



Maciej BRZOSTEK | Patryk KOSTELECKI

TRENING DLA DZIECI ZE SPEKTRUM AUTYZMU I ZESPOŁEM ASPERGERA

KUŹNIA NIEBIESKICH TALENTÓW

Difin

**TRENING DLA DZIECI
ZE SPEKTRUM AUTYZMU
I ZESPOŁEM ASPERGERA**

Maciej BRZOSTEK | Patryk KOSTELECKI

TRENING DLA DZIECI ZE SPEKTRUM AUTYZMU I ZESPOŁEM ASPERGERA

KUŹNIA NIEBIESKICH TALENTÓW

Difin

Copyright © by Stowarzyszenie Brzostek Top Team
Warszawa 2023

Wszelkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie, przedrukowywanie i rozpowszechnianie całości lub fragmentów niniejszej pracy bez zgody wydawcy zabronione.

Książka ta jest dziełem twórcy i wydawcy. Prosimy, abyś przestrzegał praw, jakie im przysługują. Jej zawartość możesz udostępnić nieodpłatnie osobom bliskim lub osobiście znanym, ale nie publikuj jej w internecie. Jeśli cytujesz jej fragmenty, nie zmieniaj ich treści i koniecznie zaznacz, czyje to dzieło, a kopiując jej część, rób to jedynie na użytek osobisty. Szanujmy cudzą własność i prawo.

Wydanie pierwsze

Redaktor prowadząca
Iwona Kuc

Projekt okładki
WAŻKA Łukasz Piotrowski

ISBN 978-83-8270-263-7

Difin Sp. z o.o.
Warszawa 2023
00-768 Warszawa, ul. F. Kostrzewskiego 1
tel. 22 851 45 61, 22 851 45 62
Księgarnia internetowa Difin: www.ksiegarnia.difin.pl
Skład i łamanie: WAŻKA Łukasz Piotrowski
Wydrukowano w Polsce

SPIS TREŚCI

1	Kuźnia Niebieskich Talentów – metodyka prowadzenia zajęć	7
2	Fundraising. Jak się za to zabrać, aby zamienić cel na rezultaty?	37
3	Energia a realizacja celów zrównoważonego rozwoju	78

1

KUŹNIA NIEBIESKICH TALENTÓW – METODYKA PROWADZENIA ZAJĘĆ

W klubie jestem nieco ponad rok i mam świetną relację z panią menadżer Lucyną i z panem trenerem Maciejem. Niemniej jednak ci ludzie zaskakują mnie praktycznie za każdym razem, oczywiście pozytywnie. Przed rozpoczęciem pisania tej części książki przyglądałem się dokładniej treningom z dziećmi, tak aby, zanim zacznę przelewać to na papier, móc lepiej zrozumieć cały proces. Wnioski po tym były jednoznaczne: ilość miłości, która wkładana jest w te treningi i w to miejsce, jest niemierzalna. Na środek sali wychodzi ponad 100-kilogramowy mężczyzna, który nocą, w ciemnej uliczce, spowodowałby, że większość z nas myślałaby o ucieczce – zaczyna mówić do dzieci i prowadzić trening. To moment, w którym zrozumiałem, że to jest ponad 100 kilogramów miłości, cierpliwości i empatii do tych istot. Więż, która jest zauważalna między trenerem a dziećmi, jest tak wyjątkowa, że to naprawdę trzeba zobaczyć, aby można było to poczuć. Pani menadżer żyje tym miejscem i tymi dziećmi, widziałem na jej twarzy, w tym miejscu już wszystkie emocje: radość, smutek i złość. Uśmiech i łzy. Oddanie sprawie całą sobą. Przyjdź, zobacz, zrozumiesz.

Autyzm ma różne oblicza, ponieważ jest w spektrum zaburzeń neurologicznych. Autyzm przejawia się w różnych stopniach nasilenia i objawach. Nie ma jednego typowego obrazu autyzmu. Każda osoba w spektrum ma indywidualne cechy i potrzeby.

Ważne: zrozumieć, że każda osoba w spektrum autyzmu jest unikalna i zasługuje na pełne zrozumienie, wsparcie i szacunek. Dlatego potrzeba szerokiej świadomości społecznej na temat różnorodności autyzmu i promowania autyzmu w społeczeństwie.

TRENING DLA DZIECI ZE SPEKTRUM AUTYZMU I ZESPOŁEM ASPERGERA

Rozgrzewka

Trening prowadzony jest przez dwóch trenerów. Nad wszystkim czuwa psycholog. Liczba dzieci na każdym treningu to maksymalnie dziesięć osób ze względu na bezpieczeństwo oraz ich rozwój. Przy większej liczbie uczestników mogłoby pojawić się problem z utrzymaniem wśród nich dyscypliny.

WCZESNA INTERWENCJA W PRACY Z DZIEĆMI W SPEKTRUM AUTYZMU

Wczesna interwencja odgrywa kluczową rolę w pracy z osobami z autyzmem. Im wcześniej rozpocznie się terapia i wsparcie, tym większe są szanse na rozwój pełnego potencjału dziecka.

- 1. Wczesne rozpoznanie pomaga w rozpoczęciu interwencji.**
- 2. Indywidualny program terapeutyczny.**
- 3. Terapia oparta na Stosowanej Analizie**

Zachowania – należy skoncentrować się na rozwijaniu deficytowych umiejętności i redukowaniu zachowań problematycznych.

Każde dziecko otrzymuje książeczkę małego wojownika, a po każdym treningu naklejkę bokserską, która jest umieszczana w tej książeczce. Za uzbieranie określonej liczby naklejek dzieci otrzymują prezent. Jest to dla nich motywacja, aby przychodzić na treningi i do starania się, aby ten trening był

dobrze zrobiony. Oprócz tego, za każde dobrze wykonane ćwiczenie dzieci nagradzane są zwykłymi naklejkami na koszulki, co dodatkowo motywuje je w trakcie treningu oraz daje im ogromną radość. Pokazuje to im, że trening jest robiony dobrze i idzie w dobrą stronę. Podopieczni są doceniani. Dzieci, które uciekają, nie słuchają się, przeszkadzają nie otrzymują naklejek. Jest to symboliczna „kara”, która daje im okazję do poprawy, poprzez chęć zdobycia naklejki. Jest to praktyka stosowana podczas pracy z mniejszymi dziećmi (powyżej 10–11. roku życia takie praktyki nie są stosowane). Niektóre dzieci niechętnie wykonują ćwiczenia, jednak w momencie, gdy wykonają pierwsze ćwiczenie poprawnie i otrzymają naklejkę, od razu widać w nich motywację do dalszej pracy. Nagroda w formie naklejki wiele dla nich znaczy.

TRUDNOŚCI W NAŚLADOWANIU

Osoby z autyzmem mogą mieć trudności w naśladowaniu, co jest jednym z deficytów społecznych, charakterystycznych dla tego typu zaburzenia. Naśladowanie odgrywa istotną rolę w rozwoju społecznym, ponieważ umożliwia uczenie się poprzez obserwacje i naśladowanie innych ludzi.

Największym problemem dzieci ze spektrum jest brak umiejętności koncentracji, a także naśladowania ruchów osoby, która coś pokazuje. Nam udało się dojść do tego etapu, w którym nasi podopieczni faktycznie wykonują te ćwiczenia. W zależności od poziomu zaburzeń efekt jest mniejszy lub większy, ale bardzo cieszy nas fakt, że te ćwiczenia przynoszą efekty. Oczywiście przy każdym ćwiczeniu dochodzi do sytuacji, w której dane dziecko go nie wykonuje: ma swój problem, który trzeba rozwiązać. W takim momencie psycholog bierze podopiecznego na bok i korzystając ze swojej wiedzy i doświadczenia, próbuje przekonać dziecko do powrotu do treningu. Jeżeli pojawia się duży opór, dziecko siada z rodzicami i wraca na salę w momencie, w którym rozpoczyna się nowe ćwiczenie lub wtedy, kiedy będzie

już na to gotowe. Nie każdy jest w stanie wykonać każde ćwiczenie. Nawet przy sprintach niektóre dzieci nie biorą udziału. Trenerzy muszą słuchać swoich podopiecznych, ponieważ naciskając na nich, gdy mają słabszy dzień, spowodują oni, że dzieci nie będą w stanie wykonywać danego ćwiczenia poprawnie i tylko się do niego zniechęcą.

Po każdym ćwiczeniu na hasło „zbieramy sprzęt” dzieci zbierają i oddają trenerom sprzęt, który był używany. Dzieci robią to bardzo chętnie i traktują tę czynność jako dobrą zabawę. Uczy ich to przy okazji, że po zabawie należy posprzątać.

Po treningach trenerzy otrzymują informację zwrotną od rodziców. Dzięki temu dowiadują się, że opiekunowie korzystają ze stosowanych podczas ćwiczeń metod w swoich domach, co bardzo dobrze wpływa na rozwój ich dzieci. Powtarzalność ruchów, powtarzalność słów pozytywnie działa na rozwój dzieci ze spektrum.

WSPARCIE DLA RODZIN OSÓB W SPEKTRUM AUTYZMU

Wsparcie dla rodzin z dzieckiem z autyzmem odgrywa istotną rolę w zapewnianiu skutecznej opieki i wszechstronnego rozwoju dziecka. Ważne aspekty wsparcia dla rodziny:

1. Edukacja i informacja
2. Terapia rodzinna
3. Grupy wsparcia dla rodziców
4. Wsparcie psychologiczne
5. Dostęp do zasobów i usług

Wsparcie dla rodziny jest niezwykle istotne, ponieważ pomaga im radzić sobie z wyzwaniami związanymi z autyzmem i tworzyć środowisko sprzyjające rozwojowi dziecka.

Praca z dziećmi z zaburzeniami wymaga ogromnej cierpliwości, ponieważ kluczem do sukcesu jest w tym przypadku powtarzalność. Całość pracy musi

być wykonywana z dobrego i otwartego serca: dzieci otwierają się dopiero wtedy, kiedy opiekun sam to robi i okazuje im dużo cierpliwości i troski. Tak buduje się więź z podopiecznym. Dzięki temu dzieci mają szacunek do treningu i wykonywanych ćwiczeń. Każdy trener od początku swojej pracy musiał sobie wywalczyć szacunek i posłuch u podopiecznych.

Ćwiczeń zazwyczaj jest 5, wykonywanych po 5 razy (w zależności od stanu i formy psychicznej dzieci).

Trening rozpoczyna się od hasła „zbiórka”, które wykrzykuje trener. Wtedy padają słowa klucz „ustawiamy się” – dzieci najlepiej na to reagują, same wiedzą, co mają zrobić i w jakim miejscu ustawić się do kolejnego ćwiczenia. Oczywiście wymaga to pracy nad dyscypliną: żeby można było wprowadzić takie nawyki wśród dzieci. Jest to natomiast bardzo skuteczne i dzieci odpowiednio na to reagują.

WSPARCIE DLA RODZIN OSÓB W SPEKTRUM AUTYZMU

Wsparcie dla rodzin z dzieckiem z autyzmem odgrywa istotną rolę w zapewnianiu skutecznej opieki i wszechstronnego rozwoju dziecka. Ważne aspekty wsparcia dla rodziny:

1. Edukacja i informacja
2. Terapia rodzinna
3. Grupy wsparcia dla rodziców
4. Wsparcie psychologiczne
5. Dostęp do zasobów i usług

Wsparcie dla rodziny jest niezwykle istotne, ponieważ pomaga im radzić sobie z wyzwaniami związanymi z autyzmem i tworzyć środowisko sprzyjające rozwojowi dziecka.

Autyzm można diagnozować we wczesnym dzieciństwie. Jego diagnoza opiera się na obserwacji zachowań i objawów, a także na wywiadzie z rodziną i badaniu rozwoju dziecka. Ważne, aby rozpocząć proces diagnostyczny jak najwcześniej, aby zapewnić dziecku wsparcie i interwencję

w celu maksymalizacji jego potencjału rozwojowego. Wczesna diagnoza i interwencja mogą być kluczowe dla zapewnienia odpowiednich programów terapeutycznych i edukacyjnych, które pomagają w rozwoju umiejętności społecznych, komunikacyjnych i adaptacyjnych.

Kolejnym etapem jest przeprowadzenie pięciominutowej rozgrzewki. Ćwiczenia są bardzo proste, jednak nadal ważna jest dyscyplina wśród dzieci. Jeden z trenerów głośno mówi, jakie ćwiczenie będzie wykonywane, drugi natomiast wykonuje je razem z dziećmi. Obok trenera zawsze stoi psycholog, który reaguje na każde alarmujące zachowanie dzieci: po to, abyśmy mogli je korygować i zwracać dzieciom uwagę. Pierwszą czynnością jest bieg dookoła sali powolnym truchtem. Następuje wtedy przejście do uderzeń piętami o posładki. Jest to bardzo proste ćwiczenie, które dzieci wykonują dosyć sprawnie. Choć wszystko zależy od stopnia zaburzenia danego dziecka, niektórzy podopieczni nie reagują na kontakt ze światem zewnętrznym i wtedy potrzebna jest pomoc. Trenerzy korzystają wówczas na przykład z pomocy rodziców, którzy biegają przy swoich dzieciach w trakcie rozgrzewki. Kolejnym ćwiczeniem jest wysokie unoszenie kolan, następne bardzo proste ćwiczenie. Rozgrzewka nie jest typową rozgrzewką przygotowaną „pod sam trening”. Jest to sposób na nauczenie dzieci dyscypliny, który przynosi naprawdę dobre efekty. Rezultaty te można wykorzystywać w trakcie samego treningu. Dzieci uczą się dyscypliny i współpracy, zaczynają biegać jedno za drugim. Ćwiczenia mogą wydawać się bardzo proste, jednak przy pracy z dziećmi z zaburzeniami nic nie jest proste. Dalsze ćwiczenia to podskoki na sygnał trenera, wymachy rąk do przodu, do tyłu. Później następuje przejście do marszu i do krążenia głową. Wszystko to ma na celu nie zmęczenie dzieci, a wprowadzenie wśród nich dyscypliny: po to, aby nasi podopieczni zrozumieli, że są już na zajęciach.



CZY MOŻNA WYLECZYĆ AUTYZM?

Nie istnieje znana metoda leczenia, która w pełni wyleczy osobę z autyzmu. Nie ma lekarstwa na autyzm, ale istnieją terapie, które mogą pomóc w rozwoju i w codziennym funkcjonowaniu. Przykładem jest terapia behawioralna lub inaczej – Stosowana Analiza Zachowania, która może znacząco pomóc w rozwoju osoby w spektrum autyzmu. Ważne, aby zawsze wybierać terapie oparte na wynikach naukowych.

ĆWICZENIA NA KONCENTRACJĘ

Trenerzy ustawiają dwa pachołki, po jednej i po drugiej stronie sali, aby uczestnicy treningu mieli punkt odniesienia i wiedzieli, gdzie mają biec, gdzie jest ich tor biegu. Jeden z trenerów stoi na jednym końcu trasy, drugi na drugim. Psycholog, w zależności od sytuacji, podchodzi do dzieci, które nie reagują czy przeszkadzają lub stoi z boku i kontroluje wszystkie zachowania dla bezpieczeństwa maluchów. Na sygnał „uwaga HOP!” dzieci biegną sprintem do trenera, przybijając mu „piątkę” na końcu trasy.

W zależności od zaburzenia trzeba zwrócić uwagę na dzieci, które są mniej skupione. Jeżeli dzieci spóźniają się z ruszeniem po sygnale „uwaga HOP”, należy bardziej zwrócić na nie uwagę, aby patrzyły na trenera i na jego rękę. Czasem trzeba zawołać je po imieniu, jednak czasem i to nie pomaga, gdy zaburzenie podopiecznego jest silne. Niestety zaburzenia, na które cierpią, powodują, że bardzo łatwo jest je rozproszyć i podczas biegu rozglądają się one na boki, co stwarza niebezpieczeństwo dla nich i dla innych uczestników treningu. Dlatego to ćwiczenie jest ważne, ponieważ uczy je koncentracji. Jeżeli dzieci biegną do przodu, to muszą się w tym kierunku patrzeć, aby zachować bezpieczeństwo.

Takich sprintów należy wykonać dziesięć. Po zakończeniu tego ćwiczenia dzieci otrzymują naklejki. Po każdym ćwiczeniu pada hasło „Koniec, przerwa”, aby dzieci mogły się przygotować do kolejnego zadania.

ŚLALOM POMIĘDZY PACHOŁKAMI

Układanych jest 10–12 pachołków w zależności od układu i długości toru na sali. Jeden trener stoi na samym początku trasy, z psychologiem i dziećmi, drugi natomiast na jej końcu, wyznaczając koniec trasy oraz ćwiczenia. Na koniec ćwiczenia podopieczny przybija trenerowi „piątkę”.

Nawiązując do przybijania „piątek” po zakończonym ćwiczeniu nie jest to bezcelowe. Większość dzieci ze spektrum autyzmu i z zespołem Aspergera ma problemy z kontaktem fizycznym z drugim człowiekiem, więc jest to forma wprowadzania, przyzwyczajania podopiecznego do kontaktu fizycznego,

dotyku i interakcji z inną osobą. Jednocześnie buduje się w ten sposób relację między dziećmi a trenerami – podopieczni nabierają do nich zaufania.

Wracając do ćwiczenia, tak jak w każdym przypadku niektóre dzieci wykonują to ćwiczenie niepoprawnie, biegając na sztywnych nogach. Niektórym ciężko się zatrzymać, gdy nabiorą rozpędu. Inni z kolei po prostu potykają się o pacholki. W takim przypadku zatrzymuje się zabawę ze względów bezpieczeństwa. Dziecko jest wówczas instruowane w taki sposób, by poprawiło pacholek, co uczy je dyscypliny i nawyku poprawiania czegoś, gdy to się zepsuje. Trener, który stoi przy dzieciach, daje sygnał, w którym momencie mają one wybiec – to jest faza pierwsza. Później dzieci powinny reagować same, powinny wiedzieć, kiedy mają wybiec. Psycholog cały czas nadzoruje, czy zachowują one dyscyplinę.

Gdy dzieci zaczynają opanowywać sam bieg, następuje przejście do fazy drugiej, która koncertuje się na elementach skupienia wśród dzieci. Znacznik jest ustawiany w połowie dystansu. Dziecko, które stoi pierwsze, rozpoczyna bieg. Zadaniem następnego w kolejce uczestnika zabawy jest obserwacja osoby, która biegnie przed nim. Jeżeli ta osoba mija znacznik, jest to sygnał dla niego, że teraz przyszła jego kolej na wykonanie ćwiczenia. Nie ma sygnału werbalnego, jest tylko obserwacja, która wymaga od dziecka koncentracji: aby wiedziało ono, kiedy ma wyruszyć. Jest to proste ćwiczenie, ale bardzo pomaga przy pracy nad koncentracją podopiecznych ze spektrum. Takie dzieci bardzo łatwo się rozpraszają, dlatego praca nad koncentracją jest w ich przypadku niezwykle ważna. Powtarzalność natomiast jest dla nich kluczem do sukcesów i oczekiwanego efektu. Powoduje ona, że dzieci zaczynają się uczyć, dzięki czemu rozwijają swój umysł i ciało. Dzieci ze spektrum mają problem z naśladowaniem ruchu, dlatego powtarzalność ma wśród nich tak duże znaczenie. Dzięki tej umiejętności dzieci wiedzą, czego się spodziewać, a to sprawia, że łatwiej jest im się uczyć.

Niektóre osoby w spektrum mają trudności związane z jedzeniem i zaburzeniami odżywiania, które mogą obejmować wybiórczość żywieniową, oporność na pewne smaki, tekstury czy kolory produktów. Preferencje te mogą być związane z nadwrażliwością sensoryczną. Zaburzenia odżywiania mogą prowadzić do problemów zdrowotnych. Właśnie dlatego ważne jest odpowiednie wsparcie i opieka.

U niektórych osób w spektrum mogą występować bardzo poważne, niebezpieczne zachowania, takie jak agresja i autoagresja. Oto kilka czynników, które mogą przyczyniać się do tego typu zachowań:

- 1. Trudności w komunikacji – w wyrażaniu swoich potrzeb, emocji i frustracji w sposób werbalny. Może to doprowadzać do złości i do manifestowania jej za pomocą agresywnych zachowań.*
- 2. Nadwrażliwość sensoryczna – na dźwięk, światło, dotyk czy zapach. Te negatywne doznania mogą doprowadzić do agresji będącej formą samoobrony.*
- 3. Trudności w regulacji emocji.*
- 4. Zmiany rutyn i przewidywalność.*
- 5. Trudności w rozumieniu społecznych sygnałów.*

RZUT PIŁKĄ O ŚCIANĘ

Dzieci ustawiają się w jednej linii 2–3 metry od ściany. Punktem odniesienia są dwa pacholki, które wyznaczają linię. Na sygnał piłka jest rzucana o ścianę. Wykorzystywane są do tego piłki do tenisa. Zadanie polega na rzucaniu ich o ścianę i na usiłowaniu schwywania w dłonie wracających piłek. Jeżeli piłka ucieknie, trzeba ją oczywiście gonić. Nie trzeba łapać swojej piłki, można złapać dowolną, która leci w danym kierunku. To ćwiczenie na początku przysparzało sporo problemów. Dzieci się gubiły, nie wiedziały, którą piłkę złapać i czy nie oddać jej komuś innemu. Po kilku treningach wszystko się unormowało. Zaczęła się dobra zabawa i poprawne wykonywanie ćwiczenia. Zadanie to uczy nie tylko koncentracji, ale także współpracy. Trzeba uzbroić się w cierpliwość, ponieważ potrzeba trochę czasu, aby dzieci weszły w odpowiedni tryb i opanowały zadane im ćwiczenie.

