

365

DE

Zi DE BINE
(LE)

EDIȚIA 2024 - RAPORT

Ne propunem ca, oriunde
ajungem, să lăsăm în urmă
comunități mai puternice,
care pot duce BINELE mai
departe.

VIZIUNEA



MISIUNEA



Misiunea Zi de Bine este să
ajute acolo unde alții întorc
privirea, cu rezolvări concrete
și inedite și rezultate rapide.
Ne dorim să dăm cât mai
multor oameni ocazia să facă
un bine cu efort minim, dar cu
impact relevant, prin donarea
zilei de naștere sau de nume.



ACȚIUNEA

CONSTRUIM comunitati la Centrul Comunitar.
SPRIJINIM oameni afloati în situatii vulnerabile.
CREĂM notorietate în jurul unor cauze ignorate, în
special in ce piveste sanatatea mintala si emotionala.

PARTENERI STRATEGICI 2024

În anul 2024, proiectele strategice ale Zi de Bine au fost susținute de Lidl România, UniCreditBank România, EON Group România și Leroy Merlin România.

Partenerii noștri strategici au înțeles forța pe care gesturile simple o au în multiplicarea binelui. Au înțeles cât de multe comunități nu au forța să-și facă auzite nevoile și cât de mult îi putem ajuta împreună.

Le mulțumim că au dat ocazia cât mai multor oameni să facă bine și să ridicăm, împreună, comunități.



Impact

PROIECTE STRATEGICE
2024

Zi DE BINE

atelier
PSY



Spitalul de Psihiatrie
VOILA

CREATIV

Centrul de Recuperare și Educație împotriva
Adicțiilor pentru Adolescenți și Tineri
la Voila

Parteneri strategici:



e-on

UniCredit Bank

LEROY MERLIN
Pentru case fericite



Datele oficiale arată că unul din zece români s-a drogat cel puțin o dată în viață, adică aproape 2 milioane de români. Crește consumul și scade alarmant vârsta consumatorilor. La 13-14 ani mor copii uciși de substanțe. Recuperarea minorilor dependenți de droguri ar trebui să fie una dintre prioritățile sistemului de sănătate. Declarativ, este. În realitate însă, **primul și singurul centru rezidențial specializat în tratarea minorilor cu adicții, de stat, a fost deschis de Asociația Zi de BINE, la Spitalul de Psihiatrie Voila, în februarie 2024.**

I-am spus **CREAATiv - Centrul de Recuperare și Educație împotriva Adicțiilor pentru Adolescenți și Tineri la Voila**. Este pariul nostru că un centru de cazare pe termen lung, în inima pădurii din Câmpina, un spațiu sigur, modern, fresh, care nu miroase a spital și unde tinerii pacienți cu adicții pot să aibă parte, pe lângă tratament medical, de intervenții de psihoterapie, ergoterapie, sport, de un program multidisciplinar gândit de specialiști în adicții, poate să fie primul exemplu de bune practici din România, ușor replicabil în spitale de stat sau private. **Este un pariu câștigător!**

Implementare: Sunt disponibile **24 de locuri în program**, câte 2 saloane de fete și 2 de băieți, fiecare cu propria baie. Pe lângă saloane, mai este **centrul CREAATiv** în sine, pe care l-am amenajat în clădirea Școlii Sanatoriale, pentru că la Voila copiii internați pe termen lung fac și școală, ca să nu rămână în urmă, o internare la CREAATiv durând 1 lună de zile. Medicilor de la Voila le-am adus aproape **echipa de specialiști din cadrul Clinicii de psihiatrie și psihoterapie Atelier Psy București**, printre puținele clinici din România cu specializare în prevenția și tratarea dependențelor. A urmat un an de zile de **formări pentru echipa medicală** care lucrează direct cu minorii, **vizite la clinici de specialitate din Franța, supervizare cazuistică lunară** pe programul CREAATiv și o ajustare permanentă la cele mai eficiente soluții. Toate, susținute de Zi de BINE, la fel ca și plata unui psiholog la Voila, pe programul CREAATiv, pentru tot parcursul anului 2024.

