radzeniu sobie z wyzwaniami zawodowymi i dbaniu o zdrowie psychiczne. Łącznie w grupach wsparcia uczestniczyło 21 osób.

#BajkowyKraków

- Darmowe książki polskie i ukraińskie – prowadzenie biblioteki w naszych biurach
- Bajkowy Kraków – w biurze w Krakowie odwiedził nas Brian Liliie wraz z Poland Welcomes Fundacja Unitatem. Podczas warsztatów dzieci wspólnie z rodzicami tworzyli zakładki do książek. Uczestnicy otrzymali od darczyńców piękne, darmowe książeczki.
- Warsztaty z robienia wiosennych wieńców dla seniorów w ArmadaClinic Kraków

#KrakówWspólnie

-MasterClass Eko-Integracja kurs eko projektowania dla młodzieży, cykl spotkań o tematyce ekologicznej, tworzenie kosmetyków, własnoręcznie czerpany papier, projekty ekologiczne w języku PL i UA.

#wymieniankaUbraniowa

Akcja miała miejsce w Krakowie. Polegała na wymianie ubrań.

#Foodsharing

-Jadłodzielnia w Krakowie- Foodsharing Kraków

#rozmówka #językowe

Bezpłatne kursy języka polskiego z ramach współpracy z RARR przy projekcie” ROWES – WSPARCIE SEKTORA EKONOMII SPOŁECZNEJ W SUBREGIONIE II oraz IOM Język polski

Szkolenia w ramach projektu IOM: 219 godz.

- Wydano dyplomów 70: Gorzyce – 18, /9 dorosłych., 9 dzieci./ 50 h
- Radymno -16, /3 dzieci., 13 dorosłych./ 62 h
- Jarosław – 12 /11 dor., 1 dz. / 57 h
- Jarosław -24 /9 dz., 13 dorosłych. 50 h

Szkolenia w ramach projektu RARR 185 h

- Szkolenia w Fundacji (FullMarket): j.polski - 35 h, 12 osób (dorosłych.)
- Szkolenia od lipca 2023:
- Język Polski (online): 150 godzin, 10 osób (Rzeszów i okolice)

Język ukraiński

- Język Ukraiński (online) dla Komendy Wojewódzkiej Policji we Wrocławiu: 144 h, 12 osób

#UkrainaITneeds #EDUAkcjaDlaMariopola

W ramach inicjatywy „Ukraina IT needs” udało nam się podarować kolejne laptopy, które będą mogły wspierać edukację i rozwój dzieci oraz młodzieży. Sprzęt został przekazany na ręce siostry Ludwiki ze Zgromadzenia Sióstr Pallotynek. Siostry Pallotyńki działają m.in. na terenie Ukrainy w Żytomierzu, Kamiennym Brodzie, Korostyszewie oraz Gródku Jagiellońskim. a także w innych państwach świata, jak chociażby w Rwandzie, Kongu, Kamerunie. Nasze laptopy wsparły edukację dla weteranów i ich rodzin oraz do palcówek oświatowych na terenie PL i UA.

- Szkoła Podstawowa nr 2 im. Henryka Sienkiewicza w Nowej Dębie (wraz ze świetlicą szkolną),
- Zespół Szkół nr 2 im. Eugeniusza Kwiatkowskiego w Nowej Dębie,
- Zespół Placówek Oświatowych w Nowej Dębie,
- Szkoła Podstawowa im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Jadachach.

Laptopy zostały także dostarczone do następujących miejsc:

- Parafia pw. Zesłania Ducha Świętego, Manewyczi Wołyńska obl
- Organizacja Pozarządowa "Kowczeg Myru" Mariupol, Ukraina
- Ośrodek dla uchodźców w Rozalinie
- Fundacja "Open Heart"
- STAY SAFE UA, Lviv Oblast, Ukraine
- Podkarpackie Stowarzyszenie dla Aktywnych Rodzin, Rzeszów
- Fundacja Freedom Space
- Fundacja My z Wami
- Międzynarodowa Fundacja Charytatywna „MREIA UA”
- Ogólnoukraińskie Stowarzyszenie Uczestników Walki, Ochotników, Weteranów, Osób Niepełnosprawnych

- Charkowska Szkoła Ogólnokształcąca Stopnia I-II Nr 79 Charkowskiej Rady Miejskiej Obwodu Charkowskiego Imienia Bohatera Związku Radzieckiego W. D. Pokolodnego.

Inicjatywa "Ukraina IT needs jest możliwa, dzięki wsparciu Global Business Coalition for Education, Theirworld oraz HP.

#Integracje

- Wyjazd do schroniska dla zwierząt w Tarnobrzegu oraz wyjazd do kręgielni.
- Ognisko i obcowanie z naturą w Ranczo Reni w Jagodniku – integracja polsko-ukraińska
- Integracja pracowników w Undergroun Office z udziałem ekipy TV Polsat News
- Spływ kajakowy Dąbrowica- Ulanów
- Przeprowadzenie spotkania integracyjnego z zajęciami art-terapeutycznymi, z późniejszą wizytą w Muzeum Śląskim
- Spotkanie integracyjne z wycieczką po Katowicach z przewodnikiem w języku polskim
- Spotkanie wigilijne z seniorami

#infoliniaq

Infolinia Q – pomoc Ukrainie / Інфолінія Q – допомога Україні. Inicjatywa była skierowana do osób uchodźczych, potrzebujących informacji i pomocy, którą mogli uzyskać od Międzynarodowej Organizacji ds. Migracji (IOM). Telefon obsługiwany był w trzech językach: polskim, ukraińskim i angielskim. Fundacja Q zapewniała również informację o działaniach prowadzonych w ramach jej filii w: Rzeszowie, Krakowie, Katowicach i Nowej Dębie.