PRZEKAZYWANIE SOBIE PIŁKI

Należy ustawić kółka treningowe na podłodze w okręgu, w dwu- lub trzymetrowych odstępach od siebie. Ćwiczenie polega na przekazywaniu sobie piłki

między uczestnikami. Wymaga ono skupienia, aby dziecko wiedziało, gdzie obecnie znajduje się piłka i jakie jest jej położenie w momencie jej przekazania.

Ustawiamy kółka w odległości metra od siebie, po kwadracie. Zadaniem dzieci jest podbiec na sygnał „hop” do dziecka, które stoi w kółku i przekazać mu piłkę.

Punktem odniesienia jest czas. Celem natomiast jest bicie rekordów. Dzieci mają trzy próby, aby zrobić jak najwięcej „przekazań” piłki w określonym przez nas trenerów czasie. Można zauważyć, że daje to dzieciom dobrą zabawę. Uczy ich koncentracji, szybkości ruchu, a także pracy zespołowej. Podczas ćwiczeń zauważyliśmy, że dużo więcej radości pojawiło się wtedy, gdy piłkę zamieniliśmy na świnkę skarbonkę. Ta zamiana dodała dzieciom więcej uśmiechu i motywacji do pracy, aby bić rekordy. Nagrodą za dobre wykonanie ćwiczenia jest wspólna zabawa, w trakcie której trener zaczyna gonić dzieci, próbując odebrać im świnkę – oczywiście nigdy do tego nie dochodzi. Jest to niesamowita zabawa, podczas której dzieci zaczynają współpracować między sobą oraz być skoncentrowane, bo nie mogą dać się złapać. Bodziec jest wtedy podwójny.



RZUT PIŁKĄ DO WIADRA

To kolejna czynność, która bardzo dobrze uczy skupienia. Należy ustawić dzieci w rzędzie, jedno za drugim. Jeden z trenerów podaje dzieciom piłkę. Na sygnał „hop” trzeba wrzucić piłkę do wiadra. Wymagana jest wtedy duża koncentracja. Dzieci wywoływane są po imieniu przez trenera, co dalej buduje więź. Piłka rzucona jest od dołu do wiadra, co wiąże się z koniecznością skupienia ze strony dziecka. Po rzucie dziecko wraca na koniec kolejki. Gdy wszyscy już rzuca, trener robi krok do tyłu z wiadrem. Powoduje to utrudnienie i zwiększa potrzebę koncentracji. Należy to powtórzyć czterokrotnie. Trener oczywiście pomaga dzieciom, przesuując trochę wiadro podczas rzutu. Każde trafienie daje uczestnikom ćwiczeń ogromną radość. W ten sposób praca łączy się z zabawą.

ZBIERANIE RĘKAWIC DO WORKA

Kolejne ćwiczenie to zbieranie rękawic do worka. Dzieci stają w linii i na sygnał „hop” pierwsze w kolejności dziecko biegnie na koniec sali po rękawicę, po czym wraca z tą jedną rękawicą i wkłada ją do worka – jest to sygnał dla następnego dziecka informujący je o tym, że może ruszyć po kolejną rękawicę. Jest to trening na koncentrację, ponieważ każdy uczestnik zabawy musi być skupiony na tym, kiedy jego poprzednik włoży rękawicę do worka.

BOKS NA WORKU

Dzieci stają w linii i przez 10 sekund uderzają w worek. Po 10 sekundach przechodzą na koniec kolejki. Należy wykonać 5 powtórzeń. Nałożenie rękawic powoduje to, że dzieci czują się coraz lepiej i pewniej. Ich technika i wytrzymałość zwiększa się wraz z każdymi kolejnymi zajęciami.

TECHNIKA BOKSERSKA PRZED LUSTREM

W tym przypadku starsze dzieci wykonują zadanie lepiej niż małe dzieci. Trenerzy powoli to wprowadzają. Nasi podopieczni mają problem z naśladowaniem ruchów. Jednak konsekwencja i systematyczność powodują, że dzieci zaczynają powtarzać ruchy po trenerze.

Zadanie to opiera się na pracy polegającej na wzajemnej relacji. Dzieci nawiązują kontakt i obserwują zachowanie swojego partnera w ćwiczeniu.

Ćwiczenie wykonywane jest w parze. Polega na tym, że dwójka dzieci ustawiona jest na przeciwległych końcach sali i na hasło „hop” jedno z dzieci biegnie z rękawicą do oznaczonego pachółkiem środka pomieszczenia. Dziecko będące na drugiej stronie sali rozpoczyna bieg dopiero w momencie, w którym to pierwsze wyciągnie rękę na znak czekania – rusza wtedy w kierunku środka pomieszczenia i odbiera od drugiego uczestnika zabawy rękawice, po czym wspólnie wracają na swoje miejsce.

TRUDNOŚCI W ZACHOWANIACH SPOŁECZNYCH

Autyzm to zaburzenie, które często powoduje trudności w nawiązywaniu i utrzymaniu relacji społecznych. Osoby z autyzmem mogą mieć trudności z interpretacją mowy ciała, ekspresji emocji oraz w nawiązywaniu kontaktu wzrokowego. Przy czym nie wszystkie osoby z autyzmem mają trudności w relacjach społecznych w takim samym stopniu. Pomimo tego czasami mogą one potrzebować dodatkowego wsparcia i zrozumienia.

ZBIERANIE RĘKAWIC DO KÓŁKA

Dzieci należy ustawić w linii na jednym końcu sali. Rękawice leżą na końcu pomieszczenia. Dzieci mają na celu dobiec do rękawic tak, aby nikogo nie staranować. Ma to nauczyć je tego, aby nie biec ślepo przed siebie, tylko zwracać uwagę na otoczenie i nikogo nie skrzywdzić. Rękawice muszą zostać przez nich ułożone w kółku tak, aby z niego nie wypadły. Zadanie składa się z 6 podejść (prób).

SLALOM Z GRZYBKIEM W RĘKU

Slalom z grzybkim w rękę, w którym jest piłka do tenisa. Dziecko wykonuje ćwiczenie, trzymając grzybek jedną ręką. Po jego realizacji wraca na koniec

kolejki i wykonuje je ponownie z użyciem drugiej ręki. Należy wykonać kilka powtórzeń. W tym przypadku ćwiczona jest koncentracja, ponieważ dziecko musi zwracać uwagę na dwa czynniki: żeby nie przewrócić pachołka oraz żeby nie zgubić piłki.

SLALOM Z RĘKAWICAMI

Na końcu trasy stoi trener z tarczą, na którą dzieci mogą oddać określoną przez trenera liczbę ciosów. Jest to ciekawe ćwiczenie, ponieważ po wysiłku, jakim jest koncentracja, dzieci czeka nagroda w postaci możliwości wykonania ciosów w tarczę.

ZABURZENIA INTEGRACJI SENSORYCZNEJ

Autyzm i zaburzenia integracji sensorycznej często występują razem i mogą mieć wpływ na funkcjonowanie jednostki. Oto kilka zdań na ten temat:

- 1. Zaburzenia integracji sensorycznej to stan, w którym osoba ma trudności z przetwarzaniem i interpretacją bodźców sensorycznych z otoczenia.*
- 2. W przypadku autyzmu zaburzenia SI są często obecne i mogą wpływać na codzienne funkcjonowanie osoby, przejawiając się nadwrażliwością bądź brakiem wrażliwości na niektóre bodźce sensoryczne.*
- 3. Ważne jest zrozumienie i uwzględnienie potrzeb sensorycznych osób z autyzmem.*

ĆWICZENIA NA KOORDYNACJĘ

Ćwiczenie, które łączy pracę nad koordynacją ruchową z pracą nad koncentracją. W zadaniu wykorzystywane są pachołki, które należy ustawić w jednej linii: od jednego do dwunastu. Jeden trener stoi z dziećmi na początku trasy,

drugi natomiast na jej końcu. Każdy uczestnik trzyma w dłoni piłkę do tenisa. Pierwsze dziecko biegnie slalomem i kładzie piłkę na ostatnim wolnym pachołku. Kolejne dziecko robi tak samo, aż do ostatniego uczestnika zabawy. Kiedy znów wszyscy ustawieni są w kolejce bez piłek, pierwsze dziecko biegnie i zabiera piłkę z najdalszego pachołka, po czym wraca na koniec kolejki. Każdy kolejny uczestnik robi dokładnie tak samo. Bardzo ważnym elementem tego ćwiczenia jest uważność. Dzieci powinny zwracać uwagę na to, by podczas biegu nie stracić pachołka czy leżącej na nim piłki.

Jest to ćwiczenie na koordynację ruchową, ćwiczenie nagroda. Dzieci biegają slalomem wokół pachołków. Mijając ostatni pachołek, wykonują trzy podskoki w kierunku kółeczek położonych na podłodze. Następnie wyciągają ręce, na co trener główny podnosi je i robi im „samolot” (ćwiczenie dla dzieci do 7. roku życia). To zadanie daje dzieciom więcej radości, bo po slalomie czeka ich nagroda.



KOMUNIKACJA

Zaburzenia komunikacji są jednym z głównych objawów występujących u osób z autyzmem.

Mogą dotyczyć:

- 1)** opóźnienia mowy,
- 2)** echolalii,
- 3)** trudności w komunikacji niewerbalnej,
- 4)** komunikacji nietypowej,
- 5)** trudności w utrzymaniu dialogu.

Ważne, aby osoby z autyzmem otrzymały odpowiednie wsparcie w zakresie komunikacji.

SKOK OBUNÓŻ

Wiele dzieci ma spory problem ze skokiem. Niektóre z nich nie są w stanie wykonać tego zadania w ogóle. Nie potrafią odbić się ani do góry, ani do przodu. Dlatego kładziemy duży nacisk na to ćwiczenie. Jest ono włączone praktycznie do każdego treningu. Jego systematyczne wykonywanie powoduje, że dzieci zaczynają realizować je dosyć poprawnie. Jedni skaczą bliżej, drudzy dalej, jednak praktyka sprawia, że zadanie to staje się wykonalne. Jako przykład możemy przedstawić historię dziecka, które ma bardzo silne zaburzenia i jest bardzo zamknięte, jednak powoli, dzięki systematycznej pracy i powtarzalności, zaczyna wykonywać te skoki coraz lepiej i reagować na wykonywaną pracę. Systematyczność oraz powtarzalność są kluczowe, aby móc usprawniać wykonywanie ćwiczeń. Dokładnie tak jak w boksie: ciągłe powtarzanie tych samych ruchów, aż do perfekcji, a tutaj, w naszym przypadku, aż do uzyskania efektu. Trener, który pracuje z dziećmi, musi być osobą cierpliwą, żaden inny sposób reakcji niż spokój nie przyniesie efektów.

Samo ćwiczenie wygląda następująco. Trener stoi naprzeciwko dzieci, oddalony o kilka kroków od nich. Na sygnał „hop” dzieci wykonują skok do



przodu. Oczywiście są one wcześniej dokładnie instruowane, jak skok ma wyglądać, aby wszystko odbyło się bezpiecznie. Wiele z nich chce od razu skoczyć jak najdalej, dlatego tłumaczymy im, że najważniejsze jest to, aby wykonywać ćwiczenie poprawnie. Konsekwencja i cierpliwość powodują, że dzieci zaczynają zyskiwać siłę w nogach i wykonywać te skoki poprawnie. Ćwiczenie odbywa się na trasie wyznaczonej przez trenerów w jedną i drugą stronę. Po jego zakończeniu następuje oczywiście przerwa. W tym czasie uczymy dzieci nawyku picia wody. Poza tym dzieci krzyczą, skaczą i ganiają się po sali, na co im pozwalamy, ponieważ chcemy, żeby czuły się tutaj dobrze i chciały do nas przychodzić – aby wszystko było w formie zabawy. Dzieci ze spektrum mają ograniczone możliwości „wyszalenia się”, ze względu na społeczność, w jakiej żyjemy i krytykę z zewnątrz pojawiającą się wtedy, kiedy dziecko z zaburzeniami zaczyna krzyczeć, na przykład w sklepie. Oczywiście szaleństwo, na które im pozwalamy, odbywa się w określonych granicach. Dzieci nie mogą wchodzić

na ring, aby nie zrobiły sobie krzywdy. Pilnujemy zasad i ukierunkowujemy dzieci na ich przestrzeganie.

AUTYZM TO NIE KONIEC ŚWIATA!

Absolutnie nie! Autyzm nie oznacza, że życie się kończy. To jedynie inny sposób funkcjonowania i doświadczania świata. Kilka aspektów, które warto podkreślić:

- 1. Indywidualny rozwój.** Ważne, aby skupić się na osiągnięciach dzieci i na ich mocnych stronach.
- 2. Ich specjalne zainteresowania mogą stać się ich pasją i prowadzić je do sukcesów zawodowych.**

Ważne, aby społeczeństwo było otwarte na różnorodność, w tym na osoby z autyzmem. Autyzm nie musi definiować czyjegoś życia ani być przeszkodą w osiągnięciu sukcesów i szczęścia.

KOLOROWE KÓŁECZKA

To ciekawe ćwiczenie, które również poprawia koordynację dzieci. „Kolorowe kółeczka” mają służyć do wyznaczania miejsca, w które mają wskoczyć nasi mali podopieczni. Tak jak wspominałem wcześniej, dzieci mają problem ze skokiem, a w tym zadaniu kółeczka naprowadzają dzieci na to, gdzie ten skok ma być wykonany. Kółeczka powinny zostać ułożone jedno obok drugiego, aby ułatwić wykonanie tego ćwiczenia. Na sygnał dzieci zaczynają skakać po wyznaczonej trasie. Na mecie czeka na nie trener, któremu trzeba przybić „piątkę”.

Kolejnym etapem tego zadania jest zwiększenie poziomu trudności. Co któreś kółko jedno z nich zostaje odsunięte dalej, tak aby skłonić dzieci do wysiłku i do włożenia więcej pracy w wykonanie skoku. Przy kółku, od którego rozpocznie się kolejny skok, zostawiane są znaczniki „grzybki”. Jest to wcześniej tłumaczone dzieciom, aby wiedziały, gdzie się zatrzymać i gdzie będzie wykonywany większy skok. Zazwyczaj większych skoków jest dwa.

KROK DO PRZODU

Zadanie należy wykonać poprzez stawianie kroku do przodu i dostawianie jednej nogi do drugiej. Wszystko odbywa się na sygnał. Standardowo jeden trener trenuje z tyłu sali z dziećmi, drugi natomiast znajduje się naprzeciwko grupy.

Kolejnym etapem ćwiczenia jest krok w przód, gdy wszystkie dzieci trzymają się za ręce w linii. Uczy to ich koncentracji i koordynacji oraz tego, aby grupa poruszała się w jednym tempie.

ŁAPANIE PIŁKI

Jest to ćwiczenie na koordynację i skupienie. Ćwiczenie wydaje się łatwe, jednak dla dzieci nic nie jest łatwe. Każde dziecko dostaje piłkę do ręki i na sygnał ma



za zadanie podrzucić piłkę delikatnie i zaraz ją złapać. Raz mu się to udaje, a raz nie. Dzieci, dzięki konsekwencji i ciągłym próbom, pomimo nieudanych początków, zaczynają łapać piłkę.

Kolejnym etapem jest podrzut piłki – czekamy, aż piłka odbije się od podłogi i dopiero wtedy ją łapiemy.

Kolejny etap to przerzucanie piłki z ręki do ręki. Każdy z nas ma jedną rękę sprawniejszą, a drugą mniej. Dzięki systematycznemu trenowaniu dzieci nabierają wprawy.

Ostatnie ćwiczenie z piłką to podrzut piłką nad głowę, nad siebie, ale do tyłu, tak aby po podrzuceniu obrócić się i złapać ją oburącz. Podrzut, akcja i reakcja.

SKOKI NA JEDNEJ NODZE

Jest to jedno z najtrudniejszych ćwiczeń. Dzieci skaczą na jednej nodze do połowy sali, w której dochodzi do zmiany nogi – i tak biegną do jej końca. Jest to świetne ćwiczenie sprzyjające rozwojowi koordynacji ruchowej oraz stabilizacji ciała wśród dzieci. Systematyczność pokazuje nam, że nawet tak trudne zadanie może być dobrze opanowane przez dzieci.

UDERZANIE W TARCZĘ

W tym zadaniu wykorzystywana jest duża tarcza umożliwiająca trening kopnięć. Ustawiamy dzieci w dwóch grupach naprzeciwko siebie po dwóch stronach sali. Jedna grupa trzyma tarczę, a druga rękawice. Na sygnał „uwaga, podnosimy tarcze” tarcze zostają podniesione. Na sygnał „hop” grupa dzieci w rękawicach zaczyna biec w stronę tarcz, po czym oddaje określoną przez trenera liczbę ciosów i wraca na swoje miejsce. I tak powinny zostać wykonane kolejno 3 ciosy. Powrót, 4 ciosy i tak do 6 ciosów.

Po tej rundzie następuje przerwa. Po przerwie grupy zamieniają się miejscami. Zadanie należy powtórzyć dwukrotnie.

SKOKI Z BOKU NA BOK, Z NOGI NA NOGĘ

Jest to wbrew pozorom bardzo trudne ćwiczenie, które polega na przeskakiwaniu jednonóż z nogi na nogę do boku.

ĆWICZENIA – ZABAWA

BUDOWANIE MOTYWACJI W EDUKACJI OSÓB W SPEKTRUM AUTYZMU

Motywacja odgrywa istotną rolę w terapii osób z autyzmem. Dlaczego jest ona taka ważna?

1. *Motywacja pozwala dostosować terapię do zainteresowań ucznia.*
2. *Zwiększa zaangażowanie.*
3. *Wzmacnia pozytywne zachowania.*
4. *Ułatwia komunikację.*
5. *Kreuje pozytywne doświadczenia.*

Ważne, aby terapeuci rozpoznawali indywidualne motywacje osoby. Dopasowanie terapii do tych motywacji może przynieść większe efekty i sukcesy terapeutyczne.

BABA-JAGA PATRZY

Następne ćwiczenie to prosta zabawa, nagroda. Jeden z trenerów stoi plecami do dzieci, drugi natomiast wraz z uczestnikami zabawy. Na sygnał „baba-jaga patrzy” dzieci wykonują wcześniej umówiony ruch. W tym ćwiczeniu ruchy mogą być dowolne. Mogą to być podskoki, podskoki na jednej nodze – łączymy zabawę z treningiem, możemy ukryć nasz zamiar treningu właśnie poprzez zabawę.

PRZECIĄGANIE LINY

Kolejne ćwiczenie zabawa – przeciąganie liny. Połowa grupy staje po jednej stronie sali, połowa po drugiej. Na sygnał „ciągniemy linę” każda grupa rozpoczyna



przeciąganie liny w swoją stronę. W momencie, w którym trener udaje, że się przewraca, dzieci się na niego rzucają – tak okazują swoją radość ze zwycięstwa. Jest to super zabawa, która buduje więź między dziećmi a trenerem.

ZABAWA W RINGU

Forma nagrody. Raz w miesiącu dzieci wchodzą na ring. Ubierają kaski i rękawice. Jest w tym mały haczyk, ponieważ dzieci autystyczne mają problem z zakładaniem czegokolwiek na siebie. Jest to integracja dla dzieci z przedmiotami

zewnątrznymi. Dzieci wchodzą na ring. Psycholog, rodzice i trenerzy pilnują bezpieczeństwa, aby dzieci nie wypadły z ringu. Zabawa trwa przez około dwie minuty. Trener pozostaje wówczas na kolanach, w kasku z założoną szczęką, aby dać przykład zachowania bezpieczeństwa.

Po włączeniu stopera dzieci mogą próbować wyprowadzać ciosy w kierunku trenera. Dzieci oswajają się z kontrolowaną obroną i upadkami. Rolą trenera jest kontrolowane przewracanie dzieci, aby uczyć je bezpiecznego upadania. Istotą tego zadania jest współpraca z dziećmi. Przed wejściem na ring trener bardzo uważnie omawia zasady – główną z nich jest ta dotycząca możliwości uderzania tylko trenera. Dzieci jednoczą się we wspólnym froncie zabawy, oswajają z chaosem i niespodziewanymi zwrotami akcji, z którymi na co dzień autyści mają duży problem.

Każde odstępstwo od omawianych zasad powoduje wykluczenie z zabawy na jedną rundę. Sytuacja taka jest dodatkowo omawiana z psychologiem od razu po jej zaistnieniu (psycholog–dziecko). Dzieci mają dobrą zabawę, a jednocześnie uczą się kontaktu fizycznego i interakcji z innym człowiekiem. Jest to główna nagroda za cały miesiąc treningu. Niektóre dzieci niechętnie do tego podchodziły, jednak po jednym, dwóch treningach otwierały się i dołączały do wspólnej zabawy. To ćwiczenie bardzo integruje dzieci z trenerem.

SPRAWNOŚĆ RUCHOWA

Osoby w spektrum mogą być bardzo sprawne ruchowo, często wykazując zdolności fizyczne. Wiele z nich ma doskonałą koordynację ruchową, percepcję gestów i niesamowite umiejętności sportowe. Dla niektórych osób w spektrum autyzmu regularna aktywność fizyczna może być nie tylko formą ruchu, ale również źródłem radości i sposobem na rozwijanie umiejętności społecznych. Dlatego tworzone są różne sekcje sportowe dla osób w spektrum autyzmu. Powstała między innymi pierwsza w Polsce sekcja boksu dla dzieci z autyzmem prowadzona przez fundację Brzostek Team oraz sekcje piłki nożnej „Piłka Marzeń” w Gliwicach. Takie inicjatywy są bardzo potrzebne.

