

Szakmai beszámoló a 2024. évi Aktív időskort támogató projekthez

Alapítványunk, hosszú évek óta nagy gondot fordít az idős korosztály számára megfelelő mozgásos programok szervezésére. Ennek érdekében 2003 óta folyamatosan bérelünk termeket az Óbudai Kulturális Központtól, nevezetesen az OKK San Marco utcai egységtől, a Békásmegyeri Községi Háztól és a Csillaghegyi Községi Háztól. Mindhárom helyen heti rendszerességgel összesen 9 óra időterjedelemben tartunk az óbudai idős korosztály számára gerinctorna alapokon nyugvó, állapot megőrző, szerencsés helyzetben mozgást és koordinációt javító tornákat. A viszonylag magas óraszám lehetőséget ad arra, hogy korcsoport, mozgékonyág, esetleges egészségi problémák szerint tudjuk a csoportok között különbséget tenni. Mivel idős emberekről beszélünk a megközelíthetőség is rendkívül fontos szempont a résztvevőink számára. A három helyszín ezt az igényt igyekszik kielégíteni. Arra törekszünk, hogy az idős emberek rendszeresen részt tudjanak venni a tornákon, hiszen ez jelenti számukra a szinten tartási illetve a fejlődés lehetőségét.

A pályázati projekt, illetve a tevékenységünk során törekszünk a hosszú távon való fenttartásra, mivel ennek látjuk a pozitív hatását illetve ez nyújt bizonyos féle előnyöket a résztvevőink számára, mivel a rendszeres mozgáson túl az idős emberek elszigeteltségét, elmagányosodását is csökkenti, ezért mentálisan is sok pozitívummal jár, mivel kapcsolatok, barátságok épülnek a foglalkozások során.

A pályázattal kapcsolatos tevékenységünkkel kapcsolatban a három helyszínen 5200.- Ft/óra, 5000.- Ft/óra illetve 4900.- Ft/óra terembérleti díj ellenében tudunk a foglalkozások megtartására termet bérelni, számunkra ez egy igen jelentős költség, ezért december folyamán kértük, hogy a támogatás nagyon jelentős részért a terembér költségeinkre fordíthassuk munkabér és járuléka helyett. Ezen kívül a bankköltséggel és a honlapunk fenntartásával kapcsolatos költségekkel tudunk elszámolni, mivel ezek a költségek teljes egészében és dokumentálható módon a projekthez kapcsolódnak. A tevékenységünkhöz kapcsolódó munkákat önkéntes közreműködők segítségével oldjuk meg. Ezen költségeink kizárólag a projekt megvalósítása során merültek fel.

A csoportjainkat több kevesebb rendszerességgel kb. 150 fő látogatja. Ki-kik igénye és lehetősége szerint heti egy illetve két alkalommal, van aki kétheti rendszerességgel érkezik a tornánkra. Ez összességében éves szinten kb. 5500 főt jelent.

A költségeink alátámasztására mellékelten beadjuk a 2024.évi könyvelésünkből kivett terembér összesítést, ami 1.650.200.- Ft volt, bár néhány decemberi számlát még nem tartalmaz. Tehát összességében még valamivel ennél is több lenne a végeredmény, de annak kiegyenlítése már januárban történt.

A fentiek figyelembevételével kérem, hogy szíveskedjenek a 2024.évi elszámolásunkat elfogadni. A továbbiakban is folytatjuk a munkánkat, hiszen a résztvevőink számítanak a munkánkra, evvel is javítva az idős korosztály életminőségét.

Budapest, 2025. január 26.

Mozdgi, hogy mozdulni
tudj és évesen is majd
Alapítvány
1037 Budapest, Mécsvirág u. 21100/4.
Adószám: 18003424-1-41
Nándori Éva



A másolat az eredetivel
mindenképpen egyező, hiteles.

2025. 02. 22

Vandik

Mozsgaj. honl.
tudj.
1027. Budapest
Központi Könyvtár
1027. Budapest
Központi Könyvtár