- Przeprowadzenie sondy ulicznej: „Jak zmieniają się emocje i odczucia po roku konfliktu zbrojnego w Ukrainie?”

#CentrumObywatelskiejPomocy #bawialniaqq #InfoliniaQ #EkonomiaSpołecznaPlus

Centrum Obywatelskiej Pomocy im. E. Kwiatkowskiego to nasza kolejna siedziba, która powstała w Tarnowskiej Woli, jest miejscem wsparcia, gdzie m.in. działała Infolinia Q – pomoc Ukrainie / Інфолінія Q – допомога Україні, oraz bawialnia Aqq.

- malowanie murali tematycznych
- pikniki, koncerty, festiwale, zloty

#bawialniaqq

- pikniki, ogniska, gry i zabawy na świeżym powietrzu,
- animacje na pikniku rodzinnym w Alfredówce, organizowanym przez KGW Alfredówka
- malowanie pianą,
- zajęcia etnograficzne,
- warsztaty balonikowe,
- warsztaty tworzenie koszyczków wiosennych
- współpraca z ATuTu Jaworzno: slimowa przygoda, sensoryczny świat,
- zajęcia „Kolorowa sól w słoiczkach”
- zajęcia w poszukiwaniu wiosny, powitanie wiosny
- zajęcia dla maluszków i starszaków
- strefa wolnej zabawy
- zajęcia z czytania dla dzieci UA

#qShop

- Prowadzenie sklepu internetowego z autorskim rękodziełem, z którego dochód został przekazany na cele charytatywne.
- Udział w polsko-ukraińskim Jarmarku Wielkanocnym w Rzeszowie
- Stoisko podczas festiwalu „Wędrowiec” / kubki, magnesy, kartki, smycze

#mapujPomoc

#KomitetNadzorującyProgramRegionalnyFunduszeEuropejskieDlaPodkarpacia2021-2027

-Powołanie komisji z udziałem naszych pracowników

#NGOForumRazem

Forum Razem dla Polski i Ukrainy – to niezwykła inicjatywa, która służy organizacjom pomocowym. Forum ma na celu udzielanie rzeczowego i wiarygodnego wsparcia organizacjom działającym na rzecz uchodźców z Ukrainy i społeczności polskiej, która angażuje się w pomoc w tym zakresie.

#CityNGO

-Rekrutacja wolontariuszy do działań wolontarystycznych.

#FoodTruckKuchniazSercem

Food Truck „Kuchnia z Sercem” to przedsiębiorstwo społeczne, co oznacza, że część naszych zysków jest inwestowana w projekty społeczne i wsparcie lokalnej społeczności. Wybierając nasze dania, wspieracie także dobre sprawy! Food Truck „Kuchnia z Sercem” specjalizuje się w autentycznych potrawach inspirowanych kuchnią lasowiacką.

Krótkie podsumowanie działań foodtrucka od sierpnia 2023:

- *CieszFanów Festiwal*: 17/18/19/20/08.2023

Planowanie i przygotowanie menu, z naciskiem na pierwsze kanapki. Logistyka związana z pierwszym wyjazdem, w tym wynajem Food Trucka i uzyskanie niezbędnych zezwoleń.

Otwarcie punktu sprzedaży i zdobywanie pierwszych klientów na CieszFanów Festiwal.

-*Festiwal Wędrowiec*: 26/27.08.2023

Organizacja własnego festiwalu, z naciskiem na podróżniczy charakter. Dostosowanie nowych nazw produktów. Promocja wydarzenia i zapewnienie atrakcyjnej atmosfery.

-*Piknik Kolejarski w Rozwadowie*: 8.09.2023

Uzyskanie niezbędnych pozwoleń. Stworzenie festiwalowej atmosfery związanej z tematyką kolejową. Uzyskanie dostępu do prądu.

- *Holi Święto Kolorów w Krzcinie*: 13.09.2023

Wprowadzenie nowych napojów takich jak witaminowe soki. Zabawa kolorami.

Zapewnienie odpowiednich zabezpieczeń dla sprzętu i obsługi podczas festiwalu Holi.

- *Pchli Targ w Food Trucku*: 26.11.2023

Oferowanie unikalnych produktów dostosowanych do charakteru pchlego targu. Kreatywne podejście do prezentacji i aranżacji Food Trucka na targu. Sprzedaż jedzenia oraz wyjątkowych przedmiotów.

- *OCR Mistrzostwa Polski Zabezpieczenie*: 01.10/30.09.2023

Zapewnienie specjalnych dań i przekąsek dla organizatorów OCR Mistrzostwa Polski.

Zabezpieczenie sprzętu i obsługi podczas wymagającego wydarzenia sportowego.

Stworzenie atmosfery wspierającej i energetyzującej dla zawodników.

- *Biesiada Stalowa Wola*: 22.09.2023

Menu do lokalnych tradycji i smaków.

Uczestnictwo w biesiadzie jako atrakcja kulinarna.

Integracja z lokalną społecznością poprzez oferowanie specjalnych potraw.

- *Jarmark Świąteczny w Tarnobrzegu z nowymi produktami*: 17.12.2023

Rozszerzenie oferty o nowe produkty, takie jak herbata lasowiacka i gorąca czekolada.

Tworzenie świątecznej atmosfery w Food Trucku. Aktywna promocja nowych produktów podczas jarmarku świątecznego.