Rezultate: La 1 an de activitate, am publicat un **Raport de Implementare** care arată o rată de ocupare foarte bună, cu 99 de internări și doar 15% reinternări. Centrul a primit nu doar atenția presei, ci și a Ministerului Sănătății care l-a numit un „*exemplu de bune practici*”, solicitând și un ghid de implementare în alte spitale. Astăzi, nu doar că Centrul se întreține 100% din bugetul Spitalului, dar a fost aprobată prin Momelementum o schemă de suplimentare a personalului spitalicesc, pentru acest proiect.

ZI DE BINE



COMUNITATEA 360

EDUCAȚIE ALTERNATIVĂ PENTRU O ȘCOALĂ
MAI PRIETENOASĂ CU ELEVII, PROFESORI, PĂRINȚI.
TOȚI ÎMPREUNĂ.

Parteneri strategici:



e-on

UniCredit Bank





Comunitatea 360

2024

LOCAȚIE: București
DOMENIU: educație
BENEFICIARI: profesorii,
elevii de la Școala nr. 36
„Ionel Teodoreanu” și
familiile lor

Am „adoptat” Școala nr. 36 „Ionel Teodoreanu” din București, în aprilie 2023, cu gândul de a o face frumoasă, modernă, prietenoasă, o #scoaladepoveste. Ne-am pus serios pe treabă și într-o lună de zile am dat gata 3 clase, așa cum ne-ar fi plăcut și nouă să avem când eram copii. Doar că la final ne-am dat seama că deși ajută să facem curat și frumos în jur, motivele absenteismului școlar sau bullying-ului din școală nu se rezolvă cu asta. Dacă e nevoie de un sat să crești un copil, cu siguranță e nevoie de Comunitate să crești o școală. Una care să aducă laolaltă toți participanții la educație, formală sau nonformală: copii, profesori, părinți, vecini ai școlii.

Așadar, pentru tot anul 2024 am plasat în Școala 36 doi facilitatori Zi de BINE pentru dezvoltarea comunității. Au fost săptămânal prezenți în școală, au provocat implicarea profesorilor, au adus zeci de ateliere de educație alternativă, au pus de-un **Club de Voluntariat** și i-au ajutat pe copii să se organizeze în **târguri de fundraising**, pentru alte schimbări în BINE pe care și le doreau în școală, cum ar fi Sala de Lectură. Zis și făcut!

Toate, pentru ca Școala 36 să devină inima comunității. Să adune nevoi, resurse, soluții și să le întoarcă spre comunitate, unind-o în ceea ce am numit – **Comunitatea 360**. Pentru că școala nu se termină când ieși pe ușă, pentru că mulți copii și profesori ai Școlii nr. 36 aparțin cartierului și cartierul aparține școlii, pieței, parcurilor și scărilor de bloc. Asta nu se poate fără să aprofundezi relațiile dintre elevi și profesori prin ore de dirigiență altfel, prin ateliere inedite la clasă, chiar și ateliere pentru părinți, prin seri de filme și popcorn în școală și zile de poezie în noua sală de lectură. Într-un an de zile, am dus în școală **peste 140 de ateliere de educație alternativă** pentru copii (și părinți), de nutriție, prim ajutor, educație sexuală, educație financiară, aritmetică mentală, dans și lucru manual, educație rutieră, pregătire pentru cutremur, antidrog și siguranță cibernetică, jocuri de improvizație, robotică sau pregătire emoțională pentru examene, am organizat evenimente de comunitate și am schimbat orele de dirigiență.

Prin Comunitatea 360 am adus laolaltă toți participanții la educație: copii, profesori, părinți, vecini ai școlii, facilitatori și BINEfăcători, pentru o școală care înseamnă mai mult decât note. Am văzut profesori, elevi și părinți rezonând la acest model și sperăm ca această bulă de normalitate în educație să crească organic, tot mai mare.

