

WDZIĘCZNOŚĆ JEST CUDNYM UCZUCIEM, RÓWNYM MIŁOŚCI. RADOŚĆ MOŻE DAĆ  
SENS CAŁEMU ŻYCIU. ZACHWYTI! ZACHWYTI TO PIĘKNE UCZUCIE.  
KATARZYNA MILLER, PSYCHOTERAPEUTKA, AUTORKA KSIĄŻKI „NIE BÓJ SIĘ ŻYCIA”



## #akcja

## Podaruj jeden procent Szlachetnej Paczce

CHARYTATYWNIE

Każdego roku pomoc dociera do najbardziej potrzebujących rodzin w regionie. Jedną z największych akcji w kraju udaje się zorganizować właśnie dzięki 1 proc.

#Małgorzata Motor

W tym roku pomoc trafiła aż do 1000 rodzin na Podkarpaciu, a w całej Polsce do 20 tys. W akcję zaangażowała się tylko w naszym regionie aż pół tysiąca wolontariuszy. Zrealizowanie tak dużego projektu możliwe było właśnie z pieniędzy pochodzących z 1 proc. - Szlachetna Paczka to ogromne przedsięwzięcie. Nie udało się sprawnej przeprowadzić, gdyby wcześniej osoby odpowiedzialne za wszystkie kwestie związane z organizacją nie zostały odpowiednio przeszkolone. Pieniądże z 1 proc. trafiają m.in. właśnie na szkolenia dla wolontariuszy i materiały szkoleniowe, a także m.in. na umundurowanie i koszulki z logo Szlachetnej Paczki - mówi Katarzyna Bejster ze Stowarzyszenia WIOSNA, które organizuje Szlachetną Paczkę.

Nie jest to jedyny projekt realizowany przez stowarzyszenie. Pieniądże z 1 proc. przeznaczane są też m.in. na Akademię Przyszłości. Obecnie aż 150 wolontariuszy pomaga uczniom w naszym regionie. - Choć 1 proc. to tylko jedna z form wsparcia naszego stowarzyszenia, to jest ona dla nas bardzo kluczowa - podkreśla Bejster.

Darczyńcy mogą też wspierać działania stowarzyszenia, dołączając np. do Klubu Filantropa. Jest także możliwość wykupienia Pakietu Inwestora Społecznego Szlachetnej Paczki. - Wiele osób wciąż nie zdaje sobie sprawy z tego, że 1 proc. stanowi ważną część dochodów stowarzyszeń i fundacji, które organizują pomoc dla potrzebujących. Warto wspierać te działania. To nic nie kosztuje, a może sprawić, że pomoc dotrze do jeszcze większej liczby osób - zwraca uwagę K. Bejster. Przekazanie 1 proc. podatku jest bardzo proste. Wystarczy w odpowiedniej rubryce zeznania wpisać numer KRS wybranej organizacji i wskazać kwotę, którą podatek chce przekazać. W przypadku Stowarzyszenia WIOSNA należy wpisać: KRS 0000050905.

## Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej z nietypową ofertą

# „Gmina Kolbuszowa przyjazna rodzinie”. Trwają specjalne treningi

GMINA

Wybrana grupa mieszkańców uczy się, jak zarządzać domowym budżetem, zdrowo się odżywiać, a także jak wzmacniać więzi i komunikować się w rodzinie.

#Małgorzata Motor

- Mamy w sumie trzy treningi: kompetencji społecznych, ekonomicznych i profilaktyki zdrowotnej. Organizowane są dla 30 rodzin z dziećmi z terenu naszej gminy, które borykają się z różnymi problemami opiekuńczymi wychowawczymi. Chcielibyśmy im pomóc, stąd pomysłu na realizację projektu „Gmina Kolbuszowa przyjazna rodzinie” - tłumaczy Ewelina Guźda z MGOPS.

W spotkaniach uczestniczy jeden przedstawiciel danej rodziny zakwalifikowanej do projektu. - Na treningu ekonomicznym uczą się, jak zarządzać budżetem domowym. Nie sprawdzają się to jednak tylko do wykładu. W trakcie zajęć uczestnicy też ćwiczą, jak racjonalnie wydać swoje pieniądze - zwraca



Ośrodkowi pomocy społecznej w Kolbuszowej na realizację projektu udało się zdobyć ok. 76 tys. zł z Unii

uwagę Ewelina Guźda. Sporym zainteresowaniem cieszy się trening kompetencji społecznych, który prowadzi psycholog. Podpowiada, jak rozmawiać i wzmacniać więzi rodzinne. Z kolei podczas treningu zdrowotnego mieszkańcy spotykają się z pielęgniarką środowiskową. Mogą dowiedzieć się m.in. o tym,

jak działa służba zdrowia, jak zmienić lekarza rodzinnego czy zdrowo się odżywiać.

