

FIECARE ZIE  
Zi DE Zi BiNE

The illustration features a large, stylized yellow heart centered against a background of a blue sky with white clouds and a yellow field. Two large, light-colored hands are shown from the waist up, palms facing each other, cradling the heart. A single green leaf is tucked behind the left hand's fingers. The text "FIECARE ZIE" is written in black, lowercase, sans-serif letters above "Zi DE Zi BiNE". The word "Zi" is in red, bold, lowercase letters, while "DE" and "BiNE" are in white, bold, lowercase letters. A small red gift box with a white ribbon is positioned above the letter "D" in "Zi DE". Three small white stars are scattered around the heart.



# CINE-I NĂSCUT ÎN IANUARIE, HAI SUS, HAI SUS, HAI SUS!

Era frig și pe gură ne ieșeau aburi dar noi cântam pe străzi, entuziasmate de ideea care tocmai încolțise. Primiserăm de zeci de ori întrebarea: "Cum aş putea oare să mă implic și eu? N-am prea mult timp dar vreau să simt că las ceva în urmă."

Ce moment mai bun de sărbătoare a binelui poți găsi dacă nu propria aniversare? Să știi că și-ai sărbătorit ziua printr-o faptă bună!

AȘA S-A NĂSCUT ZI DE BINE.

din dorința de a-i ridica pe cei în nevoie cu ajutorul celor ce se bucură de încă un an trecut cu bine și care aleg să-și doneze ziua. Cu alte cuvinte să-și roage prietenii să nu le cumpere un cadou ci, din banii puși deoparte pentru ei, să le ofere cel mai frumos dar: puterea de a face BINE.



## CUM ALEGEM CAUZELE?



Ne îndreptăm privirea în special înspre zonele în care e încă multă ceată. Sunt cauze profunde, pentru care fondurile sunt întotdeauna insuficiente și greu de găsit, cauze dinspre care ești mai degrabă tentat să-ți întorci privirea: violență domestică, boala psihică, săracie lucie.

Ne uităm însă și spre proiecte care te fac să ridici o spranceană și să zâmbești- amar uneori, ca în cazul Microdus, duba transformată în duș mobil cu care am pornit în caravană spre sute de copii - sau cu drag și bucurie – ca atunci când am transformat un autobuz scos din circulație într-un afterschool social.



## CU CINE COLABORĂM?

Ne e drag să întâlnim oameni puși pe treabă sau ONG-uri implicate la firul ierbii, aşa că ne unim mereu forțele cu aceia care simt că putem construi împreună proiecte care pot ajuta zeci sau sute de oameni. Aproape toate cauzele noastre au prins viață cu sprijinul ONG-urilor locale sau oamenilor care au vrut să schimbe ceva în domeniile lor de activitate.

## CUM NE FINANȚĂM?

Ne-am născut, ca Asociație, în ziua primului caz de Covid în România. La doar câteva zile se instala starea de urgență și casele noastre se închideau. Se deschideau însă aripi de oameni buni care ne purtau, cu fapte și cu gânduri, acolo unde era nevoie să ajungem.

Zeci de mii de oameni au trimis un sms, și au dăruit ziua, au făcut o donație în conturile Asociației. Câteva zeci de companii au sponsorizat proiectele noastre.

**Voi toti ne-ați ajutat ca în 2020 să Zicem de BINE și să facem BINE.**

**Vă mulțumim!**



# CALENDAR

Zi de BiNE



III.2020. CĂSUȚA BLONDIE



III-V.2020. SCUT PENTRU SPITALE



VI.2020. ZID DE BINE



VII.2020. GRĂDINA TERAPEUTICĂ



VIII.2020. MICRODUȘ



IX.2020. CLASA DIN CURTEA ȘCOLII



X.2020. EDUBUZZ



XI.2020. IUBIREA CARE BATE LA OCHI



XII.2020. PERNA CU TIHNĂ



I.2021. TEEN LINE



II.2021. LOC DE BINE



# CĂSUȚA BLONDIE

MARTIE 2020

foto: Bogdan Dincă

Dacă ar fi trăit, astăzi, Blondie ar fi dat o ditamai petrecerea. Ar fi suflat în cele 19 lumânări de pe tort și ar fi făcut planuri de om Tânăr cu viața înainte. O operație făcută LA TIMP i-ar fi dat voie să viseze. Dar pentru copiii abandonați în spitale sau aduși acolo prea târziu PLAN înseamnă doar strategie de supraviețuire. Uneori iese. Alteori nu.