PODSUMOWANIE

Jak można wywnioskować z powyższego tekstu, całe przedsięwzięcie wymaga zaangażowania emocjonalnego w sprawę. Potrzebna jest cierpliwość, ogromna cierpliwość, a to cnota, którą jest nam, jako społeczeństwu, opanować najtrudniej. Ci, którzy to zrobili, prowadzą to miejsce. Robią coś więcej. Mają wpływ na dzieci. A dzieci to przyszłość świata, nieważne, czy z zaburzeniami, czy bez nich. Dbajmy o nie. Dbajmy o siebie.



Nasi podopieczni stanowią wyjątkową grupę społeczną, która wymaga specjalistycznej opieki, wsparcia oraz zrozumienia w codziennym funkcjonowaniu. I choć w Polsce coraz więcej osób zdobywa wiedzę na temat zaburzeń ze spektrum autyzmu, co pozwala na coraz lepsze zrozumienie oraz realizację potrzeb tych dzieci, to nadal spotykam się z jej brakiem. A tak ważna jest przecież dbałość o wszystkie kluczowe aspekty życia tych dzieci. Należy zadbać nie tylko o ich edukację, ale i o komunikację, wsparcie emocjonalne i odpowiednią terapię. Bez wiedzy i właściwego podejścia realizacja tych zadań jest niemożliwa.

Dzieci ze spektrum autyzmu i z zespołem Aspergera potrzebują właściwie poprowadzonej edukacji, która uwzględnia ich wyjątkowe potrzeby i umiejętności. Celem takiej edukacji jest wykorzystanie ich potencjału, ich rozwój, a także umożliwienie im osiągnięcie maksymalnej niezależności. Dlatego niezbędne jest opracowanie indywidualnych programów nauczania, które uwzględniają tempo wykonywania poszczególnych zadań, metody przekazywania informacji oraz sposoby nauki adekwatne do możliwości intelektualnych i emocjonalnych danego dziecka.

Nasi podopieczni miewają też trudności w zakresie komunikacji werbalnej i niewerbalnej, co niestety w znacznym stopniu wpływa na ich umiejętność nawiązywania relacji z otoczeniem oraz zdolność wyrażania swoich potrzeb. Właśnie dlatego w ramach terapii, w której biorą udział, wykorzystywane są alternatywne formy komunikacji, takie jak na przykład piktogramy czy komunikatory, pozwalające im na tworzenie nieskomplikowanych zdań. Takie dopasowanie do potrzeb dzieci może ułatwić im codzienne porozumiewanie się ze światem zewnętrznym. Terapia mowy i języka natomiast, realizowana przez doświadczonych logopedów, może w pozytywny sposób wpłynąć na ich umiejętności językowe oraz ułatwić im wyrażanie swoich emocji.

Ważne jest też wspieranie naszych podopiecznych w ich rozwoju emocjonalnym i społecznym. Narzędziem jest w tym zakresie pomoc w nawiązywaniu kontaktów z innymi dziećmi, organizowanie zajęć integracyjnych oraz prowadzenie ćwiczeń terapeutycznych, podczas których następuje nie tylko rozwój jednostkowy, ale i rozwój całej społeczności, tworzonej przez dzieci ze spektrum autyzmu i z zespołem Aspergera.

Kluczowa jest właściwie poprowadzona terapia – indywidualna i grupowa. Spotkania z terapeutą, polegające na realizacji określonej metody terapeutycznej, takiej jak na przykład Stosowana Analiza Zachowania, strukturalne podejście, integracja sensoryczna czy terapia logopedyczna, umożliwiają dzieciom rozwijanie swoich umiejętności życiowych. Jednocześnie ułatwiają im one adaptację do otaczającego ich środowiska społecznego. Terapia daje naszym podopiecznym narzędzia, dzięki którym funkcjonowanie w społeczeństwie staje się dla nich o wiele mniej skomplikowane.

ZNACZENIE NASZYCH ZAJĘĆ

Choroby ze spektrum autyzmu to zaburzenia neurorozwojowe. Typowe dla nich są między innymi trudności w komunikacji społecznej oraz ograniczona zdolność do nawiązywania relacji z innymi osobami. Dzieci, które cierpią na takie zaburzenia, bardzo często mają problemy z motoryką, równowagą i koordynacją. Właśnie dlatego prawidłowo zaplanowana i zorganizowana aktywność fizyczna może okazać się nieocenioną pomocą w procesie terapii, w której biorą udział – wpływając przy tym na poprawę ogólnej jakości ich życia.

Odpowiednio zaplanowany wysiłek fizyczny i różne zabawy usprawniają rozwój ich umiejętności motorycznych. Polepszają równowagę, zwiększają siłę i poprawiają koordynację ruchową, co pozwala tym dzieciom na codzienne funkcjonowanie w całkiem nowej, lepszej jakości. Ma to bezpośrednie przełożenie na efektywniejsze funkcjonowanie dziecka zarówno w życiu codziennym, jak i w sytuacjach społecznych, odbywających się zazwyczaj poza jego „strefą komfortu”, poza najbliższym mu otoczeniem społecznym.

Organizowane przez nas ćwiczenia, odbywane z zachowaniem regularności, wpływają również na poprawę samopoczucia naszych podopiecznych. Dzięki treningom zwiększa się ich pewność siebie, co ułatwia im między innymi budowanie więzi społecznych. Jednocześnie uczą się one radzić sobie z frustracją, zwiększają swoją energię i motywację do pracy oraz zmniejszają napięcie, czerpiąc w ten sposób szereg innych profitów, na przykład w postaci zmaksymalizowanej radości i poczucia szczęścia podczas wykonywania danego ćwiczenia.



Proponowana przez nas aktywność fizyczna wpływa również na ogólne zdrowie organizmu dzieci, które są pod naszą opieką. Dzięki niej ich sen staje się lepszy, zwiększa się ich apetyt, a układ immunologiczny zyskuje dodatkowy bodziec do zachowania oczekiwanej kondycji.

Sport jest też świetnym narzędziem terapeutycznym ułatwiającym nawiązywanie i rozwijanie relacji społecznych. Podczas wspólnych ćwiczeń dzieci uczą się czytać emocje innych osób. Usprawnia to ich komunikację, ułatwia pracę w grupie i pozwala na szybsze podejmowanie przez nich decyzji. Wszystko to sprawia, że nasi podopieczni lepiej funkcjonują w społeczeństwie. Zyskują w ten sposób szansę na samodzielne życie.

ĆWICZENIA I ZABAWY ODPOWIEDNIE DLA DZIECI Z AUTYZMEM I ZESPOŁEM ASPERGERA

Doskonale zdają sobie sprawę z tego, że każde dziecko jest inne i w związku z tym wymaga indywidualnego podejścia. Dotyczy to nie tylko osób z autyzmem czy zespołem Aspergera, ale i wszystkich innych dzieci. Właśnie dlatego za każdym razem rodzaj aktywności fizycznej powinien być dopasowany do realnych możliwości i potrzeb danego malucha. Można jednak wskazać na pewne ogólne wytyczne, które warto mieć na uwadze podczas planowania zajęć ruchowych dla dzieci ze spektrum autyzmu i z zespołem Aspergera.

Po pierwsze – dobrze należy wybrać ćwiczenia charakteryzujące się umiarkowanym natężeniem. Zbyt intensywny wysiłek fizyczny może wywołać





u dziecka stres, a niekiedy nawet frustrację. Wzmocniona aktywność może przynieść odwrotne rezultaty. Istotne jest także to, aby zaprezentować dziecku różne ćwiczenia. Dzięki temu zyska ono możliwość wybrania tych zajęć, które są dla niego najbardziej odpowiednie, czyli takich, które są zgodne nie tylko z jego potrzebami, ale i zainteresowaniami.

Bardzo ważne jest też staranne planowanie każdego zajęcia. Należy pamiętać między innymi o precyzyjnym ustaleniu harmonogramu ćwiczeń. Poza tym warto poinformować dziecko o scenariuszu danego spotkania. Dzieci w spektrum potrzebują rutyny. Przewidywalność daje im poczucie spokoju. Właśnie dlatego dobrze ją wprowadzać do organizowanych zajęć, na przykład poprzez ustalenie stałych godzin ćwiczeń czy stopniowe wprowadzanie nowych elementów do zaprojektowanego wcześniej programu treningowego.

Warto jednak pamiętać o tym, że wspólna aktywność fizyczna z rówieśnikami może przynieść oczekiwane profity w kontekście rozwoju malucha, ale nie zawsze. Ważne jest, by na początek organizować małe grupy, w których wszyscy uczestnicy zabawy poczują się w miarę swobodnie. Ewentualne zwiększanie liczby uczestników treningu powinno odbywać się dopiero po jakimś czasie. Kluczowe jest również zachęcanie dziecka do zabawy z innymi osobami, na przykład poprzez gry zespołowe.

Odpowiednio zaplanowane ćwiczenia fizyczne i zabawy są niezwykle istotne dla rozwoju dzieci z autyzmem i zespołem Aspergera. Dzięki nim poprawiają one swoje umiejętności motoryczne oraz lepiej radzą sobie w sytuacjach społecznych. Poprawia się także ich ogólne samopoczucie, które ma ogromne znaczenie w kontekście codziennego funkcjonowania takich dzieci. Ważne jednak, by zaoferować im indywidualne podejście dopasowane do konkretnych potrzeb i oczekiwań.

Pamiętajmy o tym, że dzieci z autyzmem i z zespołem Aspergera wykazują odmienne potrzeby rozwojowe w porównaniu do rówieśników. A jednym z najważniejszych sposobów na poprawę funkcjonowania tych dzieci na co dzień jest odpowiednio zaplanowana i zorganizowana aktywność fizyczna. Regularne ćwiczenia, idealnie dopasowane do potrzeb i zainteresowań maluchów wpływają nie tylko na ich kondycję fizyczną, ale i na ich rozwój – w takich obszarach jak umiejętności społeczne, emocjonalne i poznawcze.

FUNDRAISING. JAK SIĘ ZA TO ZABRAĆ, ABY ZAMIENIĆ CEL NA REZULTATY?

TYTUŁEM WSTĘPU...

*Aby samemu stać się lepszym,
nie musisz czekać na lepszy świat.*

PHILS BOSMANS

Oprócz wielkich serc, otwartych głów i rąk gotowych do niesienia pomocy każde stowarzyszenie, fundacja czy instytucja charytatywna potrzebuje finansowania, aby móc realizować swoje cele. Od zarania dziejów każdy podmiot o takim charakterze zmagają się z problemem finansowania swoich działań. Na szczęście na naszej planecie nadal znajdują się dobrzy ludzie, którzy indywidualnie czy też jako firmy mniejsze lub większe dzielą się swoim dobrobytem, aby wyrównywać szanse.

Obecnie do gry wchodzi **fundraising**, proces zbierania funduszy na cele charytatywne, społeczne, edukacyjne lub inne inicjatywy. Może przybierać on wiele form, w zależności od celu zbierania funduszy oraz od preferencji i możliwości darczyńców. Najczęściej spotykanymi formami fundraisingu są:

1. Zbiórki publiczne – zbieranie pieniędzy od wielu osób w trakcie zbiórek lub eventów charytatywnych. Mogą to być na przykład: koncerty, aukcje, maratony czy kwesty uliczne.

2. Fundraising online – zbieranie funduszy przez internet, zwykle przy pomocy platform crowdfundingowych lub stron internetowych stworzonych przez organizacje non-profit. Fundraising online może obejmować różne formy, takie jak subskrypcje, darowizny jednorazowe, zbiórki celowe lub kwesty na rzecz konkretnych projektów.
3. Fundraising korporacyjny – polega na współpracy organizacji non-profit z przedsiębiorstwami, które mogą przekazywać środki finansowe lub oferować swoje usługi czy produkty do wsparcia działalności organizacji.

Organizacje non-profit od przedsiębiorstw różnią się tym, że ich celem jest generowanie zysku społecznego, nie ekonomicznego. Mimo to, zbiórki funduszy wymagają ogromnego nakładu pracy, planowania oraz kreatywności. Kluczowe jest wypracowanie odpowiedniej strategii, która przyciągnie uwagę potencjalnych darczyńców oraz zbudowanie zaufania i relacji. Dobrze zorganizowana kampania fundraisingowa może przynieść wiele korzyści zarówno dla organizacji non-profit, jak i dla darczyńców, którzy chcą przyczynić się do realizacji ważnych społecznych lub humanitarnych celów. Bo któż z nas nie ma potrzeby przynależności i poczucia bycia potrzebnym?

Działania charytatywne to inicjatywy mające na celu pomaganie osobom potrzebującym, zwierzętom czy organizacjom non-profit. Działania te są prowadzone przez różne organizacje, zarówno na poziomie lokalnym, krajowym, jak i międzynarodowym. Jednym z najczęstszych działań charytatywnych jest zbieranie pieniędzy na cele dobroczynne. Organizacje charytatywne prowadzą różnego rodzaju zbiórki, takie jak: zbiórki pieniędzy, zbiórki darów rzeczowych czy zbiórki krwi. Zebrane fundusze są następnie przekazywane na cele społeczne, medyczne, edukacyjne, kulturalne czy ekologiczne.

Innym rodzajem działań charytatywnych są wolontariaty. Osoby chętne do pomagania mogą włączyć się w działania organizacji charytatywnych, oferując swoje umiejętności, czas i energię. Wolontariusze angażują się w różne zadania, takie jak opieka nad osobami starszymi czy niepełnosprawnymi, pomoc w schroniskach dla zwierząt czy organizacja eventów charytatywnych.

Organizacje charytatywne prowadzą również różnego rodzaju programy pomocowe. Na przykład, organizacje zajmujące się pomaganiem dzieciom z ubogich rodzin oferują programy wsparcia finansowego, edukacyjnego czy opiekuńczego. Inne organizacje pomagają osobom bezdomnym, ofiarom przemocy, migrantom czy osobom chorym na różnego rodzaju choroby. Działania charytatywne prowadzone są także w celu ochrony zwierząt. Organizacje charytatywne zajmują się m.in. prowadzeniem schronisk dla zwierząt, edukacją społeczeństwa w zakresie ochrony zwierząt oraz organizacją akcji adopcyjnych. Obecnie coraz popularniejsze stają się także działań charytatywne prowadzone za pośrednictwem internetu, takie jak zbiórki na platformach crowdfundingowych czy akcje społecznościowe w mediach społecznościowych. Działania charytatywne mają na celu pomaganie tym, którzy potrzebują pomocy. Dzięki temu wiele osób ma szansę na poprawienie swojego życia, a organizacje charytatywne są w stanie realizować swoją misję i przyczynić się do poprawy sytuacji społecznej i ekologicznej. Jednocześnie, osoby angażujące się w działania charytatywne mają szansę na rozwój swoich umiejętności, nawiązanie cennych kontaktów oraz poczucie spełnienia poprzez pomaganie innym.

Ważnym aspektem działań charytatywnych jest także edukacja społeczeństwa w zakresie problemów społecznych, ekologicznych czy zdrowotnych. Organizacje charytatywne prowadzą różne kampanie społeczne, w ramach których informują i edukują ludzi na temat problemów występujących w społeczeństwie. Dzięki temu społeczeństwo staje się bardziej świadome i aktywne w działaniach na rzecz poprawy sytuacji wokół siebie. Warto również zwrócić uwagę na fakt, że działań charytatywnych nie prowadzą jedynie organizacje non-profit. Coraz więcej firm decyduje się na prowadzenie działań charytatywnych, co pozwala nie tylko na poprawę wizerunku firmy, ale przede wszystkim na realną pomoc potrzebującym. Firmy organizują różnego rodzaju akcje charytatywne, takie jak zbiórki pieniędzy czy akcje społeczne, a często przekazują także swoje produkty lub usługi na cele charytatywne.

Działania charytatywnych jest dużo, a ich wpływ na poprawę sytuacji w społeczeństwie i na świecie jest nieoceniony. Dzięki zaangażowaniu ludzi i organizacji, wiele osób ma szansę na lepsze życie, a problemy społeczne i ekologiczne

stają się coraz bardziej zauważalne i podejmowane przez społeczeństwo. Dlatego też zachęcam do angażowania się w działania charytatywne, ponieważ każda pomoc jest ważna i może mieć ogromny wpływ na poprawę sytuacji wokół nas.

Pomoc w ramach działalności charytatywnej polega między innymi na wspieraniu funkcjonowania takich miejsc, jak hospicja, szkoły, teatry, kluby sportowe, świetlice dla dzieci, ośrodki rehabilitacyjne, schroniska dla zwierząt, stołówki dla ubogich czy noclegownie dla bezdomnych. Jej bezpośrednimi adresatami natomiast są w szczególności osoby chore, osoby niepełnosprawne, bezdomni, uchodźcy, seniorzy, rodziny w potrzebie, ofiary katastrof, ofiary przemocy (dzieci, kobiety) oraz młodzież i dzieci. Wyobraźmy sobie sytuację, w której tej pomocy nie ma, a potrzebujący pozostają sami, bez odpowiedniego wsparcia zapewniającego im przetrwanie. Co wtedy? Właśnie dlatego działalność charytatywna ma tak ogromne znaczenie. Właśnie dlatego warto, a nawet trzeba pomagać – choć oczywiście, że nie każdy jest na to gotowy. Bez funkcjonowania organizacji zajmujących się pomocą potrzebującym i bez osób, które je wspierają, świat byłby po prostu gorszy, a ludzie mniej empatyczni – bo pomaganie nie byłoby znane, instynktowne i postrzegane jako konieczne.

Pomagać można z różnych powodów. Ludzie decydują się na zaangażowanie w działalność charytatywną na przykład dlatego, że daje im to dużą satysfakcję. Wiele osób robi to naturalnie – bo tak ich wychowano. W niektórych domach wspieranie potrzebujących jest oczywiste i nie jest postrzegane jako wysiłek – to prostu część stylu życia. Działalność charytatywna może też wynikać z przekonań religijnych, motywujących do wsparcia osób potrzebujących. Choć wspomniane przekonania religijne można połączyć po prostu z poglądami życiowymi (z których przecież wyrastają poglądy religijne). Ludzie, którzy niosą pomoc, pragną, by na świecie było mniej cierpienia – to również może być powodem ich aktywności charytatywnej. Inną przyczyną ich działalności bywa również chęć zmieniania świata na lepsze – czynienie go piękniejszym, zdrowszym i bardziej przyjaznym człowiekowi. Są też takie osoby, w przypadku których pomaganie jest konsekwencją ich własnych doświadczeń. Zależy im bowiem na tym, by inni mieli takie same możliwości, na przykład w zakresie edukacji, jak oni. Może być też odwrotnie – że nie mieli oni tych możliwości i chcą, by inni je otrzymali.

Fundraising to nie tylko zbieranie pieniędzy, ale również budowanie więzi z darczyńcami i społecznością, która wspiera daną organizację. Bardzo istotne jest poznanie potrzeb i oczekiwań darczyńców, tak aby wiedzieć, gdzie, jak i do kogo trafić. Jeżeli chcemy, aby kampania osiągnęła zamierzony cel, musimy podejść do niej jak do projektu, ponieważ zostawiając kampanie „na pastwę losu” nie możemy być pewni rezultatu, a przecież interesuje nas tylko jeden rezultat. Aby móc nieść pomoc. Przy realizacji projektu ważnym aspektem jest informowanie darczyńców o postępach, realizowanych działaniach i celach. Dzięki temu darczyńcy czują się bardziej zaangażowani i zmotywowani do dalszego wspierania organizacji. Budując zjednoczoną i zaangażowaną społeczność, organizacja zwiększa szanse na powodzenie każdej kampanii. Dużo łatwiej będzie uzyskać wsparcie sprawy od osób, które mają te same cele czy poglądy. Zaangażowana grupa ludzi ma w sobie ogromną moc, a przy dzisiejszej potędze social mediów nie potrzebna jest kampania reklamowa, resztą zajmą się ludzie, którzy identyfikują się z daną sprawą i czują z nią więź. Jednym z kluczowych elementów społeczności charytatywnej jest zaangażowanie i solidarność między jej członkami. Działania charytatywne często wymagają poświęcenia czasu i energii, ale dzięki zaangażowaniu wielu ludzi możliwe jest osiągnięcie większego wpływu na poprawę życia osób potrzebujących. Społeczność to grupa ludzi, którą coś łączy, która ma wspólne cechy, jak na np. chęć pomagania czy wspólne zainteresowania. Najlepszym tego przykładem jest Klub Bokserski Brzostek Top Team. To miejsce, które zrzesza wielu cudownych ludzi, których łączy nie tylko miłość do boksu, ale także ogromne serca. Okazuje się, że klub bokserski to nie tylko miejsce, gdzie można „dać sobie po twarzy”, ale także miejsce, gdzie można tworzyć różnicę dla społeczeństwa właśnie poprzez działania charytatywne. Od momentu przekroczenia progu klubu czuć „to coś w powietrzu”, sprawiają, że czujesz się częścią tego miejsca. To właśnie pokazuje, jak ważne są wspólne cele czy zainteresowania, a gdy to razem połączymy, otrzymujemy mieszankę, która dobrze wykorzystana może naprawdę zdziałać cuda. A przecież żyjemy w czasach, gdzie często cuda nam są bardzo potrzebne.

POŁĄCZENIE EMOCJONALNE ZE SPRAWĄ

Nie ma nic bardziej ludzkiego niż emocje.

JAMES FREY

Każdy z nas potrzebuje inspiracji czy wzoru, między innymi po to, by realizować swoje cele lub po prostu stawać się lepszym człowiekiem.

Zrozumiałem, że nasze proste przecież życie nabiera sensu dopiero wtedy, kiedy czyni się dobro i pomaga drugiemu człowiekowi. Szybko zorientowałem się, że dobro wraca i choć wcale nie było to moim celem (tj. czerpanie zysków ze wspierania innych, np. w postaci uśmiechu osoby, której pomogłem, czy jej serdeczności wobec mnie), to doceniłem tzw. karmę. Jeśli dzielisz się dobrem, na pewno do Ciebie wróci. Nigdy wcześniej nie czułem tak dużej satysfakcji. Nigdy wcześniej nie byłem z siebie tak bardzo zadowolony. Pomaganie innym motywuje mnie do dalszego działania i sprawia, że moje życie jest piękne – ma o wiele większy sens, niż wcześniej. Jeśli nie rozpocząłbym działalności charytatywnej, nie wiedziałabym, jak jest to dla mnie ważne. Pomaganie drugiemu człowiekowi uskrzydla!