- Wydawałoby się, że to podstawowa wiedza, którą posiada już każdy, tymczasem niektórzy uczestnicy projektu takiej wiedzy wcześniej nie mieli. Bardzo więc chwalą te treningi, bo zdobywają informacje, które mogą

im się przydać na co dzień - mówi E. Guźda. W ramach projektu powstała też grupa wsparcia. Kilka rodzin może również liczyć na pomoc asystenta rodziny. Z kolei w czasie wakacji odbędzie się wyjazd integracyjny dla całych rodzin, podczas którego nauczą się, jak m.in. wspólnie spędzać wolny czas.

## W województwie podkarpackim coraz więcej pań stawia na własny biznes

PRACA

W PUP na Podkarpaciu liczba bezrobotnych pań zmniejszyła się przez rok o ponad 7,5 tys., a w pow. kolbuszowskim o prawie 200! Niektóre postanowiły otworzyć firmę.

#Małgorzata Motor

O tym, że podkarpackie kobiety nie boją się stawiać na własny biznes, widać już w Akademickich Inkubatorach Przedsiębiorczości. Tutaj pod okiem fachowców otwierają firmy i testują swoje pomysły na biznes, by później prowadzić je już samodzielnie na otwartym rynku.

- W AIP przy Wyższej Szkole Informatyki i Zarządzania w Rzeszowie również jest coraz więcej kobiet. Można śmiało powiedzieć, że zaczynają nawet dominować nad mężczyznami - przy-

## #to ważne

Przybywa kobiet, które stawiają na własny biznes. Wciąż jednak są województwa, w których takich pań jest znacznie więcej.

Dominik Łazarz,  
ekonomista z WSiZ

znaje Dominik Łazarz, ekonomista z WSiZ.

Są też kobiety, które decydują się na własny biznes dopiero po zdobyciu doświadczenia w branży, w której chcą działać. Część pań zdobywa niezbędną wiedzę i umiejętności na stażu, a niektórym wystarczy ukończenie odpowiedniego szkolenia organizowanego np. przez urząd

pracy. Na otwarcie własnej działalności gospodarczej decydują się również panie, które przez wiele lat były na bezrobociu. - Te kobiety mogą sięgnąć nawet po bezwrotną dotację na otwarcie firmy. I chętnie korzystają z tej możliwości - podkreśla Dominik Łazarz. Z kolei dla kobiet, które wciąż mają wątpliwości, by zdecydować się na taki krok, organizowane są różne akcje i konferencje. Głównie po to, by je zmotywować. Pod koniec ub. roku wystartowała w tym celu m.in. ogólnopolska kampania #StaćMnieNaSukces. Powstała też specjalna strona internetowa: www.sukcestoza.pl. Każda kobieta może tutaj bezpłatnie skorzystać z różnych kursów online i dowiedzieć się jak np. stworzyć biznes dopasowany do osobowości i pasji lub sprzedawać i promować firmę na Facebooku czy Instagramie.

## Do gminy Kolbuszowa mogą przyjechać eksperci z Team Europe

EDUKACJA

Konferencje, debaty, szkolenia dla młodzieży, seniorów czy pań z kół gospodyń wiejskich. Zespół ekspertów Team Europe poprowadzi dla mieszkańców zupełnie bezpłatnie.

#Małgorzata Motor

Team Europe to narodowy zespół ekspertów. Działa w każdym kraju UE, również w Polsce. Jego działalność koordynuje Przedstawicielstwo Komisji Europejskiej. Zespół tworzą eksperci z różnych środowisk. Są w stanie wyjaśnić różnym mieszkańcom w prosty sposób różne najbardziej zawile sprawy. - Mogą przyjechać na zaproszenie społeczników, seniorów, młodzieży, a nawet pań z KGW. Nie ma tutaj żadnych ograniczeń. Zajmują się różnymi tematami, bo np. związanymi ze smogiem, ochroną środowiska, bezpie-

czeństwem w sieci czy ochroną danych osobowych - mówi Ewa Nowak-Koprowicz z Punktu Informacji Europejskiej Europe Direct - Rzeszów przy WSiZ.

Wszelkie koszty związane z wizytą, czyli noclegami i przeprowadzeniem szkolenia pokrywa Przedstawicielstwo Komisji Europejskiej. - Dla mieszkańców coraz częściej organizowane są różne konferencje, debaty, szkolenia i to nawet w nie-

wielkich miejscowościach. Team Europe jest odpowiedzialny na to zapotrzebowanie, a dla samych organizatorów tych wydarzeń sporym ułatwieniem. Nie tylko nie muszą pokrywać kosztów. Zapraszając ekspertów Team Europe, nadają automatycznie wydarzeniu większą rangę - zwraca uwagę E. Nowak-Koprowicz. Więcej na: pdf.euractiv.pl/view/ea\_team\_europe\_11\_2017\_08.pdf.



Team Europe prowadzi między innymi szkolenia