Adesea, copiii operati, dacă se întorc într-un mediu impropriu riscă să-și piardă viața din pricina condițiilor precare de

igienă. Medicii preferă să-i țină internați pe perioade mai lungi de timp, până la recuperare. Din păcate, consecința e la fel de dramatică – paturile ocupate țin pe lista de așteptare copii care au nevoie urgent de o operație. Copii ca Blondie.

În Martie, alături de Adelina Toncean am ajutat la deschiderea căsuței Blondie - un centru de recuperare post-operatorie care permite îngrijirea copiilor în condiții de siguranță, până când se pot întoarce în mediul din care provin.

# SCUT PENTRU SPITALE

MARTIE – MAI 2020

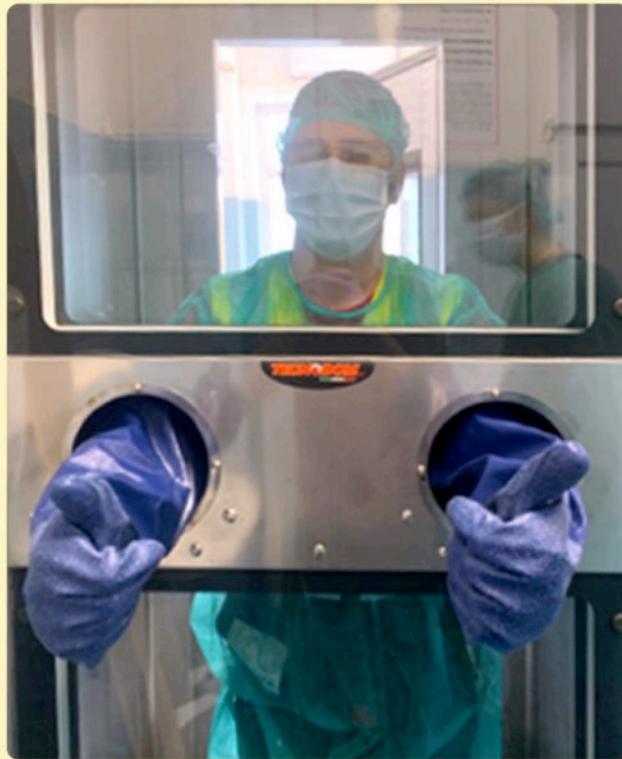
foto: Bogdan Dincă și Luciana Zaharia

Nici nu se uscăse bine cerneala pe actul de constituire al Asociației Zi de BINE când tușe groase au început să apese pe harta pandemiei în România.

Aveam de ales: ne oprim și aşteptăm vremuri mai prietenoase sau ajutăm puțin, acolo unde se poate și unde e nevoie.  
Primul strigăt l-am primit de la Spitalul de Boli Infecțioase din Brașov.

Ne-am propus să strângem 50.000 de euro și să trimitem pe data containere și echipamente de protecție pentru

personalul medical. Două luni și jumătate mai târziu ajunseserăm în aproape 100 de destinații – spitale și cabinete ale medicilor de familie, cu aparatură medicală și echipamente de protecție care au depășit astăzi 1.000.000 de euro: ventilatoare, injectomate, lămpi bactericide, aproape un million de măști, combinezoane, halate, lenjerie de unică folosință, viziere, dezinfectanți – am împachetat și trimis colete în fiecare zi a stării de urgență, acolo unde ni se cerea ajutorul.



Zi de BINE



De asemenea, împreună cu Auchan și Leroy Merlin și cu ajutorul a sute de parteneri, am deschis Unitatea de suport medical de la Chitila, care continua să primească și astăzi pacienți cu forme ușoare ale bolii.

Din Martie și până astăzi am făcut împreună  
**#SCUTPENTRUSPITALE**

# ZID DE BINE

IUNIE 2020

foto: Adrian Stefanescu și Laura Olăriu

Să fii la vremea alergatului fără altă țintă decât bucuria și să-ți petreci câteva zile, în cel mai bun caz, într-un salon de spital e tare departe de visul oricărui copil. Ce poate să facă un copil nevoit să-și pună pentru câteva zile copilăria în stand by?