Uświadomiłem sobie również, jak ważne jest to, aby być emocjonalnie połączonym ze sprawą, w której chcemy pomagać. Dla przykładu, przechodząc obok wolontariusza, który zbiera pieniądze na dzieci chore na chorobę „X”, będziemy bardziej skłonni wrzucić coś do tak zwanej „puszki”, jeżeli ktoś z naszego otoczenia cierpi na daną chorobę, a przy wolontariuszu zbierającym na chorobę „Y” nasza reakcja nie będzie już tak kierowana emocjami. Jest to moim zdaniem kluczowa sprawa dla osoby, która chce zaangażować się w działalność charytatywną. Mogę to pokazać na moim przykładzie.

Kwiecień, rok 2022. Chciałem spróbować swoich sił na ringu bokserskim jako amator, zapisałem się na galę Biznes Boxing Polska, która miała odbyć się 2 czerwca 2022 roku. Pierwszy raz zjawiłem się w Klubie Bokserskim Brzostek Top Team, nie mając pojęcia o jego działalności charytatywnej. Podczas przygotowań do gali każdy uczestnik prowadzi zbiórkę na swoim koncju przy użyciu

platformy crowdfundingowej na określony przez BPP cel. W tym przypadku było to Stowarzyszenie Brzostek Top Team, pomagające dzieciom chorym na autyzm oraz zespół Aspergera. Przez 8 tygodni przygotowań udało mi się zebrać około 3 tysięcy złotych, zbiórka realizowana przez ponad 20 osób wyniosła 17 tysięcy złotych. Byłem zaangażowany w to charytatywne przedsięwzięcie, ponieważ chciałem pomóc, jednak nie miałem jeszcze wtedy z klubem takiej więzi emocjonalnej, która by pomagała mi przełamać granicę: „Co ludzie powiedzą?” czy „Nikt nie lubi zebrania” itp. Po mojej pierwszej, wygranej walce podeszło do mnie 3 małych chłopców, którzy chcieli zrobić sobie ze mną zdjęcie, ponieważ, jak to powiedzieli, zostałem dla nich bohaterem, bo rozbiłem nos mojemu przeciwnikowi. Jak się później okazało, byli to podopieczni stowarzyszenia. To ruszyło moje serce.

Zacząłem interesować się chorobami, na które cierpią podopieczni stowarzyszenia, obejrzałem seriale, w których główni aktorzy grali postacie chore na autyzm. To pomogło mi zrozumieć, jak ja sam mam wiele wspólnego z tą chorobą. Wrażliwość na bodźce, czyli zaburzenia sensoryczne. Napady paniki czy lęku – u mnie są wywoływane stresem i mogę się z nich leczyć. Jednak wiem, jak to jest ciężkie, jak utrudnia życie i do jakich odczuć psychicznych to prowadzi. To momenty, kiedy jesteś więźniem swojej głowy. Wszystko musi być według ustalonego porządku, planu... Ja mogę nad tym pracować i w jakimś stopniu to kontrolować. Autyzm jest nieuleczalny; z tym trzeba nauczyć się żyć. Dlatego tak ważne jest to, aby tworzyć osobom, których dotyczy ta choroba, odpowiednie warunki do funkcjonowania. Cierpiący na autyzm nie rozumieją świata, to świat musi zrozumieć ich, aby im pomóc. Właśnie te wspólne cechy wywołały we mnie ogromną dawkę empatii i połączenie emocjonalne z misją Stowarzyszenia Brzostek Top Team. Oprócz tego, relacja zbudowana z osobami zarządzającymi tym miejscem, Lucyną i Maćkiem, powoduje, że poczułem się częścią tego miejsca.

W październiku 2022 roku rozpoczęły się przygotowania do gali, która miała odbyć się 10 grudnia 2022 r. W trakcie 8 tygodni przygotowań w miejscu, w którym już czułem się, jak w domu, udało mi się prawie podwoić moją poprzednią zbiórkę – 5200 zł. A jako grupa zebraliśmy rekordowe 60 tysięcy

złoty. Podchodząc do drugiej gali, miałem doświadczenie z pierwszej, gdzie widziałem brak zaangażowania wielu ludzi, byłem też zaangażowany w to emocjonalnie, dzięki czemu z łatwością przychodziło mi instruowanie innych uczestników, jak działać, aby zbiórka odniosła sukces. Czułem się odpowiedzialny za wynik grupy jako część Stowarzyszenia. Nawet jeżeli część z tych ludzi miała mnie dosyć, bo byłem „upierdliwy”, to cel został osiągnięty. Właśnie takie działania przyniosą efekt, trzeba z tym wyjść do ludzi i czasami nawet się „prosić” – bo jak to się mawia: do dobrego czasem trzeba zachęcić.

Gdy spojrzę na to wszystko wstecz, udowadniam sobie, jak ważne jest zaangażowanie emocjonalne w sprawę, dla której chcemy działać charytatywnie, aby było nam łatwiej osiągnąć sukces. Nie przejmujemy się reakcjami otoczenia, ponieważ nam zależy. Niejako „wczuwamy się” w sytuację innych osób (na tyle, na ile jest to oczywiście możliwe) i staramy się zrobić niemal wszystko, by ich wesprzeć i uczynić tym samym ich życie nieco łatwiejszym. Dążymy wówczas do jasno określonego celu, nie zwracając uwagi na własne niewygody czy problemy. Nasze kłopoty, ludzi zdrowych, przestają mieć nagle taką wagę, jaką miały kiedyś. Zaczynają być przez nas uznawane za błahe, co tylko potęguje odczuwane zadowolenie i szczęście z powodu tego, w jakim miejscu się znaleźliśmy. Jednocześnie odczuwamy troskę, silne zaangażowanie i motywację do tego, by pomóc tym, którzy naprawdę tego potrzebują.

Oddanie się działalności charytatywnej jest niezwykle ważne, ponieważ pozwala ludziom na nawiązanie silnej więzi z organizacją charytatywną oraz z osobami, której ta organizacja pomaga. W wielu przypadkach to właśnie silne emocje motywują ludzi do zaangażowania się w akcje charytatywne i pomaganie innym. Osoby angażujące się w działalność charytatywną często doświadczają uczuć, takich jak empatia, współczucie i wdzięczność. Często są to osoby, które w przeszłości same doświadczyły trudnych sytuacji życiowych i dlatego szczególnie wrażliwie reagują na cierpienie innych. Dzięki temu ich zaangażowanie w działalność charytatywną jest motywowane nie tylko chęcią pomocy innym, ale również pragnieniem zmieniania świata na lepszy. Pomaganie innym ludziom, zwierzętom jest często motywowane emocjami, takimi jak empatia, żal czy złość na niesprawiedliwość. Zaangażowanie emocjonalne sprawia, że

działalność charytatywna staje się bardziej osobista i ważna, ponieważ wiąże się z naszymi wartościami i przekonaniem. Oddanie się sprawie pozwala nam zrozumieć potrzeby i cierpienia innych ludzi, co może skłonić nas do podjęcia działań w celu ich złagodzenia. Może to obejmować składanie darowizn, uczestnictwo w zbiórkach pieniędzy lub wolontariat w organizacjach charytatywnych.

Wiele osób angażuje się również w działalność charytatywną, uznając to za sposób na zwiększenie poczucia własnej wartości i spełnienia. Współczucie, złość na niesprawiedliwość i empatia to niezwykle ważne emocje, które motywują ludzi do podejmowania działań charytatywnych. Te emocje sprawiają, że nasze działania stają się bardziej osobiste i ważne, ponieważ są one ściśle związane z naszymi wartościami i przekonaniem. Takie oddanie może pomóc w budowaniu więzi międzyludzkich i rozwoju empatii, co z kolei może przyczynić się do rozwoju bardziej wyrozumiałego i empatycznego społeczeństwa. W ten sposób działalność charytatywna może mieć dalsze pozytywne skutki dla naszej społeczności.

Warto byłoby jednak pamiętać, że zaangażowanie powinno być równoważone z racjonalnym podejściem i dbałością o efektywność naszych działań charytatywnych. Ważne jest, aby upewnić się, że nasze działania rzeczywiście przynoszą korzyści i pomagają potrzebującym, a nie tylko są działaniami symbolicznymi. Jednakże, zaangażowanie emocjonalne w działalność charytatywną może również prowadzić do zniechęcenia i frustracji, zwłaszcza gdy nasze wysiłki nie przynoszą oczekiwanych rezultatów lub gdy widzimy, że potrzeby i cierpienia innych ludzi wciąż pozostają niezaspokojone. Istotne jest, aby dbać o swoje własne emocje i zdrowie psychiczne, aby móc kontynuować swoją działalność charytatywną z zapałem i motywacją. Bardzo trudno pomóc innym, kiedy sami potrzebujemy wsparcia. Niełatwo być zaangażowanym w „sprawę”, kiedy nasza głowa pęka od nadmiaru problemów. Niezwykle kłopotliwa niestety staje się działalność charytatywna, kiedy chęci nie pokrywają się z możliwościami. Dlatego wszystkie osoby chcące pomagać zachęcam do zatroszczenia się najpierw o siebie – o swoją kondycję psychiczną i balans życiowy.

Moim zdaniem istotne jest też to, by mieć konkretny pomysł na pomaganie. Dobrze zastanowić się nad tym, w jaki mniej więcej sposób chcemy

zaangażować się w działalność charytatywną, kogo w ogóle chcemy wspierać i ile czasu możemy na to poświęcić. Warto też nieustannie poszukiwać nowych dróg, kierunków swojej aktywności. Być może zbierzemy w ten sposób więcej funduszy, a dobro, którym się podzielimy z potrzebującymi, pomnoży się o stokroć lub więcej. Dobrze, rozważnie poprowadzona działalność charytatywna może zdziałać cuda, które są przecież tak bardzo potrzebne wielu osobom. Jeśli będzie chaotyczna, to może nie przynieść oczekiwanych rezultatów, a to prowadzi tylko do jednego – poczucia rozczarowania, frustracji, niemocy i zniechęcenia. Trudno jest, kiedy traci się wiarę w swoją aktywność. Nabiera się wówczas przekonania, że pewne zadania są zbyt trudne w realizacji, a tak naprawdę silna motywacja to połowa sukcesu. Jeżeli jej zabraknie, efekty nie pokryją się z oczekiwaniami. Kiedy jednak zaangażowanie w „sprawę” jest silne, to pomysły na realizację zamierzeń przychodzą same, a działalność charytatywna staje się bardzo naturalna, niewymagająca dużego wysiłku.

CEL – JASNO OKREŚLONY

Jeśli cel przyswieca, sposób musi się znaleźć.

ANDRZEJ SAPKOWSKI

Działalność charytatywna to jedna z najważniejszych dziedzin naszego życia społecznego. Organizacje charytatywne i pozarządowe angażują się w pomoc ludziom potrzebującym, walka z chorobami, zwalczanie nierówności społecznych i promowanie równości szans. Wszystko to ma na celu poprawienie jakości życia ludzi i zwiększenie dobrobytu społeczeństwa.

Jednym z najważniejszych aspektów działalności charytatywnej jest jasno określony cel. To dzięki celowi organizacje charytatywne wiedzą, na co chcą przeznaczyć swoje zasoby, jakie cele chcą osiągnąć i jakie kroki muszą podjąć, aby osiągnąć zamierzone cele. Poniżej zobaczysz, dlaczego jasno określone cele są tak ważne w działalności charytatywnej. Dowiesz się, jakie korzyści

płyną z określania celów i jakich błędów warto unikać przy określaniu celów w działalności charytatywnej.

WYZNACZONE CELE JAKO FUNDAMENT DZIAŁALNOŚCI CHARYTATYWNEJ

Jasno określone cele są podstawą dla każdej działalności charytatywnej. To one pozwalają organizacjom charytatywnym i pozarządowym na skuteczną realizację swojej misji i pomaganie osobom potrzebującym. Cele to punkt odniesienia, który pozwala na wyznaczenie kierunku działań, planowanie ich, monitorowanie postępów i ocenę efektywności wykonanych założeń.

Bez jasno określonych celów organizacje charytatywne mogą działać chaotycznie, a ich działania mogą nie mieć pozytywnego wpływu na osoby potrzebujące. Precyzyjnie określone założenia pozwalają organizacjom charytatywnym skupić się na faktycznych potrzebach i wyznaczyć kierunek, do którego zmierzamy. Dzięki temu organizacje charytatywne mogą działać skuteczniej i efektywniej, co przekłada się na pozytywny wpływ na osoby potrzebujące.

KORZYŚCI Z OKREŚLANIA CELÓW W DZIAŁALNOŚCI CHARYTATYWNEJ

Określanie celów to kluczowy element skutecznej działalności charytatywnej. Dzięki jasno określonym priorytetom organizacje charytatywne mogą cieszyć się szeregiem korzyści, które przekładają się na pozytywny wpływ na osoby potrzebujące.

SKUPIENIE SIĘ NA FAKTYCZNYCH POTRZEBACH

Jasno określone cele pozwalają organizacjom charytatywnym skupić się na realnych potrzebach osób potrzebujących. Dzięki temu organizacje charytatywne mogą lepiej zrozumieć potrzeby i oczekiwania swoich beneficjentów oraz dostosować swoje działania, aby zaspokajać ich potrzeby w najlepszy sposób. Działając w oparciu o jasno określone założenia, organizacje charytatywne unikają podejmowania kroków, które nie przynoszą korzyści dla osób potrzebujących.

1. Wyznaczenie kierunku działań

Jasno określone zamiary pozwalają organizacjom charytatywnym wyznaczyć kierunek działalności, co ułatwia podejmowanie decyzji. Dzięki temu organizacje charytatywne wiedzą, na co chcą przeznaczyć swoje zasoby i jakie działania muszą podjąć, aby osiągnąć zamierzone cele. Wyznaczanie kierunku, do którego się zmierza pozwala również organizacjom charytatywnym na efektywne wykorzystanie swoich zasobów.

2. Planowanie działań

Określanie celów jest kluczowe przy planowaniu działań. Dzięki jasno określonym zamiarom organizacje charytatywne mogą określić, jakie kroki muszą podjąć, aby osiągnąć zamierzone cele. Planowanie przedsięwzięcia pozwala również na efektywne wykorzystanie zasobów organizacji charytatywnych.

3. Monitorowanie postępów

Jasno określone cele pozwalają na monitorowanie postępów w realizacji działań charytatywnych. Dzięki temu organizacje charytatywne mogą na bieżąco śledzić, jakie postępy zostały osiągnięte w realizacji założeń i w razie potrzeby dokonywać korekt w swoim działaniu.

4. Ocena efektywności działań

Właściwie wyznaczone cele pozwalają na dokładną ocenę efektywności działań charytatywnych. Dzięki temu organizacje charytatywne mogą ocenić, czy podjęte przez nich kroki przyniosły pozytywne efekty i czy osiągnęły zamierzone cele. Ocena efektywności zachowań pozwala na podejmowanie decyzji dotyczących dalszych działań organizacji charytatywnych.

JAK OKREŚLIĆ CELE W DZIAŁALNOŚCI CHARYTATYWNEJ, CZEGO UNIKAĆ?

Określanie celów w działalności charytatywnej jest kluczowe dla skutecznej i efektywnej pracy organizacji charytatywnych. Istnieją jednak pewne błędy, które warto unikać przy określaniu założeń w działalności charytatywnej.

1. Brak konkretów

Jasno określone cele powinny być konkretne i mierzalne. Założenia sformułowane w sposób ogólny, bez konkretnych wytycznych, utrudniają monitorowanie postęp w ich realizacji i skuteczne planowanie działań. Dlatego też przy określaniu celów w działalności charytatywnej, warto zawsze dążyć do konkretów.

2. Brak spójności

Cele w działalności charytatywnej powinny być spójne z misją i wartościami organizacji charytatywnej. Brak spójności między celami a misją i wartościami organizacji charytatywnej może prowadzić do zamieszania i nieporozumień wewnątrz organizacji. Dlatego przed określeniem założeń w działalności charytatywnej, warto przeanalizować misję i wartości organizacji.

3. Brak elastyczności

Cele w działalności charytatywnej powinny być elastyczne i dostosowane do zmieniających się potrzeb beneficjentów oraz zmieniających się warunków zewnętrznych. Brak elastyczności celów może prowadzić do sytuacji, w której organizacja charytatywna nie jest w stanie dostosować swoich działań do rzeczywistych potrzeb beneficjentów i zmieniających się warunków zewnętrznych. Ważne jest, aby określając zamiary w działalności charytatywnej, należy uwzględnić możliwość ich modyfikacji w przyszłości.

4. Niekonkretne cele

Niekonkretne cele w działalności charytatywnej mogą prowadzić do niejasności i nieefektywności działań. Przykładem niekonkretnego celu może być np. „pomoc potrzebującym”. Takie zamierzenie nie jest dostatecznie precyzyjne, aby organizacja charytatywna mogła zaplanować konkretne działania. Intencje w działalności charytatywnej powinny być konkretne.

5. Cel nieosiągalny

Cel nieosiągalny w działalności charytatywnej może prowadzić do frustracji i zniechęcenia zarówno wśród pracowników organizacji charytatywnej, jak

i wśród darczyńców. Zatem przy określaniu koncepcji w działalności charytatywnej, warto uwzględnić realistyczne możliwości ich osiągnięcia.

6. Brak motywacji

Brak motywacji może prowadzić do braku zaangażowania w działalność charytatywną i niemożności osiągnięcia celów. Cele w działalności charytatywnej powinny być tak dobrane, aby wzbudzić motywację i zaangażowanie zarówno wśród pracowników organizacji charytatywnej, jak i wśród darczyńców.

Określanie celów w działalności charytatywnej jest procesem kluczowym dla skutecznego działania organizacji charytatywnej. Cele te powinny być konkretnie określone, spójne z misją i wartościami organizacji charytatywnej, elastyczne, realistyczne, motywujące oraz uwzględniające potrzeby beneficjentów. Dzięki odpowiednio dobranym zamierzeniom, organizacja charytatywna będzie w stanie skutecznie realizować swoją misję i osiągać pozytywne efekty w pracy na rzecz potrzebujących. Ważne jest również, aby zamierzenia w działalności charytatywnej były zgodne z prawem, normami etycznymi oraz wartościami organizacji charytatywnej. Cele te powinny być realizowane zgodnie z wysokimi standardami moralnymi i etycznymi, aby zapewnić, że działania organizacji charytatywnej są zawsze korzystne dla społeczeństwa i przyczyniają się do poprawy sytuacji potrzebujących. Jednym z wyzwań, jakim organizacje charytatywne często muszą stawić czoła, jest brak zasobów, które są niezbędne do realizacji planów. Określenie jasnych celów pozwala organizacjom charytatywnym na precyzyjne określenie, jakie zasoby będą potrzebne do ich osiągnięcia, co ułatwia pozyskiwanie funduszy i współpracę z innymi organizacjami. Wreszcie, warto zwrócić uwagę na to, że jasno określone cele w działalności charytatywnej nie tylko przyczyniają się do osiągania pozytywnych efektów społecznych, ale również zwiększają szanse organizacji charytatywnych na uzyskanie stabilnej i długoterminowej pozycji na rynku. Darczyńcy i sponsorzy szukają organizacji, które mają jasno określone ideały i są skuteczne w ich realizacji, co przyczynia się do zwiększenia ich zaufania i lojalności wobec organizacji.

Organizacje charytatywne mają obecnie znaczący wpływ na społeczeństwo w wielu obszarach. Obecnie coraz więcej osób dostrzega potrzebę wspierania innych, a charytatywne organizacje stają się ważnym narzędziem w realizacji tego celu. Mają też ogromny wpływ edukacyjny dla ludzi, nie tylko młodzieży, aby ich uczyć empatii i dobroci, ale też starszych, którzy na pewno zauważają zaangażowanie młodych w pomoc potrzebującym, co pozwala zmienić postrzeganie przez osoby starsze – „dzisiejszej młodzieży”.

Podsumowując, działania charytatywne, aby były efektywne, muszą być dobrze zaplanowane i podparte zaangażowaniem. Zamiarem jest zysk społeczny, a nie ekonomiczny, ale koniec końców, aby wytworzyć jakikolwiek zysk, należy mieć jasno określony plan działania. Jest to forma działalności, dlatego wymaga organizacji. Aby zatem nieść dobro innym poprzez aktywność charytatywną, należy robić to „z głową” i z pełnym wyczuleniem na potrzeby innych. Nie zapominając przy tym o swoich potrzebach. Jeśli nasza kondycja psychiczna nie jest najlepsza, to bardzo trudno nam wspierać innych. Właśnie dlatego najpierw należy zadbać o siebie, a dopiero później nieść pomoc innym.

CEL – DZIAŁANIE – EFEKT

CSR – CO TO W OGÓLE JEST?

Spółeczna odpowiedzialność biznesu, inaczej społeczna odpowiedzialność przedsiębiorstw to koncepcja, według której przedsiębiorstwa na etapie budowania strategii uwzględniają interesy społeczne i ochronę środowiska, a także relacje z różnymi grupami interesariuszy. Społeczna odpowiedzialność biznesu staje się obecnie nieodzownym elementem każdego przedsiębiorstwa. Jej wartość już od dawna dostrzegały międzynarodowe korporacje. Bycie społecznie odpowiedzialnym oznacza inwestowanie w zasoby ludzkie, w ochronę środowiska, w relacje z otoczeniem firmy oraz systematyczne informowanie o tych działaniach. Jest to inwestowanie w kapitał ludzki, środowisko i stosunki z akcjonariuszami. Znacznie przyczynia się to do wzrostu konkurencyjności

danego przedsiębiorstwa i do kształtowania warunków dla zrównoważonego rozwoju społecznego i ekonomicznego.