ZI DE BINE

NE pierdute

Sănătate, sens, siguranță și
stare de bine pentru seniorii noștri.



Parteneri strategici:



e-on

UniCredit Bank





NEpierdute

2024

LOCAȚIE:
București/Moldova
DOMENIU: sănătate fizică
și mintală/incluziune
BENEFICIARI: persoane în
vârstă, vulnerabile/izolate

Îmbătrânirea ne fură multe. Somnul. Sănătatea. Siguranța. Sensul zilei. Starea de bine... Trecem prin viață fără manual de instrucțiuni, iar după o vârstă chiar nu te mai învață nimeni ce-i normal și ce nu. Toate merg puse pe seama vârstei și nu-i chiar așa. Oare câte dintre lucrurile pierdute le putem recupera? Pe câte le putem face **NEpierdute**?

Proiectul nostru are ca scop incluziunea socială a femeilor **peste 60-65 de ani**, aflate în situații vulnerabile financiar și social, cărora le oferim oportunități de socializare, învățare și activitate fizică, pentru a le menține active și implicate în comunitate. Printr-un **program săptămânal diversificat**, care are ca obiective specifice îmbunătățirea sănătății fizice și mintale, stimularea activității intelectuale, reducerea izolării sociale, promovarea unui stil de viață activ și crearea unui sentiment de apartenență și de implicare, contribuim direct la îmbunătățirea calității vieții pentru senioare și împuternicirea lor pentru a redeveni părți implicate activ în comunitate. Astfel, **în 2024 am petrecut la Centrul Comunitar Zi de BINE peste 513 ore în 324 de ateliere**, fie că vorbim de kinetoterapie sau dansuri, seri de poezie sau ore de engleză, mărgelit, pictură sau croșetat și multe altele. 200 de senioare ne-au trecut pragul, iar cu un grup restrâns am avut ocazia să plecăm și în prima lor aventură singure departe de casă, mai exact în **prima lor tabără**.

Totodată, în primăvară și în iarnă am organizat **două caravane medicale**, una la București și cealaltă în județul Bacău, la bunici izolați unde am ajuns cu alimente, lemne de foc și coșari profesioniști care să le curețe sobele, alături de **Asociația SufletEȘTI**. Am demonstrat că solidaritatea poate uni generații și orașe, printr-o colaborare remarcabilă între comunitatea de seniori de la Centrul Comunitar Zi de BINE din București și bunicii din Onești. Seniorii din capitală au confecționat căciuli, veste, mănuși și alte articole croșetate, pe care le-au oferit în dar celor din Bacău. Ba mai mult, doamna Valerica, beneficiară a programului NEpierdute din București, a dorit să ne însoțească tocmai până la Onești pentru a duce personal gândurile de bine comunității locale. Au fost câteva zile dedicate și consultațiilor medicale, alături de **Servicii Medicale Sanovan**, 60 de bătrâni beneficiind de examinări detaliate care au inclus medicină internă, cardiologie, pneumologie și explorări funcționale, precum electrocardiograme și ecografii. În total, proiectul a ajuns în **15 localități din județul Bacău**, în zone profund afectate de sărăcia extremă, unde astfel de intervenții țintite pot salva vieți.

Zi DE BiNE 



SUNT IN PERFECT

RECUPERARE PENTRU COPII CU TULBURĂRI ALIMENTARE

Parteneri strategici:



e-on



SUNT (im)PERFECT

2024

LOCAȚIE: București/Național
DOMENIU: sănătate fizică și
mentală/educație
nutrițională
BENEFICIARI: copii cu
tulburări alimentare

Prevalența tulburărilor de alimentație e în creștere la nivel global, aorexia nervoasă fiind a treia cea mai comună boală cronică în rândul fetelor și femeilor, conform OMS. În același timp, până la 80% dintre pacienții cu anorexie nervoasă NU știu că au o tulburare sau cât de gravă e. Pentru aceste tulburări, care apar de cele mai multe ori în copilărie, nu exista nicio soluție în România. Un copil care a dezvoltat o tulburare alimentară se pierde pe drum într-un „du-te vino” pentru că din punct de vedere al pediatrului pacientul are nevoie de ajutor psihiatric, dar dacă pacientul ajunge în spitalul de psihiatrie nu are pediatru, iar pe termen lung problema rămâne nerezolvată. Iată deci ce am făcut!