De obicei privește lung pe fereastră. Și, cel mai adesea, vizavi de salonul său e un perete cenușiu.

Pentru copiii internați la Spitalul Clinic de Urgență Grigore Alexandrescu și INSMC "Alessandrescu-Rusescu", zidurile au prins culoare. Parteneri ne-au fost Asociația E.D.I.T. și prietenii talentați de la Sweet Damage Crew.



Spitalul Clinic de Urgență pentru copii „Grigore Alexandrescu”



Zi de  
BINE



Institutul pentru Sănătatea Mamei și  
Copilului „Alessandrescu-Rusescu”



# GRĂDINA TERAPEUTICĂ

IULIE 2020

Pacienții Spitalului de Psihiatrie Eftimie Bălăceanca își petrec viața în izolare. Pentru ei am construit o Grădină Terapeutică.

Cu o floare nu se face primăvara dar cu câteva răsaduri bine alese și un loc amenajat special pentru ele, poate să fie vară tot timpul anului pentru cei aproape 200 de pacienți internați aici. Medicamentele îi ajută să țină sub control afectiunea de care suferă dar grădina le oferă un ROST. Într-o lume în care nu și mai găsesc locul se simt din nou utili, contribuie cu timpul și mâinile lor la ROD.

La mai bine de jumătate de an de la încheierea proiectului, primim în continuare fotografii care ne umplu inimile de bucurie: recolta a fost aşa de bună, încât, nu doar că bucătaria a fost mereu plină de legume și verdețuri proaspete, dar a rămas suficient încât acum, pe rafturi, să fie alinate borcanele cu murături delicioase pentru iarnă.



Jos pălăria față de echipa Microgreens, care a pus la punct fiecare detaliu al Grădinii miraculoase și a adus alături specialiști de nădejde.



Un rând de vrum vrum și pentru Bykers for Humanity, care au muncit zi lumină, pe o căldură insuportabilă, pentru ca grădina să fie gata la timp!



**În această perioadă de cumplită izolare, GRĂDINA TERAPEUTICĂ a adus multă bucurie pacienților noștri. Plantele și cursul lor miraculos de a crește și de a se dezvolta le-au fost suport sufletesc pacienților, acolo unde ceilalți semeni nu le-au mai putut veni în ajutor.”**

Valentina Petrache,  
asistent social Spitalul de Psihiatrie  
Eftimie Diamandescu



Zi  
DE  
BINE

# MICRODUŞ

AUGUST 2020

foto: Vlad Cupşa, Bogdan Dincă, Luciana Zaharia

O dubă țanțoșă de numa-numa s-a trezit peste noapte că n-a mai rămas decât cabina șoferului din ea! Restul a fost dat jos și reconstruit bucătă cu bucătă. Are scară nouă, un generator, ba chiar și două ventilatoare. 2 dușuri, toaletă și chiuvetă. Și cabine de schimbăt pe deasupra. Să mai zicem și de aerul condiționat?

Adicătelea tot ce-i trebuie pentru ca 500 de copii din satele Moldovei să se răcorească de căldura verii. De-ar fi fost doar atât, ne-am fi bucurat degrabă. Dar dincolo de

răcoare, pentru mulți dintre copiii pe care i-am cunoscut în Caravana Microduș, a fost pentru prima oară când au văzut aşa o grozăvie: un duș. Ceea ce ne reancorează într-o realitate dureroasă: aproape 25% din populația României are WC-ul în fundul curții și oamenii se spală în lighean.

Microduș a fost felul captivant în care i-am atras pe copii în discuții despre cum putem avea grija de sănătatea noastră. Șofer atent și ghizi ne-au fost prietenii de la Fundația Bethany.





ZI DE ZIBINE



Proiectul Microduş a fost şi rămâne un reper de normalitate în viaţa copiilor vulnerabili, un punct de plecare în înțelegerea şi menţinerea igienei corporale. Anul 2020 ne-a arătat într-un mod parcă mai abrupt ca niciodată că educaţia pentru sănătate a avut mult de suferit în România. Efectele le-am văzut şi le-am simţit cu toţii, în cele mai neaşteptate feluri. Caravana

Microduş se pune în mişcare începând cu luna mai a fiecarui an şi va ajunge la sute de copii vulnerabili, pentru a-i ajuta să integreze igiena în viaţa lor de zi cu zi. O normalitate pe care mai bine de o treime din copiii României rurale încă nu o cunosc.”