JAK TO JEST ROBIONE?

Stosowane w CRS narzędzia społecznej odpowiedzialności biznesu obejmują m.in. działania na rzecz lokalnej społeczności, czyli różne przedsięwzięcia na rzecz otoczenia, w którym funkcjonuje dane przedsiębiorstwo. Mogą to być np. działania polegające na wspieraniu lokalnych instytucji i osób lub współpraca z lokalnymi organizacjami. Wśród stosowanych w CSR narzędzi można wskazać także działania proekologiczne, czyli działania skierowane na ochronę środowiska i wszelkie inwestycje minimalizujące szkodliwy wpływ na środowisko, np.: wdrażanie polityki środowiskowej, zrównoważone zarządzanie surowcami, segregacja odpadów, edukacja ekologiczna pracowników i klientów, wdrażanie ekologicznych procesów technologicznych czy ekologicznych produktów i usług.

Kolejne narzędzie, czyli kampanie społeczne pozwalają przedsiębiorstwom wpływać na postawy społeczeństwa za pośrednictwem mediów. Ich celem jest niesienie pomocy potrzebującym lub zwiększenie świadomości danej społecznej na dany temat. Temat akcji powinien być zawsze związany z działalnością przedsiębiorstwa, wówczas jest on bardziej wiarygodna w oczach klientów. Istotne są także programy dla pracowników, czyli inwestycje w ich rozwój. Pracodawcy poświęcają uwagę np. szkoleniom/kursom dla pracowników, czy programom na rzecz wyrównywania szans.

Pośród narzędzi społecznej odpowiedzialności biznesu wskazuje się także na raporty społeczne. Są to publikacje, które prezentują sposób zarządzania przedsiębiorstwem i kwestię realizacji strategii firmy wraz z uwzględnieniem działań społecznie odpowiedzialnych. Istotę raportowania stanowi przejrzystość przedsiębiorstwa. Powinny one wskazywać okres sprawozdawczy oraz zawierać oświadczenia dotyczące polityki, celów i strategii i przegląd wyników, w celu porównania ich z ubiegłymi latami. Raport robiony jest w myśl interesariuszy.

W przedsiębiorstwach należy stosować przejrzyste i skuteczne systemy zarządzania, takie jak: Quality Management System ISO 9000 (system zarządzania jakością), Environmental Management System ISO 14000 (system zarządzania środowiskowego), czy Social Accountability SA 8000 (zarządzanie odpowiedzialnością społeczną).

QUALITY MANAGEMENT SYSTEM ISO 9000

System zarządzania jakością ISO 9000 to zbiór międzynarodowych norm, które mają na celu zagwarantowanie wysokiej jakości produktów i usług za pomocą wdrożenia w firmie efektywnego, ustandaryzowanego systemu zarządzania. W ujęciu praktycznym oznacza to opracowanie i wdrożenie procedur oraz instrukcji, które pozwolą na osiągnięcie założonych celów jakościowych.

Dążenie do pełnej zgodności z normami ISO 9000 stanowi w oczach interesariuszy wyraz zaangażowania przedsiębiorstwa w budowanie społecznego zaufania oraz wzmocnienie swojej pozycji na rynku. System ten umożliwia między innymi regularne doskonalenie jakości w firmie, zwiększanie zaangażowania załogi w procesy zarządzania realizowane w ramach przedsiębiorstwa oraz skuteczną komunikację z klientami i partnerami biznesowymi. System zarządzania jakością ISO 9000 może być traktowany jako ważny element strategii CSR firmy, ponieważ ma wpływ na realizację założeń tej strategii w takich obszarach, jak satysfakcja klienta, etyka biznesowa czy zarządzanie ryzykiem.

ENVIRONMENTAL MANAGEMENT SYSTEM ISO 14000

Norma ISO 14000 jest międzynarodowym standardem, który określa wymagania dotyczące systemu zarządzania środowiskowego. Została stworzona w celu wspierania ochrony środowiska oraz ograniczenia negatywnego wpływu działalności gospodarczej na otoczenie. Wdrożenie tego systemu w firmie polega nie tylko na przestrzeganiu przepisów związanych z ochroną środowiska, ale i na nieustannym doskonaleniu praktyk przedsiębiorstwa w tym zakresie.

Wdrożenie w firmie ISO 14000 pozwala na czerpanie wielu korzyści przez przedsiębiorców. Realizacja tego standardu wpływa na minimalizację ryzyka

związanego ze środowiskiem, na przykład w postaci wycieków substancji chemicznych czy emisji zanieczyszczeń do atmosfery. Poza tym przyczynia się do redukcji kosztów operacyjnych poprzez skuteczniejsze zarządzanie zasobami naturalnymi oraz optymalizację procesów produkcyjnych. Ponadto firma może zdobyć przewagę konkurencyjną na rynku: klienci coraz częściej wybierają usługi i produkty firm, które wykazują poczucie odpowiedzialności za środowisko. I wreszcie – przedsiębiorstwa mające certyfikat ISO 14000 są bardziej atrakcyjne dla inwestorów oraz partnerów biznesowych.

SOCIAL ACCOUNTABILITY SA 8000

SA 8000 definiuje wymagania, które powinny być zachowane przez organizacje pod względem etyki pracy, ochrony środowiska oraz społeczeństwa. Standard ten obejmuje zagadnienia dotyczące rozmaitych obszarów tematycznych, między innymi bezpieczeństwa i higieny pracy, godziwego wynagrodzenia czy czasu pracy.

Ważnym narzędziem w społecznej odpowiedzialności biznesu jest także wolontariat pracowniczy, który polega na dobrowolnej pracy pracowników przedsiębiorstwa na rzecz inicjatyw prospołecznych. Firmy, które działają w strefach charytatywnych, są znacznie bardziej wiarygodne dla klienta. Także pracownicy chętnie się z nimi utożsamiają. Działania CSR wywierają ogromny wpływ na zacieranie różnic w społeczeństwie, co jest bardzo ważne. Przedsiębiorstwa, które wdrażają do swojego funkcjonowania społeczną odpowiedzialność biznesu, dobrowolnie uwzględniają aspekty społeczne i ekologiczne w swoich działaniach handlowych oraz w kontaktach z interesariuszami. Stanowi to swego rodzaju zobowiązanie biznesu do przyczyniania się do zrównoważonego rozwoju przy współpracy zatrudnionych, ich rodzin, lokalnych społeczności i całego społeczeństwa. Założeniem takiego działania jest zmierzanie do znacznej poprawy jakości życia. Pozytywnie wpływa to zarówno na funkcjonowanie i rozwój danego przedsiębiorstwa, jak i na rozwój całej społeczności.

KORZYŚCI

Wprowadzenie społecznej odpowiedzialności biznesu przynosi wiele korzyści zarówno dla przedsiębiorstwa, jak i dla jego otoczenia. Mogą to być korzyści: ekonomiczne, środowiskowe, otoczenia społecznego i korzyści dla pracowników. Bardzo istotne są korzyści otoczenia społecznego, czyli przede wszystkim wzrost poziomu kultury i bezpieczeństwa pracy, ograniczenie negatywnego wpływu przedsiębiorstw na środowisko oraz realizacja celów społecznych nie do osiągnięcia bez wsparcia ze strony biznesu.

Korzyści, które przynosi wdrożenie społecznej odpowiedzialności biznesu, wzmocniają się w miarę upływu czasu. Przede wszystkim znacznie poprawia się relacja przedsiębiorstwa z otoczeniem. Firma staje się zdecydowanie bardziej wiarygodna dla społeczności lokalnej, klientów, pracowników oraz inwestorów, dla których wiarygodność finansowa firmy jest bardzo często uzależniona od jej wiarygodności społecznej.

Zrównoważony rozwój i etyczne postępowanie w biznesie stanowi zatem obecnie nie tylko trend. By przedsiębiorstwo mogło się prężnie rozwijać w XXI wieku, powinno obrać odpowiednią politykę firmy, której filarem może być właśnie opisywana koncepcja. Coraz liczniejsza grupa przedsiębiorstw zdaje sobie sprawę z tego, że prowadzenie biznesu z uwzględnianiem zasad CSR przynosi wiele profitów. Przy czym korzyści te dotyczą zarówno danej organizacji, jak i społeczeństwa czy środowiska, które ją otacza.

✓ Pozytywny wizerunek firmy

W obecnych czasach dobre opinie o firmie są bezcenne. Mają ogromne znaczenie szczególnie w kontekście powszechności mediów społecznościowych, w ramach których w ekspresowym tempie rozprzestrzeniają się wypowiedzi internautów. Trudno oszukać swoją grupę docelową, której członkowie chętnie dzielą się swoim zdaniem na temat przetestowanego produktu czy usługi. Właśnie dlatego jedną z głównych zalet CSR jest duży wpływ na wizerunek marki. Kiedy dana firma angażuje się w działalność proekologiczną czy bierze udział w inicjatywnych społeczności lokalnej, zaczyna być postrzegana jako przedsiębiorstwo, które jest godne zaufania. Organizacja jawi się wreszcie

jako odpowiedzialna i troszcząca się o swoje otoczenie, co ma bezpośrednie przełożenie na zwiększone zaufanie ze strony jej odbiorców.

✓ **Przyciąganie cennych pracowników**

Współcześnie o wyborze miejsca zatrudnienia decyduje kilka czynników. Z jednej strony jest to oczywiście wysokość wynagrodzenia oraz benefity oferowane przez potencjalnego pracodawcę. Z drugiej natomiast wartości i misja przedsiębiorstwa. Właśnie dlatego wdrożenie w ramach organizacji polityki CSR sprawia, że staje się ona atrakcyjniejszym miejscem pracy dla utalentowanych pracowników. W rezultacie coraz więcej wartościowych osób, które świadomie podchodzą do swojego funkcjonowania w świecie, uczestniczy w rozwoju jednego przedsiębiorstwa. Przynosi to niewątpliwie profity dla firmy, w szczególności w postaci rosnących zysków finansowych oraz umacnianej renomy. Kiedy więc organizacja udowadnia, że jest społecznie odpowiedzialna, może oczekiwać od swoich pracowników pełnej lokalności i zaangażowania.

✓ **Stabilizacja i konkurencyjność**

Dbłość o zrównoważony rozwój przynosi wymierne korzyści, zarówno krótko, jak i długoterminowe. Uwzględnianie CSR w prowadzeniu biznesu pozwala więc na osiągnięcie sukcesu w postaci stabilności i zwiększenia swojej konkurencyjności na rynku, utrzymującej się przez określony czas. Kiedy firma troszczy się o środowisko naturalne czy o warunki pracy zatrudnianych przez siebie osób, ma realny wpływ na zachowanie równowagi ekologicznej i społecznej – w lokalnym i globalnym wymiarze. To z kolei przekłada się na stabilizację przedsiębiorstwa i zwiększenie jego konkurencyjności w branży. W ujęciu praktycznym oznacza to między innymi zmniejszenie kosztów eksploatacyjnych czy na przykład ograniczone ryzyko zmian wynikających z modyfikacji koniunktury gospodarczej.

✓ **Zmniejszone ryzyko konfliktów z interesariuszami**

Wdrożenie w przedsiębiorstwie polityki CSR może również sprawić, że ograniczone zostanie ryzyko rozmaitych konfliktów z interesariuszami, takimi jak

klienci, pracownicy czy lokalne społeczności. Aktywność związana z koncepcją CSR polega między innymi na dążeniu do dialogu i współpracy z tymi grupami, co ułatwia wypracowanie zadowolających obie strony rozwiązań problemów. W ten sposób unikane są wszelkie nieporozumienia.

✓ **Wzmocnienie pozycji firmy na rynku**

Wprowadzenie do strategii firmy zasad CSR powoduje również wzmocnienie jej pozycji na rynku. Przedsiębiorstwa, które są odpowiedzialne społecznie, łatwiej i szybciej poszerzają grono swoich oddanych klientów. Z biegiem czasu dochodzi w efekcie do wzrostu sprzedaży prowadzonej przez firmę oraz jej udziału w rynku. Wzmocnienie pozycji organizacji na rynku pozwala na zwiększenie jej konkurencyjności. Taka firma zyskuje również lepsze perspektywy rozwoju.

✓ **Długoterminowe oszczędności**

Firmy, które funkcjonują zgodnie z myślą przewodnią społecznej odpowiedzialności mają szansę na to, by osiągnąć długoterminowe oszczędności. Na zmniejszenie kosztów działalności przedsiębiorstwa pozwala na przykład efektywność energetyczna, ograniczone zużycie surowców oraz ograniczenie odpadów. Inwestowanie w ekologiczne technologie może również wygenerować korzyści finansowe w dłuższej perspektywie czasowej.

✓ **Większa atrakcyjność dla inwestorów**

Przedsiębiorstwa, dla których ważne są kwestie społeczne i środowiskowe, bardzo często postrzegane są jako bardziej przyszłościowe, idące z duchem czasu. Inwestorzy znacznie chętniej podejmują współpracę z takimi firmami, co ma niezwykle proste uzasadnienie: przedsiębiorstwa działające zgodnie z koncepcją CSR mają większe szanse na długofalowy sukces. W rezultacie CSR wpływa na wzrost wartości organizacji, przyciągając jednocześnie poważne inwestycje.

✓ **Wzrost innowacyjności**

Dążenie firm do bycia społecznie odpowiedzialnym przedsiębiorstwem bardzo często wpływa również na rozwój innowacji w ramach działalności.

Zgodnie z zasadami CSR organizacje muszą być elastyczne oraz wykazywać dużą kreatywność w pokonywaniu trudności dotyczących wprowadzania nowych technologii czy produktów. W rezultacie firmy te stają się bardziej innowacyjne oraz skuteczniejsze w tworzeniu nowatorskich rozwiązań.

KOMU? GDZIE? JAK?

Przedsiębiorstwa mogą udzielać pomocy w kwestii realizacji celów z zakresu sfery zadań publicznych. Działalność ta może być ukierunkowana m.in. na wsparcie:

- rodzin i osób w trudnej sytuacji życiowej,
- osób niepełnosprawnych, ochrony i promocji zdrowia,
- nauki, edukacji, oświaty i wychowania,
- krajoznawstwa oraz wypoczynku dzieci i młodzieży,
- kultury, sztuki, ochrony dóbr kultury i tradycji,
- upowszechniania kultury fizycznej i sportu,
- ekologii i ochrony zwierząt oraz ochrony dziedzictwa przyrodniczego,
- podtrzymywania tradycji narodowej, pielęgnowania polskości oraz rozwoju świadomości narodowej, obywatelskiej i kulturowej,
- wspomagania rozwoju wspólnot i społeczności lokalnych,
- porządku i bezpieczeństwa publicznego,
- przeciwdziałania patologiom społecznym,
- upowszechniania i ochrony wolności i praw człowieka,
- swobód obywatelskich,
- działań wspomagających rozwój demokracji, ratownictwa i ochrony ludności, pomocy ofiarom katastrof, klęsk żywiołowych,
- działań na rzecz integracji europejskiej,
- promocji i organizacji wolontariatu.

ZAUFANIE

Firmy, które opierają swoje funkcjonowanie na społecznej odpowiedzialności biznesu uchodzą w środowisku za bardziej pewne, stabilne i godne zaufania. Wpływa to na ich silną pozycję na rynku. Ich działanie opiera się na znacznie

bardziej przejrzystych działaniach ekonomicznych, społecznych i ekologicznych. Dodatkowym atutem, który wpływa na to, że są one darzone większym zaufaniem jest fakt, że ich wizerunek i reputacja są znacznie poprawiane przez swobodny dostęp do informacji z ich działalności. Zaufanie klientów ma swoje odbicie w ich lojalności. Wysoki poziom reputacji jest swego rodzaju mnożnikiem wartości. Klient ma pewność, że kupuje produkt pewny i z zaufanego źródła. Taka lojalność pozytywnie wpływa na prognozowanie strumienia przyszłych dochodów przedsiębiorstwa. Społeczna odpowiedzialność biznesu wpływa także pozytywnie na nawiązywanie kontaktów z klientami. Lepsza relacja umożliwia natomiast zdecydowanie lepszy przepływ informacji pomiędzy klientem a przedsiębiorstwem, co skutkuje pełnym dopasowaniem produktów do potrzeb klientów. Satysfakcja klienta powoduje wzmocnienie jego lojalności. Świadomość, że dana firma wdraża działania CSR, pozwala ukształtować grono lojalnych konsumentów, utwierdzonych w przekonaniu, że wszystko, co oferuje dana firma, jest potencjalnie słusznym, dobrym, dla nich wyborem. Lojalność klienta rozumiana, jako stopień, w jakim konsument konsekwentnie utrzymuje pozytywną postawę w stosunku do danego produktu, firmy czy miejsca zakupów, pomimo tego, że istnieją czynniki ekonomiczne, które przemawiają za zakupem oferty konkurencyjnej. Przywiązanie klientów do firmy jest coraz cenniejsze: zależą od niego zyski przedsiębiorstwa, a w dłuższym okresie – także udział w rynku. Ocenia się, że zdobycie klienta kosztuje średnio pięciokrotnie więcej niż utrzymanie już pozyskanego. Narzędziem pozyskania klientów są okresowe promocje, specjalne ceny dla wybranych grup klientów, ale przede wszystkim – programy lojalnościowe.

Efektom wyższej satysfakcji klientów jest ich poczucie więzi emocjonalnej z firmą, co powoduje, że stają się klientami lojalnymi. Lojalność klienta rozumiana jest jako stopień, w jakim konsument konsekwentnie utrzymuje pozytywną postawę w stosunku do danego produktu, firmy, czy miejsca zakupów, pomimo tego, że istnieją czynniki ekonomiczne, które przemawiają za zakupem oferty konkurencyjnej. Przywiązanie klientów do firmy jest coraz cenniejsze: zależą od niego zyski przedsiębiorstwa, a w dłuższym okresie – także udział w rynku.

LOJALNOŚĆ

Lojalność wyrażająca się w pozytywnym postrzeganiu firmy i jej produktów jest stopniowalna, w zależności od siły postawy klientów. W praktyce, aby zbudować program „wiernego klienta” wiele uwagi należy poświęcić budowaniu trwałych relacji między sprzedającym a nabywcą. Wszystkie programy lojalnościowe odnoszą się do zaspokajania potrzeby ludzkiej określanej jako potrzeba uznania, docenienia i dowartościowania. Klient otrzymując jakieś dodatkowe graty, upominki, świadczenia czuje się docenionym, zauważonym, kimś ważnym, co zawsze kojarzy się z doznaniem przyjemnym. W ten sposób powstaje więź emocjonalna pomiędzy firmą a klientem, oparta na poczuciu dowartościowania u klienta.

Według J. Otto zadowolenie klienta w praktyce oznacza poszukiwanie odpowiedzi na następujące pytania: „jak klienci reagują na usługi i w jakim stopniu są zadowoleni z poszczególnych składników usług?, Co wpływa bardziej, a co mniej na ich zadowolenie?, Których z naszych konkurentów klienci uważają za wzorowych w pewnych dziedzinach?, Jakie należy wprowadzić zmiany, by doprowadzić do poprawy satysfakcji klientów?”. CSR istotnie zwiększa wartość firmy. Omawiana lojalność buduje się jednak nie tylko w relacjach z otoczeniem zewnętrznym. Także pracownicy przekonani o spójności własnych wartości z misją, wizją i celami firmy, których nieodłącznym elementem jest społeczna odpowiedzialność biznesu, stają się bardziej oddani swoim obowiązkom, zmotywowanymi i wydajniejsi w działaniu, co wpływa pozytywnie na funkcjonowanie całego przedsiębiorstwa.

Działalność społecznej odpowiedzialności biznesu wpływa także pozytywnie na tworzenie wartości dla całego społeczeństwa i otoczenia, w którym funkcjonuje dane przedsiębiorstwo. Społeczeństwo i przedsiębiorstwo nieustannie, wzajemnie na siebie oddziałują. Jeśli społeczność jest zadowolona to wpływa to pozytywnie na funkcjonowanie przedsiębiorstwa i jego rozwój. Istotna jest współpraca firmy z lokalną społecznością, co przynosi jej wiele korzyści. Dzięki wdrożeniu społecznej odpowiedzialności biznesu możliwe jest osiągnięcie zrównoważonego rozwoju. Jednakże należy zwrócić uwagę na znaczącą różnicę pomiędzy sporadycznymi akcjami charytatywnymi

a CSR-em, który w założeniu i w praktyce ma trwale zmieniać rzeczywistość na lepszą. Działalność charytatywna stanowi ostatni punkt decyzyjny w firmie, będący często pomysłem na to, jak podzielić się zyskami firmy. W taki sposób rozumiana dobroczynność jest jednym z końcowych kosztów biznesu. CSR jest natomiast podstawą biznesu. Skupia się na tym, w jaki sposób firma może realizować swoje działania, aby zwiększyć swój pozytywny wpływ na środowisko. Dlatego też firma decydująca się na działalność charytatywną w ramach CRS jest postrzegana znacznie lepiej i bardziej wiarygodnie. CSR obejmuje wyjątkowy rodzaj działalności charytatywnej. Jej głównym zadaniem jest przeciwdziałanie skutkom negatywnych zjawisk. CSR zapobiega chorobie, natomiast tradycyjnie rozumowana działalność charytatywna leczy jej objawy. Patrząc dalekosiężnie, to właśnie CSR i prowadzone w ramach niego działania charytatywne mogą znacząco, trwale i korzystnie wpłynąć na otoczenie. Zdecydowanie realizacja działań charytatywnych stanowi jeden ze sposobów, w jaki organizacja może pozytywnie wpływać na otoczenie. Bardzo ważne jest, aby tego rodzaju inicjatywy powstawały i były popularyzowane.