- Am susținut recuperarea copiilor cu tulburări alimentare prin **dotarea unui salon dedicat și amenajarea unui spatiu de recreere** în cadrul **Spitalului Clinic pentru Copii „Dr. Victor Gomoiu”**. Totodată, am pus la dispoziția medicilor implicați **teste psihologice specifice** pentru diagnosticarea exactă a acestor patologii.
- Dar recuperarea unui copil care trece printr-o tulburare alimentară poate presupune intervenție pe termen lung. Așadar, pacienții minori diagnosticați la Spitalul Clinic de Copii Dr. Victor Gomoiu și tratați în faza acută pot beneficia de rezidență pe termen lung în cadrul **Spitalului de Psihiatrie Voila**, unde **am amenajat două saloane cu o capacitate de 14 paturi**.
- Chiar înainte de a începe munca de amenajare propriu-zisă în cele două spitale, am format o echipă de medici psihiatri pediatri și gastroenterologi de la Gomoiu și Voila pentru o **vizită de lucru la Centrul de Sănătate Mintală din Portogruaro**, Italia. În 2001, a devenit primul centru public de referință pentru tratamentul și reabilitarea tulburărilor de alimentație stabilit în regiunea Veneto.
- Iar pentru a-i ajuta eficient pe copii, la vârsta la care încep să apară tulburările alimentare și gândurile negative față de propriul corp, în perioada 1-8 august 2024 am organizat **tabăra SUNT imPERFECT**, cu un program axat pe comportamente alimentare echilibrate și îmbunătățirea relației cu propriul corp. Iar pentru că singurii care pot contribui real și semnificativ la adoptarea unor comportamente alimentare echilibrate și la fundamentarea unei imagini de sine pozitive la vârsta preadolescenței sunt părinții lor, i-am invitat să ni se alăture în program.

Zi de BINE



ATELIERUL FAPTELOR BUNE



BINE CU MINE

Centru social de psihoterapie la Cluj

Parteneri strategici:



e-on



UniCredit Bank



BINE cu MINE

2024

LOCAȚIE: Cluj Napoca
DOMENIU: sănătate mintală
BENEFICIARI: persoanele
vulnerabile din orașul Cluj
și împrejurimi, care nu își
permit terapie

În România, există o lipsă critică de servicii de sănătate mintală accesibile, ceea ce face ca multe persoane să nu primească sprijinul de care au nevoie. Potrivit unui studiu făcut de D&D Research, 55% dintre români susțin că au resimțit un impact negativ asupra echilibrului emoțional. Efectele pandemiei, conflictul de la granițele României sau epuizarea generală la locul de muncă se numără printre motive. Două treimi dintre participanții la studiu sunt de părere că bunăstarea psihologică ar trebui verificată regulat și deși 44% dintre repondenți consideră că mersul la psiholog ar putea fi un remediu potrivit, 89% dintre români nu au apelat niciodată la servicii de psihoterapie. Costul ședințelor reprezintă una dintre piedicile semnificative.. Cine are bani să plătească și 400 de lei la psiholog? Ah, trebuie să mergi săptămânal?! Păi aia e chiria/ rata la casă/ grădinița copilului... Câți pot plăti banii ăștia?!