Diana Paius,  
Manager Fundaţia Bethany

# CLASA DIN CURTEA ȘCOLII

SEPTEMBRIE 2020

2020 rămâne anul în care Educația a cam dat din coate. S-a strecut cum a putut în vietile școlarilor – i-a chemat la clasă, cu distanță între ei, apoi i-a trimis acasă și a încercat să-i seducă online.

Pe vremea când cursurile se țineau încă în format hybrid, școli întregi aveau spații prea mici ca să-și poată cuprinde copiii la clase și să asigure și distanță necesară între ei. Așa că, în două comunități rurale, cu directori de școală entuziaști și cu inițiativă, am construit Clasa din curtea școlii – spații de învățare în aer liber, foișoare, amfiteatru. După ce Covid 19 va fi doar o amintire neplăcută, Clasa din curtea școlii va rămâne, ne place să credem, un loc numai bun de învățat afară sau de relaxat în pauze.



Mâna forte în proiect a fost Oana Mîndruț, de la Asociația Life Education for All care, de ani de zile, investește cu încăpățânare (și succes) în educație și în starea de bine a profesorilor și copiilor.



# EDUBUZZ

OCTOMBRIE 2020

foto: Luciana Zaharia, Natalia Ginghină și Dan Străută

## Fiare vechi... educație nouă!

Cu un autobuz scos din circulație, ruginit și fără roți nu poți ajunge prea departe. Cum nici fără școală, încurajare și oameni buni prin preajmă, visurile nu prea trec de granița Augustinului, un sat lung de 5 km, nici aproape, nici departe de Brașov.

În Octombrie, Zi de BINE a susținut Edubuzz.

Când am văzut pentru prima oară autobuzul cumpărat de Adrian Secal și Natalia Ginghină, doi invatatori Teach for Romania, am cam ridicat din sprânceană. Nu degeaba i-am spus "Răpciuța". Arăta cu adevărat înfricoșător, iar ce-am găsit în mațele ei ne-a însăpațit și mai tare. Mâncată de rugină, Răpciuța se califica cu greu chiar și la fiare vechi. Am dat însă peste meșteri vrăjitori care s-au dat peste cap și nu s-au lăsat până n-au transformat mărțoaga în cal înaripat.



Azi, zeci de copii își fac temele la afterschool-ul din Edubuzz, citesc, dansează, socotesc stele și-au prins curajul să viseze la lumea de dincolo de Augustin...

Edubuzz este un proiect care abia așteptam să prindă aripi. Sunt nerăbdătoare să le putem predă copiilor dintr-un spațiu care să îi inspire. Sunt convinsă că această experiență inedită le va trezi interesul pentru școală, pentru a învăța și pentru a-și face noi prieteni. Ne dorim ca acest autobuz să le seteze noi valori care să îi îndrume pe tot parcursul vieții lor”

Natalia Ginghină,  
profesoară

Printre cei care și-au donat ziua pentru acest proiect se numără și **Simona Halep**.

Proiect susținut de

**REHAU**







Zi de BINE



# IUBIREA CARE BATE LA OCHE

NOIEMBRIE 2020

În 2020, aproape 8.000 de românce au obținut ordin de protecție. 30% dintre ele au fost încălcate și sunt încălcate în fiecare an.

În Noiembrie, Zi de BINE a pus la cale proiectul Minerva, destinat victimelor violenței domestice care au obținut un ordin de protecție.

Minerva este un dispozitiv deghidat într-o bijuterie, care le ajută să acceseze rapid 112 la vederea agresorului.

Cu fondurile strânse vom achiziționa dispozitivele și vom începe configurarea lor din punct de vedere tehnic, așa încât, pe parcursul anului 2021 să le distribuim spre femeile care au nevoie de ele.

Dispozitivele vor fi distribuite și monitorizate cu ajutorul partenerilor noștri din acest proiect, Asociația Anais, Asociația Luthelo și Centrul Filia.

# PERNA CU TIHNĂ

DECEMBRIE 2020

Adesea, bătrâni-ți spun încetîșor că tot ce-și mai doresc e să pună capul liniștiți pe-o pernă. Să fie, atunci, încărcată de bunătăți! În decembrie am jucat "tot ce-ncale într-o pernă", și-am îndesat în ea șosete groase împletite cu drag de mâini dibace, mâncare bună, pături moi și pufoase și gândurile voastre pline de dor de bunici.