Istotny jest fakt, że działania charytatywne w połączeniu z akcjami CSR mogą naprawdę zdziałać cuda i trwale zmienić rzeczywistość społeczeństwa. Każde, odpowiednio przemyślane zaangażowanie na rzecz interesu społecznego stanowi dobry krok w stronę lepszego jutra. Warto o tym pamiętać budując wizerunek swojej marki i planując działania firmowe. Niestety przeciwnicy społecznej odpowiedzialności biznesu (CSR) wskazują, że firmy powinny skupić się głównie na osiągnięciu zysku, a decyzje o sponsoringu mogą być subiektywne, bo organizacje nie mają doświadczenia w kierowaniu programami społecznymi. Zdaniem przeciwników, społeczna odpowiedzialność biznesu często może być cyniczna i nieszczerza.

Podsumowując, społeczna odpowiedzialność biznesu to koncepcja, według której przedsiębiorstwa na etapie budowania strategii uwzględniają interesy społeczne i ochronę środowiska, a także relacje z różnymi grupami interesariuszy. Przedsiębiorstwa, które działają w strefach charytatywnych są bardziej wiarygodne dla klienta. Zaufanie klientów ma swoje odzwierciedlenie w ich lojalności. Wysoki poziom reputacji jest swego rodzaju mnożnikiem

wartości przedsiębiorstwa. Klient ma pewność, że kupuje usługę lub produkt pewny i z zaufanego źródła. Działania CSR wywierają duży wpływ na zacieranie się różnic w społeczeństwie, co w dzisiejszych czasach jest czymś bardzo istotnym. Firma, która jest społecznie odpowiedzialna dba o rozwój i godną pracę swoich pracowników, oszczędnie zużywa ograniczone zasoby, chroni środowisko oraz aktywnie i pozytywnie oddziałuje na społeczeństwo, w którym funkcjonuje. Główne korzyści, jakie może przynieść CSR dla firmy to: grono lojalnych klientów, wyróżnienie na tle konkurencji – wzmocnienie swojej pozycji na rynku, przyciągnięcie inwestorów.

EKONOMICZNE ASPEKTY CSR

Choć społeczna odpowiedzialność biznesu wielu osobom kojarzy się w szczególności z aktywnością proekologiczną i filantropijną, to dotyczy ona również innych obszarów działalności firm. Kluczowy jest niewątpliwie fakt, że CSR stanowi długotrwałe, silnie strategiczne podejście do prowadzenia działalności gospodarczej, które bazuje na osiągnięciu zrównoważonego wzrostu – zarówno zysków, jak i konkurencyjności. W ramach tego podejścia uwzględniana jest zarówno dbałość o wpływ danej firmy na otoczenie, jak i finansowe cele przedsiębiorstwa oraz realne potrzeby interesariuszy. Przy czym polega ono między innymi na zachowywaniu etycznych relacji z dostawcami. Działanie w myśl zasady o społecznej odpowiedzialności biznesu wyrażana jest również w postaci uczciwego traktowania klientów czy troski o jakości oferowanych im towarów i usług.

EKOLOGICZNE ASPEKTY CSR

Kluczowe znaczenie w kontekście społecznej odpowiedzialności biznesu ma również ekologiczny aspekt CSR. Ze względu na to rosnące obawy dotyczące zmian klimatycznych, aktywność proekologiczna z biegiem lat cieszy się coraz większym zainteresowaniem. Przy czym uznaniem cieszą się zarówno żyjące w zgodzie z naturą jednostki, jak i przedsiębiorstwa troszczące się o naturę. Dbałość o środowisko naturalne jest jednym z kluczowych aspektów społecznej odpowiedzialności biznesu. Na szczęście firmy mogą wprowadzać różnorodne,

proekologiczne inicjatywy. Wszelkie podejmowane przez nie działania związane z kwestią ekologii mogą mieć na celu redukcję emisji gazów cieplarnianych, zmniejszenie zużycia energii czy zwiększenie efektywności energetycznej. Istotne jest również promowanie zrównoważonego korzystania z dostępnych zasobów naturalnych. Konieczność ich rozsądnego, odpowiedzialnego wykorzystywania dotyczy zarówno procesów produkcyjnych, jak i aktywności logistycznych. Wszystkie te działania mają wpływ na kondycję natury. Przyczyniają się do zachowania równowagi ekosystemów, co ma ogromne znaczenie dla licznej grupy konsumentów.

SPOŁECZNE ASPEKTY CSR

W kontekście społecznej odpowiedzialności biznesu nie można również zapominać o pozytywnych, odpowiedzialnych relacjach z pracownikami oraz lokalnymi społecznościami. Przedsiębiorstwa, które rozumieją znaczenie CSR, podejmują rozmaite aktywności mające na celu na osiągnięcie w szczególności takich rezultatów, jak:

- poprawa warunków pracy,
- rozwój kompetencji pracowników,
- równouprawnienie,
- dbałość o zdrowie i dobrostan pracowników.

W efekcie firmy czerpią istotne profity. Dzięki temu, że inwestują w kapitał ludzki, zyskują pełne oddanie pracowników, ich mobilizację do pracy i sumienność podczas realizowania obowiązków zawodowych. A większe zaangażowanie załogi w sposób bezpośredni przedkłada się na znacznie lepsze wyniki finansowe przedsiębiorstwa.

Społeczna odpowiedzialność biznesu to również dbałość o lokalną społeczność. Właśnie dlatego koncepcja CSR może być przyczyną zapoczątkowania działalności organizacji w takich obszarach, jak na przykład szkolnictwo, kultura czy sport. Przedstawiciele firm prowadzący biznes w sposób odpowiedzialny wspierają szkoły, dbają o lokalny rozwój kultury, udzielają się w świecie sportu i budują pozytywne relacje z organizacjami pozarządowymi. W ten sposób budują

silną więź z mieszkańcami obszaru, na którym funkcjonują. Podnoszą także standard życia w danym regionie, co pomaga im w wygenerowaniu przynoszącej zyski progresji.

CSR I REPUTACJA FIRMY

Coraz większa liczba firm rozumie, jak ważne jest prowadzenie biznesu w sposób odpowiedzialny. Wynika to zarówno z troski o środowisko, jak i dbałości o społeczeństwo, które w nim żyje. CSR ma niebagatelny wpływ na budowanie pozytywnego wizerunku firmy. Poza tym pomaga w przyciągnięciu nowych klientów i inwestorów. Właśnie dlatego społeczna odpowiedzialność biznesu (CSR) jest aktualnie jednym z głównych filarów współczesnego zarządzania organizacją.

Należy pamiętać o tym, że wizerunek to nie tylko kwestia jakości produktów czy usług. Przesadza też o niej sposób, w jaki dane przedsiębiorstwa działa na rzecz społeczeństwa i środowiska naturalnego. Istotna jest zatem oferta danej firmy, ale równie ważny jest sposób jej funkcjonowania, a w tym zarządzania organizacją. Nie ulega wątpliwości, że społeczna odpowiedzialność biznesu pomaga w kreowaniu pozytywnego wizerunku przedsiębiorstwa w oczach klientów, inwestorów, pracowników, a nawet mediów. W rezultacie wszelka aktywność oparta na CSR może skutkować zwiększeniem konkurencyjności firmy, przyciągnięciem nowych klientów oraz zbudowaniem silnej pozycji na rynku.

RÓWNOŚĆ I RÓŻNORODNOŚĆ NA RYNKU PRACY

Społeczna odpowiedzialność biznesu dotyczy między innymi obszaru zatrudnienia. Przedsiębiorstwa, dla których istotna jest koncepcja CSR, starają się tworzyć takie miejsca pracy, które cechują się równością i różnorodnością. Stosowanie zasad równości płci, wieku, wyznania czy orientacji seksualnej wpływa na postrzeganie firmy jako atrakcyjnego pracodawcy oraz buduje jej dobry wizerunek na rynku pracy. Ponadto różnorodność zespołów pracowniczych wpływa na rozwój kreatywności, innowacyjności oraz efektywności działania przedsiębiorstwa.

ETYKA W BIZNESIE I RELACJE Z INTERESARIUSZAMI

Istotnym aspektem koncepcji CSR jest także dbałość o przyjmowanie etycznych postaw w prowadzonej działalności gospodarczej. Przejawia się to między innymi w stosowaniu uczciwych praktyk biznesowych, takich jak na przykład przejrzystość finansowa, ochrona praw autorskich czy uczciwa konkurencja na rynku. Ponadto firmy uwzględniające w swojej strategii CSR dążą do budowania szczerych i trwałych relacji z interesariuszami, takimi jak klienci, dostawcy czy lokalne społeczności. Wpływa to na stałe pozyskiwanie zaufania, lojalności oraz długotrwałego wsparcia, co może dynamizować pracę przedsiębiorstwa.

CROWDFUNDING

Crowdfunding, czyli finansowanie społecznościowe to forma finansowania różnego rodzaju projektów przez daną społeczność, która jest lub zostanie wokół tych projektów zorganizowana. Przedsięwzięcie jest finansowane poprzez dużą liczbę drobnych, jednorazowych wpłat, które są dokonywane przez osoby, które są zainteresowane projektem.

Crowdfunding to praktyka pozyskiwania funduszy na projekt lub przedsięwzięcie poprzez zebranie niewielkich kwot od dużej liczby ludzi, zwykle za pośrednictwem Internetu. Crowdfunding może być wykorzystywany do finansowania różnego rodzaju projektów, w tym prac twórczych, takich jak albumy muzyczne, filmy i książki, a także biznesów, inicjatyw społecznych i celów charytatywnych.

Crowdfunding to proces, w trakcie którego współpracuje większa liczba osób. Decydują się one na wyasygnowanie własnych pieniędzy, na wsparcie wysiłków, projektów oraz wizji innych prywatnych osób, firm, przedsiębiorstw czy organizacji). To procedura pozyskiwania datków od społeczeństwa, umożliwiająca zgromadzenie kapitału niezbędnego do zrealizowania nowych przedsięwzięć.

Proces crowdfundingu to finansowanie projektu lub przedsięwzięcia przez grupę pojedynczych jednostek zamiast profesjonalistów (np. banków, funduszy wysokiego ryzyka lub aniołów biznesu). W teorii to ludzie finansują

pośrednio inwestycje za pomocą oszczędności, od czasu, kiedy banki pośredniczą pomiędzy właścicielami kapitału a stroną zgłaszającą dane zapotrzebowanie. Crowdfunding funkcjonuje bez pośredników: przedsiębiorca zbiera pieniądze bezpośrednio od poszczególnych jednostek. Główne elementy crowdfundingu to zatem: uczestnicy, społeczność, przedmiot i wzajemność.

Główne cechy crowdfundingu to:

- 1) **pieniądz** – kapitał przekazywany jest w zdematerializowanej formie,
- 2) **cel** – jest szczegółowo skonkretyzowany, musi być kompletny opis projektu zawierający zakładane efekty wydatkowania,
- 3) **szeroka społeczność** – informacja o projekcie rozpowszechniana jest za pomocą Internetu, dlatego też w krótkim czasie może ona dotrzeć do szerokiego grona odbiorców (potencjalnych darczyńców, inwestorów),
- 4) **open call** – możliwość wsparcia projektu prezentowana jest w sposób otwarty, kierowana jest do nieoznaczonego adresata i nie nakłada ograniczeń w dostępie,
- 5) **ICT** – proces gromadzenia kapitału odbywa się przy użyciu różnego rodzaju rozwiązań teleinformatycznych,
- 6) **lepsze warunki** – pozyskanie kapitału związane jest ze znacznie korzystniejszymi warunkami, niż ogólnodostępnymi na rynku dla danego projektodawcy,
- 7) **świadczenie zwrotne** – za udzielenie wsparcia finansowego oferowane jest stosowne świadczenie zwrotne.

Istnieje kilka modeli crowdfunding, tym.in.:

- 1) crowdfunding oparty na darowiznach, w którym ludzie przekazują pieniądze na rzecz projektu bez oczekiwania na zwrot, a także
- 2) crowdfunding oparty na modelu inwestycyjnym, w którym ludzie inwestują w dany projekt w zamian za udział w jego zyskach.

Crowdfunding stał się popularnym sposobem pozyskiwania funduszy wśród przedsiębiorców i osób prywatnych na całym świecie, szczególnie wśród tych, którzy mają trudności w uzyskaniu tradycyjnego finansowania od banków

i innych instytucji finansowych. Crowdfunding umożliwia osobom z pomysłami na projekty, ale z ograniczonymi środkami finansowymi, na przeprowadzenie swoich planów i realizację swoich marzeń.

Crowdfunding zasadniczo różni się zatem od zbiórek publicznych, darowizn, czy fundraisingu, bowiem opiera się na pewnego rodzaju transakcji wymiennej. Osoby, które zdecydowały się wesprzeć daną inicjatywę, nie tylko wpłacają pieniądze, ale także otrzymują świadczenie zwrotne. Oznacza to, że organizacje pozarządowe decydując się na wystartowanie ze swoim pomysłem i zbieraniem na jego realizację pieniędzy poprzez portale internetowe, muszą jednocześnie zaproponować swoim sponsorom coś w zamian za finansowanie.

Pojawił się także trzeci model crowdfundingu, w którym inwestorzy udzielają pożyczek projektom, które zobowiązują się do spłacenia ich w określonym czasie.

W ostatnich latach coraz większą popularność zyskuje także model crowdfundingu typu ICO (Initial Coin Offering), który jest oparty na kryptowalutach. W ramach tej platformy, inwestorzy otrzymują cyfrowe tokeny, które umożliwiają im udział w danym projekcie.

W Polsce istnieje wiele platform crowdfundingowych, zarówno krajowych, jak zagranicznych. Wśród polskich platform crowdfundingowych warto wymienić, np. Polak Potrafi, wspieram.to, czy crowdfunding.pl.

CHARAKTERYSTYKA CROWDFUNDINGU CHARYTATYWNEGO

Crowdfunding, czyli finansowanie społecznościowe, zdobywa coraz większą popularność jako narzędzie pozyskiwania funduszy na rozmaite projekty. Dziedzina ta, która początkowo była związana przede wszystkim ze światem biznesu i sztuki, rozwija się obecnie również w obszarze działalności charytatywnej. W Polsce crowdfunding zyskuje także w kontekście wsparcia organizacji pozarządowych i inicjatyw społecznych.

Crowdfunding charytatywny różni się od komercyjnego w szczególności tym, że wpłacane przez darczyńców pieniądze są wykorzystywane wyłącznie do realizacji określonych dążeń społecznych lub charytatywnych. Ponadto darczyńca nie oczekuje materialnego zwrotu swojej wpłaty, choć bardzo często

otrzymuje podziękowania w innej formie, na przykład w postaci możliwości monitorowania postępów realizacji projektu, a nawet bezpośredniego uczestniczenia w nim. Crowdfunding charytatywny może przyjąć różne formy, a jedną z nich jest przede wszystkim zbiórka pieniędzy na konkretną osobę, która boryka się z określonymi trudnościami. Crowdfunding charytatywny polega również na wsparciu inicjatyw społecznych czy na pomocy organizacjom pozarządowym.

Crowdfunding stanowi obecnie jedną z najskuteczniejszych form pozyskiwania funduszy na cele charytatywne. Dzięki niemu organizacje pozarządowe, fundacje oraz indywidualne osoby mogą skutecznie zbierać fundusze na pomoc potrzebującym. Crowdfunding jest mocno doceniany zwłaszcza w przypadku mniejszych organizacji, które nie posiadają dużej bazy darczyńców i nie mają dostępu do tradycyjnych źródeł finansowania.

Zastosowanie crowdfundingu w działaniach charytatywnych jest bardzo proste. W pierwszej kolejności, podmiot, który chce pozyskać fundusze na cele charytatywne, musi założyć kampanię crowdfundingową na jednej z wielu dostępnych platform.

W opisie kampanii należy wskazać jej konkretny cel, tj. na co zbierane są fundusze oraz w jaki sposób zostaną wykorzystane. W zamian za wpłatę, darczyńcy otrzymują często nagrody, takie jak: podziękowania, gadżety, bilety na wydarzenia kulturalne, czy spotkania z twórcami projektu.

Organizatorzy zbiórek mogą odpowiednio dostosowywać kampanie do swoich celów, a także pozyskiwać i angażować społeczność. Podczas planowania warto zwrócić uwagę na różne aspekty techniczne, marketingowe i prawne, aby w pełni wykorzystać potencjał tego narzędzia i osiągnąć zamierzone cele.

Kampanie crowdfundingowe mogą przybierać różne formy. Można wskazać m.in. na tzw. kampanie „wszystko lub nic”, w których środki przekazywane są tylko wtedy, gdy uda się zebrać całą kwotę lub kampanie „częściowe”, w których środki są przekazywane niezależnie od tego, czy udało się zebrać całą kwotę, czy też nie.

W zakresie zaś czasu trwania, kampanie mogą obejmować kilka dni, a nawet kilka miesięcy. Jeśli chodzi o działania charytatywne to crowdfunding

stanowi doskonałe narzędzie do pozyskiwania środków na pomoc potrzebującym. Kampanie crowdfundingowe pozwalają na szybkie i skuteczne zbieranie funduszy na cele takie, jak: pomoc ofiarom klęsk żywiołowych, zwalczanie chorób, wsparcie organizacji działających na rzecz ochrony środowiska czy promowanie kultury i sztuki.

Dzięki kampaniom crowdfundingowym, organizacje charytatywne mogą także dotrzeć do szerszej grupy ludzi, dzięki czemu pozyskują większą liczbę potencjalnych darczyńców. Istnieje zatem możliwość zebrania nawet większej niż zakładanej kwoty. Darczyńcy mają możliwość uczestniczenia w wartościowych inicjatywach i pomocy potrzebującym. Kampanie crowdfundingowe o charakterze charytatywnym, dają szansę na rozwijanie solidarności społecznej i szansę na pomoc innym. Ludzie z całego świata mogą zjednoczyć się w celu realizacji danego założenia, które jest ważne dla wszystkich z nich. Mogą połączyć się w walce o wspólny cel. Jest to także świetny sposób, dzięki któremu ludzie mogą sobie wzajemnie pomagać, jeśli wsparcie z innych stron jest niewystarczające lub niemożliwe.

Crowdfunding w kontekście działań charytatywnych to nie tylko pozyskiwanie funduszy, ale również budowanie relacji i zaangażowania społecznego. Kampanie crowdfundingowe pozwalają na aktywny udział darczyńców w projekcie oraz dają możliwość współtworzenia wartości, które mają wpływ na życie ludzi. Dzięki temu crowdfunding może być skutecznie wykorzystywany w walce z nierównościami.

Ważnym aspektem crowdfundingowych kampanii charytatywnych jest to także, że dają one możliwość na podjęcie szybkiej reakcji w przypadkach nagłych potrzeb.

Kiedy dochodzi do katastrof naturalnych, takich jak trzęsienia ziemi, powódzie czy pożary, czas odgrywa kluczową rolę. Crowdfunding pozwala na szybkie zebranie funduszy na pomoc ofiarom, co pozwala na skuteczne i szybkie przeprowadzenie działań ratunkowych i pomocy humanitarnej.

Ogromną korzyścią, którą zapewniają kampanie crowdfundingowe jest szeroki zasięg. Kampanie tego rodzaju mogą dotrzeć do ludzi na całym świecie. W tym celu wykorzystywany jest internet. Głównie media społecznościowe

stanowią łatwy i szybki sposób promocji danego działania i nawiązania kontaktu z potencjalnymi darczyńcami. Efektem jest zwiększenie świadomości społecznej i zainteresowania danym problemem, co może skłonić większą liczbę osób do włączenia się w działania charytatywne.

Crowdfunding zyskał ogromną popularność w dziedzinie charytatywnej i wyjątkowo efektywnym narzędziem ze względu na to, że ludzie chętnie pomagają potrzebującym. Zbiórki pieniężne w celach charytatywnych przyciągają uwagę szerokiej grupy ludzi, którzy chcą wesprzeć te cele, a wraz z rozwojem technologii i internetu, crowdfunding stał się łatwiejszy i bardziej dostępny niż kiedykolwiek wcześniej. Zdecydowanie crowdfunding w dziedzinie charytatywności jest bardzo efektywnym sposobem pozyskiwania funduszy.

Podsumowując, crowdfunding charytatywny niesie ze sobą wiele korzyści. Po pierwsze, daje możliwość zaangażowania w projekt licznej publiczności – zarówno osób indywidualnych, jak i firm – w finansowanie projektów społecznych lub charytatywnych. W ten sposób organizacje pozarządowe czy osoby potrzebujące wsparcia mają szansę na to, by w niemal ekspresowym tempie pozyskać niezbędne środki pieniężne na realizację swoich celów. Dodatkowo, crowdfunding umożliwia budowanie silnej, zgranej społeczności wokół danej inicjatywy, co skutkuje zwiększeniem świadomości społecznej związanej z ważnymi problemami oraz promowaniem wartości filantropii.

Pomimo tego, że crowdfunding na cele charytatywne cechuje się wieloma atutami, związane są z nim określone wyzwania. Jedną z trudności, która go dotyczy, jest konieczność przekonania potencjalnych darczyńców do wsparcia danego projektu. Dlatego sukces powziętej inicjatywy zależy w dużym stopniu od umiejętności zaprezentowania konkretnych celów charytatywnych w sposób jak najbardziej atrakcyjny i wiarygodny. Istotny jest także wybór odpowiedniej platformy, która umożliwi skuteczne prowadzenie zbiórki oraz dotarcie do licznej grupy odbiorców. Dużym wyzwaniem może być również utrzymanie zaangażowania darczyńców po zakończeniu zbiórki. Można to zrobić na przykład poprzez regularne informowanie o postępach realizacji kampanii czy podziękowania za wsparcie.