Există însă și accesibilitate. În 2023, Răzvan Popa, fondatorul **Asociației Atelierul Faptelor Bune**, a deschis primul Centru Social de Psihoterapie, la București. Aici, există o echipă de 43 de terapeuți voluntari care a oferit peste 5.000 ședințe gratuite de consiliere pentru copii și adolescenți în primul său an de activitate, victime ale violenței domestice, seniori și oricine are nevoie de acces la terapie și nu își permite. Așadar, în toamna anului 2024 ne-am implicat alături de Răzvan ca împreună **să ducem acest model și la Cluj**, unde nevoia pentru servicii de sănătate mintală accesibile a crescut odată cu presiunea economică, care a lăsat mulți oameni vulnerabili la prețul crescut al vieții. Astfel, am marcat și un nou capitol în misiunea noastră, ca ONG, de a sprijini sănătatea emoțională și mintală a comunităților în nevoie din întreaga țară.

Perioadă implementare: Octombrie 2024

Proiect activ: DA

Rezultate și sustenabilitate: De când s-a deschis, Centrul Social de Psihoterapie de la Cluj a ajuns rapid la capacitate maximă de funcționare. Astăzi, nu mai puțin de **30 de terapeuți deservesc Centrul și oferă până la 120 de ore de consiliere în fiecare săptămână**. În momentul de față, nu mai pot fi acceptate solicitări.

Zi DE BINE



kit
keep in touch

**Program de (in)formare,
dezvoltare și suport în
sănătatea mintală
pentru liceeni.**

Parteneri strategici:



e-on

 **UniCredit Bank**



KIT

2024

LOCAȚIE: București

**DOMENIU: sănătate mintală
și prevenție dependențe**

**BENEFICIARI: 110 elevi de
clasele IX, X, de la 6 licee
din București + 25 profesori**

Cu cine vorbesc puștii când dau de belele? La cine se duc? Observația statistică, dar și bunul simț, ne arată că cea mai bună comunicare nu se obține de sus în jos, în relații marcate de putere și autoritate, ci **între egali**. Între ai lor. În relații de suport, deschise, sincere, vulnerabile, dar cu informații trecute prin filtrele corecte. Nu de pe net, ci de la o **echipă de top în psihologia și psihiatria pediatrică**, condusă de dr. Eugen Hriscu, coordonatorul științific al programului CREAATiv, pe care l-am implementat la Spitalul de Psihiatrie Voila. **Informații (și formări)** despre? Păi despre reglarea emoțiilor și managementul anxietății, despre bullying și comunicare asertivă, despre relații și despre consumul de substanțe și multe altele, nevoi la care ajungem împreună, cu o echipă de top în psihologia copilului și psihiatria pediatrică.

KIT - Keep in Touch este programul nostru de prevenție și sănătate mintală în licee, **pentru anul școlar 2024-2025**, primul astfel de program de tip **peer to peer education**, sau de la egal la egal. Informații care circulă pe orizontală, informal, de la egal la egal. Într-un sistem care și-a demonstrat eficiența oriunde a fost aplicat, nu doar în școli! Din SUA și până în Africa!

La început de an școlar 2024 am selectat 6 licee din București ca împreună să punem bazele unui sistem unic în România, ușor de replicat la scară largă – Colegiul Național Ion Creangă, Colegiul Tehnic Valter Mărcăneanu, Colegiul Național Școala Centrală, Liceul Teoretic Ion Barbu, Colegiul Național Matei Basarab, Liceul de Arte Plastice Nicolae Tonitza. **6 licee – 110 copii – 26 de profesori și consilieri școlari – 4 luni de (in)formare.**

Totodată, am dat drumul și primelor formări pentru elevi și profesori. Primele 4 luni din program sunt dedicate informării și formării intensive în tehnici pentru prevenția abuzului de substanțe și sănătate mintală. Exemple de ateliere, workshopuri și formări pentru elevi și profesori/consilieri școlari: comunicare asertivă și ascultare reflexivă, reziliență și tehnici anti-bullying, managementul anxietății și reglarea emoțiilor, tehnici din interviul motivațional, orientare în carieră, debate, igienă digitală și multe altele. În următoarele luni, elevii vor completa o raportare săptămânală, iar 1 zi/lună va fi o întâlnire a echipei pentru discutarea situațiilor întâlnite la școală. Pe durata programului vom organiza ateliere și formări adiacente, de interes major pentru elevi și profesori și la cererea lor, cât și o competiție de debate între licee. **La final vom fi creat o echipă de mentori informali în fiecare liceu, solid pregătită, care o poate pregăti pe următoarea.**