Au străbătut sate înzăpezite de munte din jud Brașov prietenii de la Bertaland. În Bacău nu mai prididea cu împachetatul oamenii buni de la Fundația de Sprijin Comunitar. Iar la București, cercetașii României s-au pus din nou în slujba binelui, ca să trimită iute perna cu tihnă către bunici din Ilfov și Suceava de care se îngrijește de ani buni Fundația Maria Holtzhauser. Pe ultima sută de metri, în ajunul Crăciunului, Asociația Tineri pentru promovarea Dobrogei și-a mobilizat voluntarii în Tulcea. Ne propusese să ajungem la 500 de bunici. Am ajuns la aproape 800.

**„Tare bine mai prind astea, am să mă rog pentru cine-o făcut binele!”**





Zi de BINE

„Doamne, mamă, chiar s-au gândit oameni la mine, fiți toți binecuvântați.”



„Of, maică, buni sunt oamenii, binecuvântați să fie ei!”



# TEEN LINE

IANUARIE 2021

O statistică de acum doi ani spunea că, în România, 8 din 100 de liceeni s-au gândit la sinucidere. OMS afirmă că suicidul a devenit a doua cauză de deces în rândul tinerilor cu vîrste cuprinse între 15 și 19 ani. Adolescentilor care se confruntă cu depresia și anxietatea le-am dedicat luna Ianuarie.

Pentru ei am construit, împreună cu DePreHUB, un help line, o linie telefonică gratuită - 0374461461, la care, 24 de ore din 24 răspund psihologi pregătiți în acest domeniu. De asemenea, am pus pe picioare un site cu resurse importante pentru adolescenti - informații despre relația cu școala, cu părinții, cu prietenii, despre dependență de jocuri online, despre nutriție, etc:

[adolescenti.deprehub.ro](http://adolescenti.deprehub.ro)

Tot în Ianuarie s-a născut și Podcastul Zi de BINE, dedicat cauzei fiecărei luni. Interviul cu mama unei adolescente care și-a luat viața a ajuns la peste 50.000 de părinți al căror feedback a fost ferm: „voi fi mai atent la nevoile copilului meu adolescent.”

Parteneri strategici:



e.ON

UniCredit Bank



TEEN LINE  
GRATUIT

Suntem aici pentru tine! 24/7  
Te simți acaparat de probleme?  
Emoțiile au devenit copleșitoare?  
Să ceri ajutorul nu este o rușine!

Vreau să vorbesc cu cineva

0374.461.461



SCREENING  
GRATUIT

Termometrul stării tale de bine  
Află mai multe despre starea ta!

Vreau monitorizare pentru

DEPRESIE ANXIETATE



Zi de BINE

# LOC DE BINE

NOIEMBRIE 2020

Nimic nu e mai traumatizant, mai mutilant și mai de neiertat. E cea mai mare trădare pentru însăși natura umană. Și se întâmplă inuman de des: una din cinci victime din dosarele trimise în judecată de procurorii români este un copil.

Sunt multe holuri de parchete care răsună de plânsetele copiilor care povestesc prin ce au trecut. Uneori, nu o dată. Căci trebuie să răspundă întrebărilor mai multor oameni care participă la anchetă.

Pentru copiii care sunt victime sau martori ai unor infracțiuni am făcut, în februarie, #LocDeBine, trei camere de audiere pentru

minori, în cadrul Parchetelor de pe lângă Tribunalele Constanța, Vrancea și Vâlcea.

Camera de audiere, caldă și colorată e despărțită printr-un geam de o altă încăpere unde se află toți cei care vor să afle răspunsuri de la copil. Un singur om îi va pune însă întrebări: un psiholog specializat. Camerele de luat vederi și microfoanele permit înregistrarea depoziției copilului dar și fiecare gest, mișcare, ceea ce permite pe de o parte, realizarea profilului psihologic al minorului dar și o audiere unică, fiecare dintre cei care au nevoie de răspunsuri pentru stabilirea adevărului putând adresa întrebări prin intermediul tehnologiei.

Proiectul s-a născut cu ajutorul Asociației pentru  
Victimele Infracțiunilor Sexuale.