PLATFORMY CROWDFUNDINGOWE

W Polsce istnieje wiele rozmaitych platform crowdfundingowych, dzięki którym możliwe jest pozyskiwanie funduszy na cele charytatywne. Każda z takich platform jest inna, w szczególności ze względu na niejednakowe zasady działania. Różne bywa także korzystanie z ich usług. Niektóre platformy koncentrują się głównie na finansowaniu projektów twórczych czy przedsiębiorczych, a przy okazji, w mniejszym zakresie, pozwalają na realizację kampanii charytatywnych. Inne natomiast skupiają się na zbiórkach dla konkretnych osób bądź inicjatyw społecznych.

ZALETY CROWDFUNDINGU CHARYTATYWNEGO

WIĘKSZA ŚWIADOMOŚĆ SPOŁECZNA

Crowdfunding na cele charytatywne sprzyja szerzeniu wiedzy na temat aktualnych problemów społecznych. Dzięki niemu możliwe jest więc podnoszenie świadomości społecznej. Inicjatywy crowdfundingowe bardzo często przyciągają uwagę mediów, a w efekcie promują ważne kwestie, o których wielu ludzi mogłoby nie wiedzieć.

PROMOWANIE FILANTROPII

Dzięki crowdfundingowi filantropia staje się bardziej demokratyczna i dostępna dla wszystkich – niezależnie od statusu majątkowego, każdy może wspomóc wybraną inicjatywę. Nawet osoby o mniejszych możliwościach finansowych mają szansę na to, by wziąć udział w wybranych działaniach charytatywnych i wpłynąć na dobro wspólne.

SZYBKA REAKCJA NA PROBLEMY SPOŁECZNE

Jedną z najważniejszych zalet crowdfundingu na cele charytatywne jest również możliwość szybkiego reagowania na problemy społeczne czy katastrofy naturalne. Kampanie crowdfundingowe mogą zostać uruchamiane niemal natychmiast

po wystąpieniu sytuacji wymagającej pomocy. Dzięki temu przyspieszany jest proces przekazywania funduszy osobom potrzebującym.

BEZPOŚREDNIE WSPARCIE DLA POTRZEBUJĄCYCH

W przeciwieństwie do wsparcia organizowanego przez instytucje crowdfunding pozwala na to, by bezpośrednio przekazać środki finansowe osobom i organizacjom wymagającym pomocy. Dzięki temu darczyńcy mają pewność, że ich pieniądze zostaną wykorzystane zgodnie z ich oczekiwaniami, a przekazana pomoc dotrze do tych osób, które jej rzeczywiście potrzebują.

ZREDUKOWANE KOSZTY I WIĘKSZA SKUTECZNOŚĆ

Korzystanie z platform crowdfundingowych może być tańsze od prowadzenia kampanii charytatywnych w innej formie, na przykład w formie zbiórek podczas tradycyjnych kwest. Crowdfunding pozwala również na zaangażowanie w projekt większej liczby osób, w szczególności dzięki wykorzystywaniu mediów społecznościowych oraz innych narzędzi marketingowych dostępnych online. To powoduje, że kampanie charytatywne za pośrednictwem crowdfundingu mogą być bardziej skuteczne.

TRANSPARENTNOŚĆ I KONTROLA

Platformy crowdfundingowe wymagają od organizatorów kampanii dostarczenia szczegółowych informacji na temat projektu, funduszy oraz celów. Wiele z nich oferuje również możliwość śledzenia postępów kampanii oraz informacji o wykorzystaniu zebranych środków. To zwiększa zaufanie darczyńców do wsparcia danego projektu, gdyż mają oni wgląd w to, jak wykorzystane zostaną ich środki.

Podsumowując, crowdfunding na cele charytatywne stanowi nowoczesne rozwiązanie, które wpisuje się w zmieniające się potrzeby społeczne i technologiczne. Jego zalety, takie jak demokratyzacja filantropii, większa świadomość społeczna, bezpośrednie wsparcie dla potrzebujących, szybka reakcja na problemy społeczne, mniejsze koszty i większa efektywność oraz transparentność i kontrola sprawiają, że crowdfunding jest coraz częściej wykorzystywany w różnorodnych inicjatywach charytatywnych.

CROWDFUNDING W BIZNESIE

Crowdfunding może być także skutecznie zastosowany w biznesie. To narzędzie, które istotnie pomaga przedsiębiorcom i artystom, szukającym wsparcia finansowego na swoje projekty. Bardzo często nie mają oni dostępu do tradycyjnych źródeł finansowania, takich jak: banki, inwestorzy venture capital, czy kredyty i crowdfunding stanowi dla nich jedyną możliwość. Pozwala im pozyskanie funduszy od ludzi, którzy są zainteresowani ich pomysłami i chcą je wesprzeć finansowo. Dzięki temu, wiele startupów zyskuje możliwość realizacji.

Startupy są nowym, ale bardzo dynamicznie i szybko rozwijającym się zjawiskiem w polskiej gospodarce. Zazwyczaj startup rozumiany jest, jako mała, nowa firma, jednakże nie jest to do końca trafne, bowiem startup to tymczasowa organizacja, która poszukuje powtarzalnego i skalowanego modelu biznesowego. Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości, definiuje startup jako mikro- i małe przedsiębiorstwo będące zarejestrowaną w Polsce spółką kapitałową, nienotowane na giełdzie w okresie do pięciu lat po ich rejestracji, które nie dokonało jeszcze podziału zysków i nie zostało utworzone w wyniku połączenia.

Startupy w swojej istocie są podmiotami gospodarczymi, ukierunkowanymi na rozwój innowacji i ich wdrażanie w życie, odgrywają pierwszoplanową rolę w tworzeniu gospodarki opartej na wiedzy. Przedsiębiorstwa te mogą istotnie przyczyniać się do urzeczywistniania podstaw czwartej rewolucji technologicznej. Dodatkowo w startupach pokładana jest również nadzieja na dynamiczny rozwój przedsiębiorczości w Polsce. Promowanie działalności gospodarczej nastawionej na wypracowywanie nowych rozwiązań, jest sporą szansą na lepsze wykorzystanie kapitału ludzkiego w kraju.

Cztery główne cechy, które odróżniają startupy od innych przedsięwzięć biznesowych to:

- 1) czas funkcjonowania przedsięwzięcia i ograniczone zasoby – startupy to firmy młode i o ograniczonych zasobach,
- 2) innowacyjność – startupy oferują innowacyjne rozwiązania w innowacyjny sposób,

- 3) rozwój i skalowalność – startupy to firmy ambitne i dynamicznie rosnące,
- 4) branża, w której funkcjonują – startupy to głównie przedsiębiorstwa branży cyfrowej, ICT i firmy technologiczne.

Przedsiębiorstwa typu startup często łączą duże możliwości techniczne z szybkim wzrostem, dużą zależnością od innowacyjności produktowej, procedurami i finansowaniem, uważnym śledzeniem nowych rozwiązań technologicznych oraz szerokim zastosowaniem innowacyjnych modeli biznesowych oraz często wspólnych platform. Z uwagi na swoją częstą oryginalność i innowacyjność, bardzo często mają one problem z pozyskaniem tradycyjnych źródeł finansowania i crowdfunding jest dla nich ratunkiem.

Z crowdfundingu korzystają twórcy projektów związanych z innowacjami technologicznymi, społecznymi czy artystycznymi. Crowdfunding może także pomóc w realizacji projektów dotyczących ważnych problemów społecznych lub ekologicznych.

Dzięki temu, że crowdfunding umożliwia pozyskanie funduszy od szerokiej grupy ludzi, projekty te mogą być bardziej skierowane na potrzeby społeczne i zyskać szersze grono zwolenników. Crowdfunding pomaga zatem wyraźnie w budowaniu społeczności wokół projektu. Ludzie, którzy finansują projekt, zazwyczaj są jego zwolennikami i chętnie dzielą się informacjami o nim z innymi. Crowdfunding może istotnie pomóc w budowaniu marki i rozszerzeniu zasięgu projektu.

W przypadku zaś projektów artystycznych, crowdfunding może pomóc w finansowaniu np. wystaw, filmów, koncertów czy albumów. Dzięki temu twórcy mogą pozyskać fundusze na realizację swoich pomysłów i udostępnienie ich szerszemu gronu odbiorców.

Crowdfunding może pomóc w rozwoju przedsiębiorczości i stymulować rozwój gospodarczy. Dzięki crowdfundingowi przedsiębiorcy mogą szybko i sprawnie pozyskać finansowanie na swoje pomysły, które mogą przyczynić się do stworzenia nowych miejsc pracy czy zwiększenia konkurencyjności na rynku. Crowdfunding stał się popularnym narzędziem inwestycyjnym dla startupów i firm z sektora nowych technologii. Dzięki modelom crowdfundingowym,

takim jak: equity crowdfunding, czy crowdlending, inwestorzy mogą udzielać pożyczek lub kupować udziały w projektach i firmach, które dopiero rozpoczynają swoją działalność. Dzięki temu crowdfunding może pomóc w rozwoju innowacyjnych projektów. Stanowi on szansę dla osób, które nie mają dostępu do tradycyjnych źródeł finansowania, takich jak banki czy inwestorzy prywatni. Dzięki temu modelowi finansowania można pozyskać środki nawet na bardzo ryzykowne projekty, które z kolei mogą przynieść duże zyski w przyszłości.

Crowdfunding jest także bardzo ważny z punktu widzenia inwestorów, bowiem umożliwia on inwestowanie w różnorodne projekty. Dzięki temu inwestorzy mają możliwość dywersyfikacji swojego portfela inwestycyjnego i zwiększenia potencjalnych zysków.

Crowdfunding przynosi ogromne korzyści dla społeczeństwa i gospodarki. Wsparcie finansowe dla projektów społecznych, ekologicznych czy kulturalnych może przyczyniać się istotnie do rozwoju lokalnych społeczności i zwiększenia ich aktywności oraz zaangażowania w sprawy ważne dla ich rozwoju. Wsparcie innowacyjnych projektów biznesowych przyczynia się natomiast do zwiększenia innowacyjności gospodarki i zwiększenia szans na sukces przedsiębiorstw.

Należy jednakże pamiętać, że crowdfunding może być również źródłem ryzyka dla inwestorów. Zawsze istnieje ryzyko, że projekt nie zostanie zrealizowany lub nie przyniesie on oczekiwanych korzyści. Dlatego też, należy dokładnie zapoznać się z planem i założeniami projektu przed dokonaniem wpłaty oraz zawsze zwracać uwagę na zabezpieczenia inwestycji.

Crowdfunding cały czas jest przedmiotem wielu debat i kontrowersji. Niektórzy uważają, że zbyt wiele uwagi skupia się na finansowaniu projektów, które mają charakter komercyjny, a zbyt mało na projektach społecznych i ekologicznych, co należy niezwłocznie zmienić. Istnieją również obawy dotyczące przemysłu crowdfundingowego, który może prowadzić do monopolizacji i braku konkurencji na rynku.

Pomimo wielu wyzwań i kontrowersji, crowdfunding pozostaje ważnym narzędziem finansowania i zaangażowania społeczności w projekty. Jest to szczególnie ważne w dzisiejszych czasach, kiedy to coraz więcej osób poszukuje

różnych sposobów na zrealizowanie swoich pomysłów i idei, a tradycyjne źródła finansowania stają się coraz trudniejsze do pozyskania. Coraz więcej platform i projektów odnosi sukcesy i coraz szerzej rozpowszechnia się ten model pozyskiwania kapitału.

Podsumowując, crowdfunding jest jednym z najbardziej innowacyjnych i obiecujących narzędzi finansowych, które mogą pomóc przedsiębiorcom, artystom i innym grupom społecznym w realizacji ich marzeń i projektów. Dzięki niemu, nawet osoby bez dostępu do tradycyjnych źródeł finansowania, mogą skutecznie pozyskać środki na rozwój swojej działalności lub zrealizowanie ciekawych inicjatyw.

Crowdfunding to także doskonała okazja dla ludzi, którzy chcą wspierać wartościowe cele i projekty społeczne, aby dokonać pozytywnych zmian w świecie. Warto zwrócić uwagę na jego potencjał i wykorzystać go w sposób odpowiedzialny, aby wspólnie budować lepszą przyszłość. Jest to popularna forma pozyskiwania funduszy dla projektów społecznych, biznesowych i artystycznych.

Zaletą crowdfundingu jest to, że umożliwia on przedsiębiorcom i artystom pozyskanie funduszy w krótkim czasie. Jest to szczególnie przydatne zwłaszcza dla projektów, które nie mają dostępu do tradycyjnych źródeł finansowania lub w których bardzo ważny jest czas na zebranie funduszy. Dzięki wykorzystaniu nowoczesnych narzędzi, jak np. internetu, pozwala on także dotrzeć do szerokiej grupy odbiorców. Crowdfunding pomaga w budowaniu społeczności wokół projektu.

Crowdfunding jest ważny, ponieważ umożliwia pozyskanie funduszy dla projektów, które mogą przyczynić się do poprawy warunków życia ludzi, ochrony środowiska lub rozwoju innowacji.

Jednocześnie warto pamiętać, że inwestowanie w projekty crowdfundingowe zawsze wiąże się z pewnym ryzykiem, dlatego też przed podjęciem decyzji o inwestowaniu warto dokładnie zapoznać się z projektem i zabezpieczeniami inwestycji. Wymaga to odpowiednich narzędzi i procedur weryfikacyjnych, które minimalizują ryzyko oszustwa i zapewniają bezpieczeństwo finansowe inwestorów. Nigdy nie wiadomo także, czy inwestorzy będą w ogóle skłonni zainwestować w dany projekt.

ZALETY CROWDFUNDINGU W BIZNESIE

DEMOKRATYZACJA DOSTĘPU DO KAPITAŁU

Platformy crowdfundingowe umożliwiają przedsiębiorcom pozyskanie kapitału od szerokiej bazy inwestorów, niezależnie od wielkości i rodzaju prowadzonej działalności. Dzięki temu młode, dynamiczne firmy mają szansę na uzyskanie wsparcia finansowego, nawet jeśli nie spełniają wymogów banków czy innych instytucji finansowych.

ROZPROSZENIE RYZYKA INWESTYCYJNEGO

Inwestorzy wspierający projekty za pośrednictwem platform crowdfundingowych często angażują niewielkie środki finansowe, co pozwala im na dywersyfikację portfela inwestycyjnego. Z kolei przedsiębiorca może pozyskać fundusze od większej liczby osób, co zmniejsza ryzyko związane z niewypłacalnością jednego dużego inwestora.

PROMOCJA I MARKETING

Crowdfunding może pełnić funkcję narzędzia marketingowego, pozwalającego na zbudowanie rozpoznawalności marki, zwiększenie jej zasięgu oraz nawiązanie kontaktu z potencjalnymi klientami. Uczestnicy kampanii crowdfundingowej często angażują się w jej promocję, co przyczynia się do zwiększenia efektywności działań reklamowych.

WERYFIKACJA KONCEPCJI BIZNESOWYCH

Crowdfunding daje przedsiębiorcom możliwość sprawdzenia, czy dana idea ma szansę na sukces rynkowy. Poprzez obserwację zaangażowania inwestorów oraz ich opinii można zdobyć cenne informacje o oczekiwaniach rynku oraz ewentualnych modyfikacjach projektu.

ENERGA A REALIZACJA CELÓW ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU

Energa z Grupy ORLEN to nie tylko producent, dostawca i sprzedawca energii elektrycznej. Firma prowadzi też intensywne działania na rzecz zrównoważonego rozwoju społecznego i ekologicznego. Jej inicjatywy wpisują się w wyznaczone przez ONZ cele, angażując społeczność i wpływając pozytywnie na jakość życia. Działania te przyczyniają się do tworzenia bardziej otwartego, wszechstronnego i zrównoważonego społeczeństwa, w którym każdy może znaleźć przestrzeń do rozwoju.

W miarę jak świat staje przed coraz większymi wyzwaniami, takimi jak zmiany klimatyczne, degradacja środowiska i narastające nierówności społeczne, pojawia się coraz pilniejsza potrzeba budowania lepszej przyszłości dla ludzi i środowiska. To wyzwanie nie dotyczy tylko rządów i organizacji non-profit. Firmy, instytucje i jednostki na całym świecie odgrywają kluczową rolę w tworzeniu bardziej zrównoważonej i odpowiedzialnej przyszłości.

Budowanie lepszej przyszłości dla ludzi i środowiska jest wyzwaniem, ale też ogromną szansą. W miarę jak coraz więcej osób, firm i instytucji skupia się na zrównoważonym rozwoju, możemy naprawdę wpłynąć na losy naszej planety. Wprowadzając zrównoważone inwestycje, podnosząc świadomość społeczeństwa, inwestując w innowacje technologiczne i zmieniając nasze osobiste nawyki, budujemy lepszą przyszłość, w której ludzie i środowisko naturalne mogą współistnieć w harmonii. Działając teraz, możemy wpisać się w historię jako ci, którzy przyczynili się do lepszego jutra dla przyszłych pokoleń.



Kluczem do ochrony biznesu i planety w trudnych czasach staje się ESG. To pojęcie obejmuje aspekty środowiskowe, społeczne i zarządcze, które stają się coraz ważniejsze w biznesie. Przykłady pokazują, że firmy z solidnymi strategiami ESG radzą sobie lepiej w sytuacjach trudnych do przewidzenia, takich jak pandemia COVID-19 czy wojna w Ukrainie¹. Standardy i wytyczne dotyczące kwestii niefinansowych pomagają firmom dostosować się do nowych zagrożeń. W branży energetycznej² ESG ma ogromne znaczenie, zwłaszcza w kontekście ochrony środowiska³. Odpowiedzialnością firm jest przekształcać nasze działania w zgodzie z ESG, aby budować lepszą przyszłość. To oznacza dostosowywanie praktyk i podejścia do wymogów ESG, nie zaś zmianę samego ESG⁴.

¹ Rogowski, W., & Lipski, M. (2022). Znaczenie informacji niefinansowej w świetle wymogów zrównoważonego rozwoju oraz turbulentnego otoczenia. *Kwartalnik Nauk o Przedsiębiorstwie*, 64(2), 33–44. <https://doi.org/10.33119/KNNoP.2022.64.2.3>.

² Paszkiewicz, A., Szadziewska, A. Raportowanie ekologicznych aspektów działalności w przedsiębiorstwach energetycznych i chemicznych. *Zeszyty Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego* 625 (2011): 295–311.

³ Sobik, B. (2023). Wpływ ryzyka klimatycznego na procesy inwestycyjne w elektroenergetyce – studia przypadków elektrowni węglowych Ostrołęka i Jaworzno oraz elektrowni wiatrowej Szymankowo. *Współczesna Gospodarka*, 16(1 (40)). Pobrano z <https://czasopisma.bg.ug.edu.pl/index.php/wg/article/view/7985>.

⁴ Mlinarič, F., Rok, B., Wasilewski, P. W kierunku tworzenia zrównoważonej wartości. Trzy perspektywy trzech kapitałów.

Energia skoncentrowana jest na aktywnym reagowaniu na bieżące potrzeby otoczenia. Dąży do minimalizowania wpływu swoich działań na środowisko i klimat. Przykładem jest długofalowe zobowiązanie do redukcji emisji CO₂⁵, które nie tylko Energia formułuje, ale także wdraża operacyjnie na poziomie średnio- i krótkoterminowym.

Nasza planeta stoi obecnie w obliczu ogromnych wyzwań, takich jak głód, ubóstwo energetyczne oraz katastrofalne skutki zmian klimatycznych. Te krytyczne problemy mają wpływ na życie ludzi na całym świecie, generując konflikty, przemoc, migracje ludności i nawet wojny⁶. Co istotne, skutki tych negatywnych zjawisk rozprzestrzeniają się na ekonomie krajów oddalonych tysiące kilometrów od ich źródeł.

ENERGA SPOŁECZNIE ODPOWIEDZIALNA

Żadna pojedyncza firma nie ma możliwości, aby samodzielnie zmierzyć się z globalnymi wyzwaniami. W obliczu tych przeciwności konieczna jest wzajemna współpraca wielu podmiotów i instytucji, zarówno z sektora korporacyjnego, jak i organizacji pozarządowych oraz naukowych, w celu osiągnięcia rzeczywistych zmian o dużym znaczeniu⁷. Działania oparte na współpracy i jedności, uwzględniające różnorodne perspektywy i zasoby, mają potencjał przynieść trwałe i znaczące efekty.

Energia zdaje sobie sprawę, że jej działania wpływają na lokalne społeczności i środowisko. Poprzez inwestycje w odnawialne źródła energii oraz wspieranie działań społecznych, koncern aktywnie przyczynia się do rozwoju społecznego i ochrony środowiska co przynosi korzyści zarówno firmie, jak i społeczeństwu jako całości.

⁵ <https://grupa.energa.pl/grupa-energa/strategia>.

⁶ Woźniak, W., & Rokicka, E. (2016). W kierunku zrównoważonego rozwoju. Koncepcje, interpretacje, konteksty. Katedra Socjologii Ogólnej, Wydział Ekonomiczno-Socjologiczny, Uniwersytet Łódzki.

⁷ Bogacz-Wojtanowska, E. Współdziałanie organizacji pozarządowych i publicznych [Dokument elektroniczny]. Kraków: Instytut Spraw Publicznych Uniwersytetu Jagiellońskiego, 2011.

W dzisiejszych czasach klienci coraz bardziej zwracają uwagę na etykę i zrównoważony rozwój. Firmy, które aktywnie pracują nad rozwiązywaniem ważnych kwestii społecznych i ekologicznych, budują pozytywny wizerunek i zyskują lojalność klientów⁸.



Poprzez swoje działania społeczne i wolontaryjne również Energia buduje społecznie odpowiedzialną markę.