Zi DE BINE 



PLANTAȚI ÎN AMINTIRE

Sădește un copac în memoria cuiva drag în
pădurea poveștilor nemuritoare.

plantatiinamintire.ro

Plantați în Amintire

2024

LOCAȚIE:

București/Câmpulung

DOMENIU: mediu

BENEFICIARI: locuitorii
orașelor București și
Câmpulung Muscel



Spațiile verzi sunt esențiale pentru sănătatea comunităților și îmbunătățirea calității aerului, a microclimatului, oferind locuri de recreere pentru relaxare și socializare. În contextul urbanizării accelerate, este imperativ să transformăm aceste locuri în spații semnificative, pe care să le investim cu cele mai prețioase lucruri ale sinelui, și anume amintirile pe care le purtăm celor care mai dragi ai noștri, care astăzi nu mai sunt cu noi. Proiectul **PLANTATI IN AMINTIRE** și-a propus de la început să dezvolte în urbe aceste oaze de **socializare prin povestire** și împărtășirea vieților celor care ne-au învățat cum să fim oameni. Creăm **spații verzi tematice** care să servească drept refugiu pentru comunitate, îmbinând natura cu memoria și emoția. Ne propunem să revitalizăm mediul urban prin crearea unor locuri de **relaxare și reflecție**, unde fiecare arbore plantat devine un simbol al iubirii și respectului pentru cei dragi pierduți.

La început a fost site-ul, unde am pus 100 de povești de dor despre cei plecați, scrise de cei rămași în urmă. Apoi, poveștile au prins viață la **Lugoj**, în noiembrie 2022, unde am amenajat primul parc de mesteceni care șoptesc amintirile peste ani și ani. Dar peste tot, oamenii iubesc și peste tot oamenii se duc. Așadar, am primit tot mai multe cereri ca aceste parcuri-mărturie să ajungă peste tot. Proiectul nostru a continuat și în alte orașe: **Constanța, Oradea, Brașov, Tg. Mureș, București, Câmpulung Muscel**. În total, **750 de copaci-mărturie**, fiecare cu un cod QR care odată scanat duce pe site-ul dedicat - **plantatiinamintire.ro** - la povești de viață scrise cu mult drag și dor despre cei plecați dintre noi. Ultimele parcuri, la **Câmpulung Muscel, Tg. Mureș, Brașov, Constanța** și al doilea parc de la **București**, le-am inaugurat în **2024**, alături de toți cei care au optat să îi celebreze pe cei dragi ai lor prin VIAȚĂ și prin VERDE VIU.

Plantați în Amintire Câmpulung Muscel - **susținut de EON, Lidl și Leroy Merlin**

Plantați în Amintire București II - **susținut de EON, Lidl și Leroy Merlin**

Plantați în Amintire Tg. Mureș - **susținut de NEPI Rockcastle și Shopping City Tg. Mureș**

Plantați în Amintire Brașov - **susținut de Cosmopolit, Teleperformance, Dexion, Novaintermid, Blum și IBCargo**

Plantați în Amintire Constanța - **susținut de Rompetrol, Provident, Dayseaday Group**

pentru comunitate

A collection of small, horizontal, rectangular pieces of paper in various colors (orange, teal, black, yellow) scattered across the bottom left corner of the image.

PROIECTELE
CENTRULUI COMUNITAR

A collection of small, horizontal, rectangular pieces of paper in various colors (orange, teal, black, yellow) scattered across the bottom right corner of the image.