CONSTANȚA



VRANCEA



VÂLCEA

Parteneri straegici:



e-on

UniCredit Bank

# PROIECTUL ANULUI

RENOVAREA SECȚIEI PEDIATRIE IV – BOLI DIGESTIVE DIN CADRUL INSMC

Imaginează-ți că ești copil. Ba nu, adu-ți aminte cum era. Amintește-ți universul infinit de mirare, curiozitate și bucurie. Când orice era posibil: să înveți limba pisicilor și pe cea secretă a șopârlelor, să construiești într-o săptămână un lift la lună, să faci pâinici delicioase din noroai și castele locuibile din nisip...

Acum, imaginează-ți că ești unul dintre miile de copii cărora magia asta le e răpită brutal și crud de o boală. În zilele cele mai bune, te gândești că poate ar ajuta să înveți limba seringilor și graiul pastilelor. În celealte zile, toate culorile copilăriei sunt umbrite de un gri apăsător. O banală fugă pe maidan devine, pentru tine, o nepermisă și periculoasă aventură. Tu trebuie să stai acolo, în încăperea aia cu griji și doctorii. Tu ești unul dintre miile de copii din spital. Iar un spital, știm bine, e un loc în care se tem să ajungă chiar și oamenii mari!

**Anual, peste 50.000 de copii trec pragul INSMC. Cu banii strânși la final de 2020 vom face cabinete medicale prietenoase, saloane fără teamă îmbibată în perete, băi curate. Vom transforma un loc din care orice copil vrea să fugă într-unul în care copilăria se poate stăcure la loc. Un loc mai frumos și mai sigur.**



**Curătenie și CULOARE**

Renovăm Secția Pediatrie IV - Boli Digestive de la INSMC.

# UNDE-AM MAI DAT O MÂNA DE AJUTOR:

- ⑥ În continuarea proiectului #scutpentruspitale ne-am propus să le dăruim medicilor și asistentelor medicale un strop de energie. Cu ajutorul Asociației Artisan Cofee Community și susținuți de TEMAD și Secom, 250 kg de cafea au ajuns la personalul medical din 3 spitale, vreme de 3 luni;
- ⑥ Cu sprijinul partenerilor de la Immofinanz, care au decis la finalul unui an atipic să aloce bugetul destinat tradiționalelor cadouri de Crăciun pentru o cauză de BINE, am reușit să dotăm secția de Fibroză chistică a Spitalului Marie Curie cu un aparat pentru fizioterapie pulmonară și kituri necesare tratamentului;
- ⑥ În noiembrie, un incendiu izbucnit la Secția ATI din incinta Spitalului Județean Piatra Neamț a facut 10 victime. Pacienții erau bolnavi de COVID și intubați. Echipa Națională de fotbal a României a scos la licitație tricourile din partida oficială nejucată cu Norvegia, iar Kaufland s-a alăturat inițiativei. Am trimis astfel 30.000 de lei către familiile îndoliate. De asemenea, pentru personalul medical al secției ATI am asigurat o masă gratuită în fiecare zi, timp de două luni;
- ⑥ Pentru copiii care suferă de afecțiuni neuromotorii, pandemia a fost o perioadă în care ritmul ședințelor de kinetoterapie, esențiale recuperării lor, a scăzut dramatic. Zi de BINE, cu ajutorul sărbătoriților care au ales să-și doneze ziua în Octombrie, a sprijinit reluarea acestor ședințe pentru zeci de copii.

A fost un an în care răbdarea ne-a fost pusă la încercare. În care am scrâșnit din dinti, ne-a fost dor, ne-a fost greu. Dar dacă într-un an ca acesta am reușit să facem atât de multe împreună, vă dați seama cum o să arate 2021?

Mulțumim tuturor celor care au sărbătorit binele alături de noi!

La mulți ani!



# NE PUTEȚI SPIJINI PROIECTELE CU O DONAȚIE ÎN CONTURILE NOASTRE

- Asociația Zi de BINE, CIF: 42198923
- RON RO56RNCB0092166359160001, BCR, Sucursala Universitate
- RON RO61BACX0000002013736000, UniCredit Bank
- RON RO13BTRLRONCRT0534787001, Banca Transilvania



Alte modărități de implicare  
găsiți pe pagina noastră:  
**[www.zidebine.ro](http://www.zidebine.ro)**