EDUCAȚIE e cuvântul care ne definește perfect diminețile de sâmbătă și duminică, la Centrul Comunitar. Alături de **50 copii din cartierul Ferentari** stăm serios pe teme la limba și literatura română, geografie, mate, engleză, franceză...Iar weekend-urile noastre sunt cu „Doamna, tre să facem azi 10 propoziții cu litera X și zece cu K”. Cu „Dar pot să mai stau la centru?”. Cu „Pot să vă îmbrățișez?”. Și cu multe gânduri împărtășite în pauzele alea bune cu joacă, ca între prieteni.

Proiectul nostru are la bază convingerea că un Centru Comunitar trebuie să aibă grijă de vecinii săi, așa s-a născut **Lecții de BINE**, un program dedicat copiilor aflați în situații vulnerabile. Alături de sponsorii noștri, am creat un cadru sigur și sprijinitor pentru dezvoltarea lor. Prin **activități de educație remedială, o masă caldă și o bursă lunară în valoare de 500 de lei**, venim în întâmpinarea nevoilor acestor copii, dar și ale familiilor lor. **Programul susține accesul la educație, reduce riscul de abandon școlar și contribuie la îmbunătățirea performanțelor școlare, cu condiția respectării participării regulate, promovării anului școlar și implicării active.** Astfel, de-a lungul anului ne-am adunat cu puștii noștri să descâlcim teme la vreo 66 de întâlniri. Pe lângă care se adaugă alte 21 de întâlniri pentru educație emoțională și încă vreo 4 pentru educație sexuală. Și-ar mai fi și cele peste 50 de ore de terapie individuală. Dar pe lângă învățat și iar învățat, s-a lăsat și cu ieșiri în afara Centrului. Cu cercetașii, la grădina urbană Yardinia, în două tabere la Straja și tot așa.

Totodată, în toamnă am organizat, împreună cu specialiștii de la Asociația Sanovan Servicii Medicale, o **caravană medicală** direct la Centru, pentru copii și familiile lor. S-au ivit, peste noapte, cabinete de pediatrie, oftalmologie și optometrie. Dar și de investigații imagistice, pentru ecografii abdomino-pelvine. Screening care ne-a confirmat că e mare nevoie de ochelari de vedere. Prin urmare, 20 din cei peste 45 de puști nu se mai întreabă azi de ce nu deslușesc mare lucru de pe tablă ori chiar din manuale...

În anul 2024, proiectul Lecții de BINE s-a desfășurat cu sprijinul **Coca-Cola HBC Romania** și **Denkemeyer Romania**, respectiv cu ajutorul **Sphera Group** începând cu luna septembrie și cu intrarea în anul școlar 2024-2025.

Un proiect susținut de



Coca-Cola HBC
Romania



Denne Meyer
The IP Group



SPHERA

KFC





Imaginează-ți că într-o dimineață te trezești și tot ce-ți era cunoscut până atunci nu mai există: casa, vecinii, drumul până la școală. Tot! Ce faci și încotro apuci? Cui îi spui cât de tare te doare? Așa au început să ajungă mamele și bunicile ucrainene la Centrul Comunitar Zi de BINE. Unele c-o valijoară, altele doar cu hainele de pe ele. Dar toate cu aceeași nevoie: să fie primite cu bunătate, să simtă că sunt în siguranță. Au găsit brațe care știu să aline și oameni care pot să asculte. În „Mica Ucraina”, locșorul lor liniștit din mijlocul furtunii..

La Centrul Comunitar Zi de Bine, refugiații ucraineni au găsit mai mult decât un spațiu sigur – au găsit un „acasă departe de casă”. În mijlocul incertitudinii și al durerii, activitățile Centrului le-au oferit taman acele instrumente de reconstrucție interioară. De la momentele de creație și reflecție, până la întâlnirile care le-au arătat că nu sunt singuri. Nici în **al treilea an** de restriște.

Peste **2.700 de ore de activități în 2024** - de la ateliere creative, terapie de grup, dans, yoga, până la întâlniri care au încheiat o comunitate - au transformat experiența refugiaților. Fiecare oră a fost o șansă de a-și întări legăturile, de a simți că pot găsi bucurie în lucrurile simple.

În jurul acestor experiențe, peste **700 de beneficiari unici** au găsit în ceilalți sprijin, în activități redescoperirea de sine și în comunitate un nou sens al apartenenței. Chiar dacă viața i-a dus departe de casă, au învățat că pot construi un spațiu interior și exterior în care să fie ascultați și înțeleși. Să meargă mai departe.

Centrul Comunitar Zi de Bine nu le-a fost doar un loc sigur, ci un spațiu în care viața a prins, iarăși, rădăcini. Au descoperit că pot fi acasă chiar și departe de casă.



Un proiect susținut de



Finante,

CUM ARATĂ
CONTABILITATEA

CUM ARATĂ CONTABILITATEA

PROIECTE STRATEGICE

Comunitatea 360	121,696
BINE cu mine	75,652
imPERFECT	99,768
NEpierdute	85,619
CREATIV	187,280
KIT	24,614
Plantați în Amintire (București II, Câmpulung)	119,426

Proiecte derulate în 2023 (Picături de BINE, Daruri pentru Viitor, Zi cu Zâmbet)	57,856
Booktruck (transfer container EON)	64,853

837.000 EURO

Centrul Comunitar & alte proiecte

Școala nr. 36	16,535
Lecții de Bine	134,392
Plantați în Amintire (Tg. Mureș)	54,155
Mica Ucraina	104,428
Loc de BINE	15,080
Cazuri medicale	13,468
Alte proiecte (Ardcel, Avatar)	18,086

356.000 EURO

ADMINISTRATIVE

Salarii
Fundraising
Cheltuieli Admin
Promovare (site, agentie, materiale)
Contabilitate + IT
Abonamente
Altele

144.000 EURO

TOTAL cheltuieli 2024

1.337.000 EURO

CUM ARATĂ CONTABILITATEA

Venituri din sponsorizări (persoane juridice)



1.050.000 euro

Venituri din donații persoane fizice (donatori sms, donatori individuali, donatori Plantati, Galantom, formular 230, altele)



120.000 euro

total venituri

1.170.000 EURO

total cheltuieli

837.000 euro



Cheltuieli aferente proiectelor strategice

356.000 euro



Cheltuieli aferente Centrului Comunitar Zi de BINE și altor proiecte

144.000 euro



Cheltuieli administrative Zi de Bine

2025

CE POȚI FACE TU

5 MOTIVE PENTRU CARE SĂ TE IMPLICI



Sărbătorești cu sens

Ai primit destule cadouri la viața ta?
Poți să faci din ziua ta de naștere o Zi de Bine
pentru cineva mai puțin norocos.



Promovezi anumite valori

Ești parte dintr-o comunitate formată
în jurul valorilor importante pentru tine.



Dai înapoi comunității

What goes around, comes around!
Hai că sigur știi... :)



Îți creșți motivația

E dovedit! Să faci un Bine cuiva e cel mai
mare Bine pe care poți să ți-l faci ție.
Încearcă!



Ești om de BINE

Noi avem o vorbă: E simplu să faci BINE!
Îți arătăm imediat cum.

7 METODE PRIN CARE POȚI SĂ TE IMPLICI SIMPLU ȘI USOR



SMS

Trimite sms cu mesajul "SUS" la 8845!
Donezi 2 Euro/lună și ajuți un om să se ridice!



CARD BANCAR

Donează online, pe site-ul
www.zidebine.ro, folosind cardul bancar.



TRANSFER BANCAR

Donează prin transfer bancar direct în conturile
asociației ZI DE BINE.



PAYPAL



PAGO

Donează folosind cardul bancar prin
PAYPAL sau PAGO.



REDIRECȚIONEAZĂ 3,5%

Intră pe site, completează online, descarcă și
trimite Formularul 230.



SPONSORIZARE

Descarcă de pe site contractul nostru
de sponsorizare.

multumim
,

Zi DE BINE