Oprócz tego, dążenie do osiągnięcia celów zrównoważonego rozwoju sprzyja trwałemu rozwojowi biznesu. Energia rozumie, że jej działania mają wpływ na społeczeństwo, dlatego wspiera projekty zgodne z celami zrównoważonego rozwoju, co przyczynia się do zrównoważonego wzrostu i zwiększa konkurencyjność firmy na rynku.

Kluczowym elementem osiągnięcia celów zrównoważonego rozwoju jest współpraca. Energia nie działa samodzielnie, ale we współpracy z różnymi partnerami i instytucjami, co przynosi efekty synergii. Takie wspólne inicjatywy zwiększają skuteczność działań i przyczyniają się do lepszego zarządzania zasobami. Energia doskonale rozumie wagę współpracy i dlatego aktywnie angażuje się w partnerstwa z różnymi podmiotami. Przykładem jest owocna współpraca ze Stowarzyszeniem Brzostek Top Team oraz Uniwersytetem Gdańskim w ramach projektu z zakresu promocji zdrowia i edukacji, takiego jak konferencja "Autyzm nie definiuje". Ta inicjatywa to wyraz naszego zaangażowania w szerzenie wiedzy na temat autyzmu, edukację społeczeństwa na ten temat oraz wsparcie dla rodzin i osób dotkniętych tym zaburzeniem rozwoju. Współpraca między Energią, Stowarzyszeniem Brzostek Top Team i Uniwersytetem Gdańskim stanowi doskonały przykład tego, jak różne podmioty mogą

⁸ Włoszczyzna, M. Społeczna odpowiedzialność biznesu w aspekcie budowania wizerunku firmy na przykładzie Orange Polska SA. MS thesis. 2022.

takie jak wsparcie dla placówek medycznych czy projekty prozdrowotne, spółka przyczynia się do poprawy jakości życia i zdrowia mieszkańców.

Dobrostan społeczeństwa jest nierozzerwalnie związany z edukacją, dlatego cel nr 4, „Dobra jakość edukacji” ma szczególne znaczenie. Realizując projekty edukacyjne, Energa kieruje się przekonaniem, że edukacja jest kluczem do rozwoju osobistego i społecznego, co w dłuższej perspektywie przekłada się na wzrost potencjału społeczeństwa.

Ponadto, Energa skupia się na celu nr 7, „Czysta i dostępna energia”. Spółka, będąc liderem w sektorze energetycznym, odgrywa kluczową rolę w zapewnieniu dostępu do czystej energii. Poprzez te działania, przyczyniamy się do zrównoważonego rozwoju gospodarczego i ochrony środowiska.

Nasze zaangażowanie w cel nr 13, „Działania w dziedzinie klimatu” jest odpowiedzią na pilną potrzebę ograniczenia zmian klimatycznych. Poprzez realizację dobrych praktyk w tym obszarze, takich jak edukowanie, Energa dąży do stworzenia zrównoważonej przyszłości, w której nasza planeta będzie chroniona dla przyszłych pokoleń.

ZDROWIE, AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I NIESIENIE POMOCY



Inicjatywy Energi nie tylko kształtują zdrowy tryb życia, ale także skupiają się na wszechstronnym dobru społeczności. Poprzez promowanie aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży oraz troskę o ich zdrowie zarówno fizyczne, jak i psychiczne, realizowane przez Energe projekty odgrywają nieocenioną

rolę w kształtowaniu zdrowego rozwoju młodszych członków społeczeństwa. To staranne działania, które wykraczają poza zwykłe aspekty fizyczne, koncentrując się również na wzmocnieniu poczucia własnej wartości uczestników.

Energa jest zaangażowana w projekty, które wspierają zdrowie psychiczne i fizyczne, poprawiają jakość opieki medycznej, promują profilaktykę, a także pomagają najbardziej potrzebującym, w tym dzieciom ze spektrum autyzmu. Projekty, takie jak tworzenie sali biofeedback'u, wyposażanie sali



terapii sensorycznej, mają wpływ na osiągnięcie celów związanych z dobrym zdrowiem, jakie określa SDG 3.

Zdrowie, aktywność fizyczna i niesienie pomocy – te trzy elementy układają się w spójny trójkąt wpływający na jakość życia. Dla osiągnięcia celu SDG 3 ważne jest, aby wszyscy mieli dostęp do opieki medycznej i edukacji zdrowotnej. To właśnie zdrowy styl życia i profilaktyka, takie jak badania przesiewowe, są kluczowe w zapobieganiu chorobom. Nieodzowną częścią dbania o zdrowie jest również aktywność fizyczna. Regularne ćwiczenia pomagają utrzymać nasze ciała w formie i wpływają korzystnie na nasz nastrój. To także sposób na uniknięcie wielu chorób, w tym tych związanych z układem sercowo-naczyniowym i otyłością. Aktywność fizyczna jest więc integralną częścią dążenia do dobrej jakości życia. Kolejnym elementem jest niesienie pomocy i wspieranie innych, zwłaszcza tych najbardziej potrzebujących. Poprzez działania charytatywne i wolontariat społeczeństwa stają się bardziej zrównoważone i wspierające. Zdolność do pomagania jest znakiem zdrowego funkcjonowania społeczeństwa. Działa to w dwie strony – pomagając innym, wzmocnimy siebie.

W rezultacie, harmonijna realizacja tych trzech elementów jest kluczowa dla osiągnięcia celu SDG 3. Dbałość o zdrowie, regularna aktywność fizyczna i niesienie pomocy są ze sobą połączone. Działając wspólnie, możemy stworzyć lepszy, zdrowszy i bardziej zrównoważony świat, który będzie służył nam wszystkim.

DBAŁOŚĆ O ZDROWIE, DOSTĘP DO OPIEKI MEDYCZNEJ I PROFILAKTYKA

Współpraca między firmami a społeczeństwem ma kluczowe znaczenie w kontekście realizacji celów zrównoważonego rozwoju, szczególnie jeśli przyjrzeć się celowi 3, który skupia się na promowaniu zdrowia i dobrostanu. Jednym z obszarów wymagających szczególnej uwagi jest zdrowie psychiczne i fizyczne osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Energa zaangażowana jest w projekty prozdrowotne, takie jak „MówiMY, gadaMY i miło wspólnie nasz czas spędzamy”. Te inicjatywy koncentrują się na rozwijaniu umiejętności komunikacji i mowy u dzieci ze spektrum autyzmu, stanowiąc ważną część naszej odpowiedzialności społecznej.

Wsparcie Energi dla projektu „SZANSA NA SAMODZIELNOŚĆ” i wyposażenie sali terapii sensorycznej w Jezierzycach to kolejne kroki w kierunku poprawy zdrowia psychicznego i fizycznego dzieci. Dzięki inicjatywie i wsparciu firmy z Gdańska, sala terapii sensorycznej została wyposażona w niezbędny sprzęt terapeutyczny, w tym podwiesie stalowe wolnostojące, huśtawki, równoważnie, zjeżdżalnie, taśmy rehabilitacyjne oraz maglownice.

Udział Energi jako partnera w konferencji „Autyzm nie definiuje” podkreśla zaangażowanie firmy w tworzenie przestrzeni do edukacji i dialogu na temat zaburzeń ze spektrum autyzmu. Ta konferencja stanowiła wyjątkową okazję do dzielenia się wiedzą, doświadczeniem i rozwiązaniami, które mają na celu poprawę jakości życia osób z autyzmem oraz ich rodzin.

Inicjatywy i zaangażowanie Energi w ten obszar nie ograniczają się wyłącznie do współorganizowania konferencji i edukowania, ale również podkreślają nasze dążenie do stworzenia bardziej zrównoważonego społeczeństwa.

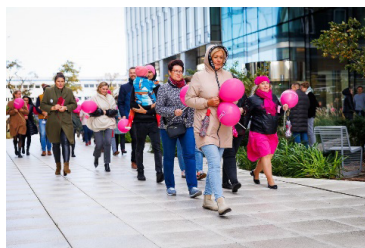
Nasze inicjatywy są integralną częścią naszego zaangażowania w realizację celów zrównoważonego rozwoju, a zwłaszcza celu 3, który koncentruje się na zdrowiu i dobrostanie. Energa prowadzi różnorodne projekty prozdrowotne, które przyczyniają się do poprawy zdrowia psychicznego i fizycznego oraz dobrostanu zarówno dzieci ze spektrum autyzmu, jak i innych osób. W ramach tych inicjatyw nieustannie wspieramy lokalne społeczności i dążymy

do osiągnięcia celów zrównoważonego rozwoju. Zrealizowane zostały takie projekty, m.in. jak:

- ANIOŁY DOBREJ ENERGII – dzięki zaangażowaniu pracowników Grupy Energia udało się wesprzeć realizację specjalistycznej opieki medycznej dla nieuleczalnie chorych dzieci, podopiecznych Hospicjum Pomorze Dzieciom.



- PIER(W)SI WYGRYWAJĄ! Akcja profilaktyczna realizowana od 2021 r., której głównym celem jest wspólne odczarowanie raka, czyli sprawienie, że społeczność przestanie się go bać. Dzięki oddolnej inicjatywie pracowniczej udało się pogłębić



wiedzę na temat nowotworu i zachęcić do regularnych badań nie tylko pracowników Grupy Energia, ale również mieszkańców województwa pomorskiego.

- MOVEMBER – to międzynarodowa akcja, która ma zwrócić uwagę na problemy zdrowotne mężczyzn i zachęcić ich do regularnego wykonywania badań profilaktycznych. Panowie mogli wykonać badania USG jamy brzusznej i dermatoskopię, warsztaty i wydarzenia towarzyszące.



- **KROPELKA ENERGII** to inicjatywa powołana w 2012 r. W ciągu dziesięciu lat działalności wolontariusze oddali 2373 litrów krwi – 5273 donacji. W sumie przeprowadzono 75 zbiórek krwi, w tym 52 z udziałem ambulansów.



Obecnie Kropelka Energii zrzesza ponad 2500 osób z różnych miast.

- **Stowarzyszenie Brzostek Top Team** – projekt **CENTRUM SPORTÓW OLIMPIJSKICH – BLIŻEJ SIEBIE** – już blisko 1000 dzieci wzięło udział w zajęciach organizowanych przez Brzostek Top Team przy wsparciu Energi. Tegoroczna odsłona projektu „Od wykluczenia do powodzenia” realizowana jest w ramach programu „Centrum Sportów Olimpijskich – Bliżej siebie”. W treningach bokserskich połączonych z warsztatami, oprócz uczniów szkół podstawowych, uczestniczą dzieci z niepełnosprawnością intelektualną oraz zaburzeniami psychicznymi.
- **POMOC I WSPARCIE DLA DZIECI Z FASD I ICH RODZIN** – tylko III kwartale 2023 r. udzielono pomocy 44 dzieciom, które brały udział w wakacyjnych warsztatach terapeutycznych, stanowi to 90 godzin terapii grupowej, czyli 840 osobogodzin terapii.

AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA

Poprzez promocję aktywności fizycznej wśród dzieci i młodzieży oraz troskę o ich zdrowie zarówno fizyczne, jak i psychiczne, realizowane przez Energię projekty odgrywają nieocenioną rolę w kształtowaniu zdrowego rozwoju młodszych członków społeczeństwa. To staranne działania, które wykraczają poza zwykłe aspekty fizyczne, koncentrując się również na wzmocnieniu poczucia własnej wartości uczestników.

Dzięki zaangażowaniu Energi, dzieci i młodzież mają dostęp do programów sportowych, które wspierają ich rozwój fizyczny, zapewniając zdrowy styl

życia. Regularna aktywność fizyczna nie tylko wpływa na poprawę wydolności organizmu, ale także na ogólne samopoczucie, pomagając w radzeniu sobie z stresem i napięciem.

Energa zrealizowała takie projekty, jak:

- Aktywni Charytatywni akcja realizowana jest od 2014 r. Łączy ona pracowników Grupy Energa oraz ich bliskich wokół aktywnego trybu życia i niesienia pomocy innym. Dzięki ich zaangażowaniu osoby potrzebujące otrzymują wsparcie od Fundacji Energa. W ciągu dziesięciu lat w akcji wzięło udział ponad 3,5 tys. uczestników. Wspólnie udało im się pokonać prawie 4 miliony km – dokonali tego chodząc, biegając, pływając i jeżdżąc na rowerach. Kilometry zostały przeliczone na złotówki, co dało w sumie prawie 2,1 mln zł. Pomoc finansowa trafiła do 124 placówek i została przeznaczona głównie na potrzeby dzieci, młodzieży oraz osób starszych – łącznie otrzymało ją prawie 5 tys. osób.



- Drużyna Energii to projekt realizowany od 2018 r. Ma na celu zachęcenie młodzieży do aktywności fizycznej poprzez wspólną zabawę i rywalizację z rówieśnikami ze szkół w całej Polsce. Projekt kierowany jest do uczniów klas V–VIII szkół podstawowych. W 6. edycji Drużyny Energii wzięło udział blisko 200 szkół i około 30 tys. uczniów z klas 5–8 z całej Polski. W finale młodzieży kibicowali ambasadorzy akcji wspierani przez Enerę i Grupę ORLEN, m.in. Agnieszka Skrzypulec, Przemysław

Świercz, koszykarze Reprezentacji Polski, a także gospodarz projektu, Jerzy Mielewski. Zwyciężyła Szkoła Podstawowa z Józefosławia. Enerdze i Grupie ORLEN bliska jest troska o środowisko, dlatego w tym roku projekt miał też na celu promocję odnawialnych źródeł energii. Sportowców oraz ćwiczenia przypisano do kategorii związanych z wodą, wiatrem, słońcem i ziemią, a w komunikacji zwracano uwagę na to, jak być bardziej eko i żyć zdrowiej. Drużyna i nasi sportowcy po raz kolejny udowodnili, że ruch jest dla każdego, zwłaszcza dla młodzieży. Wystarczy tylko odnaleźć sport, który sprawia nam radość. Ćwicząc z Drużyną wszyscy dobrze się bawią, a przy okazji wygrywają zdrowie. Do tej pory we wspólnych ćwiczeniach z Drużyną zaangażowało się około 100 tys. uczniów z przeszło 800 placówek edukacyjnych z całej Polski.



- Energa wsparła najmłodszych hokeistów Fundacji Gdańska Akademia Sportowa Olivia. Projekt realizowany na Lodowisku Hali Olivia w Gdańsku miał na celu upowszechnianie hokeja na lodzie w województwie pomorskim wśród dzieci w wieku szkolnym. W projekcie uczestniczyło ponad 100 dzieci, chłopców i dziewczynek.
- Wsparliśmy Elbląski Klub Sportowy Mlexer – inicjatywę dotyczącą rozwijania tenisa stołowego wśród dzieci i młodzieży na terenie Elbląga.
- Szkoła koszykówki 3x3 projekt, który ma na celu aktywizowanie dzieci i młodzieży oraz dokształcanie nauczycieli wychowania fizycznego

z zasad koszykówki 3x3. W 2022 r. twórcy projektu odwiedzili 29 szkół w województwie pomorskim. Przeprowadzili 28 lekcji pokazowych oraz przeszkolili z zasad koszykówki 3x3 ponad 110 trenerów i nauczycieli wychowania fizycznego. W ramach zajęć stacjonarnych w Gdańsku przeprowadzono ponad 100 bezpłatnych treningów, a dwa zgrupowania zebrały ponad 200 uczestników. Szkoła koszykówki 3x3 objęła swoimi działaniami ponad 2400 uczestników.

- Amp Futbol to piłka nożna dla osób po amputacjach lub z wrodzonymi wadami kończyn. Zaangażowanie i determinacja piłkarzy grających w reprezentacji Polski Amp Futbolu pokazują, że marzenia nie mają barier. Determinacja i zaangażowanie zawodników stanowi inspirację dla wielu osób. Swoją postawą udowadniają, że pomimo wielu ograniczeń fizycznych nadal można trenować i odnosić zwycięstwo. Energa wspiera drużynę od 2018 r., a od 2019 r. pod jej skrzydłami jest także ogólnopolski program Junior Amp Futbol, w którym trenuje teraz 40 dzieci. Projekt umożliwił realizowanie piłkarskiej pasji dzieci i młodzieży przez udział w bezpłatnych, regularnych i profesjonalnych zgrupowaniach i szkoleniach piłkarskich oraz meczach międzynarodowych.



WOŁONTARIAT

Działania wolontaryjne w Grupie Energa formalnie usystematyzowano, a pracownicy mogą zgłaszać swoje projekty do Fundacji ORLEN. Każdy pracownik na zaplanowaną przez siebie akcję może uzyskać grant w wysokości 3 tys. zł. W 2023 r. podpisano już 14 umów na wolontariat pracowników, a w przygotowaniu jest kilka kolejnych o charakterze świątecznym. Jak dotąd pracownicy przeznaczyli na wolontariat w 2023 r. 1248 godzin i dotarli do 2230 beneficjentów.

W 2023 r. m.in.: nagrano płytę „MASZ tę MOC” – „Opowieści dla dzieci, które chcą uwierzyć w siebie” autorstwa Alex Rovira i Francesc Miralles. Pracownicy Energi SA nagrali 10 wybranych bajek motywacyjnych oraz przekazali je do wybranych 15 placówek opiekuńczo-wychowawczych, tym samym docierając do ok. 600 osób.



Zorganizowano również akcję na Skwerze Pionierów w centrum Kołobrzegu MOTOSERCE 2023. Podczas akcji odbywają się prelekcje PCK promujące krwiodawstwo, koncerty, pokaz stuntu, pokaz ratownictwa drogowego w wykonaniu straży pożarnej oraz ratowników medycznych, pokaz resuscytacji PCK oraz konkursy organizowane przez kołobrzeską policję.

Pracownicy spółek Grupy Energia posprzątała rzekę Wierzycę, Narew oraz Radunię, sprzątała Puszcę Piską, wyposażyli Ośrodek Wczesnego Wspomagania Rozwoju Dziecka Niewidomego i Niedowidzącego w Sobieszewie w zabawki edukacyjne, zbierali książki, które zostały przekazane do biblioteki szkolnej Gimnazjum Parczewskiego w Niemenczynie. Grupa wolontariuszy, gdzie pomagała również w opiece nad bezdomnymi zwierzakami (sprzątanie, karmienie, pielęgnacja) oraz w ich socjalizacji w Fundacji Braci Mniejszych w Leźnie przeprowadzili również prace remontowe w wybranych pomieszczeniach w Domu Dziecka w Górze.

DOBRA JAKOŚĆ EDUKACJI



Energia nie zapomina o jednym z kluczowych celów zrównoważonego rozwoju: Celu 4 – dobrej jakości edukacji. Dla firmy ta kwestia jest jednym z priorytetów, ponieważ inwestowanie w edukację to inwestycja w przyszłość naszego społeczeństwa. Poprzez różnorodne projekty i inicjatywy, Energia nie tylko dba o rozwijanie wiedzy i umiejętności młodych ludzi, ale także czyni edukację bardziej dostępną i efektywną.

Projekty te wpływają na jakość kształcenia i dostęp do edukacji, co w dłuższej perspektywie przynosi korzyści nie tylko uczniom, ale również całym społecznościom, w jakich działają.

Jednym z takich przedsięwzięć jest program „Planeta Energii”, który trwa od 2010 r., a w którym do tej pory udział wzięło ponad 300 tys. dzieci. Jego głównym celem jest edukacja poprzez zabawę i doświadczenia oraz przekazywanie wiedzy o energii elektrycznej (np. o jej rodzajach czy źródłach pozyskiwania),

o odpowiedzialnym, racjonalnym i bezpiecznym korzystaniu z prądu oraz o ochronie środowiska i zrównoważonym rozwoju. Do tej pory zrealizowano trzy misje (Kraina Prądu, Kraina, Odpadów oraz Kraina Bioróżnorodności) i 12 lekcji w postaci multimedialnych materiałów e-learningowych z animacjami, jak również 49 scenariuszy zajęć dla nauczycieli. Co więcej edukacyjne miasteczko Planety Energii odwiedziło 115 miejscowości. W ramach współpracy z Librusem prowadzone też były specjalne szkolenia online dedykowane nauczycielom, z których w 300 odsłonach wzięło udział blisko 7 tys. Ważnym elementem programu były też dwie edycje Akademii Planety Energii, w których uczestniczyło blisko 50 nauczycieli.



Energa Operator prowadzi projekt „BEZPIECZNA KRAINA ENERGA-OPERATOR”, w ramach którego realizowane są działania edukacyjne związane z bezpiecznym użytkowaniem urządzeń elektrycznych przez najmłodszych, odpowiednim zachowaniem w otoczeniu infrastruktury elektroenergetycznej i minimalizacją liczby wypadków związanych z porażeniem prądem.

Na program składają się internetowa platforma edukacyjna pn. Bezpieczna Kraina Energa-Operator. Znajdują się tu interaktywne zajęcia e-learningowe dla najmłodszych, ich opiekunów oraz materiały dla nauczycieli, umożliwiające samodzielne przygotowanie zajęć, eventy edukacyjne. W 2022 r. w tego typu wydarzeniach uczestniczyło ponad 2 400 osób. Dodatkowe spotkania w szkołach przeprowadzane przez pracowników Energi Operatora.

Energa zdaje sobie sprawę, że edukacja to klucz do rozwoju społeczeństwa i poprawy jakości życia. Działając w sposób innowacyjny i interaktywny, firma wpływa na przyszłość, rozwijając potencjał uczniów i nauczycieli oraz przyczyniając się do budowy lepszego świata, w którym edukacja stanowi fundament dla osiągnięcia pełnego potencjału każdego człowieka. To zaangażowanie w rozwijanie kompetencji, inspirujące do dalszego rozwoju i tworzenie warunków dla sukcesu młodego pokolenia.

CZYSTA I DOSTĘPNA ENERGIA



Energa podejmuje działania nie tylko w obszarze edukacji, ale także w kontekście realizacji celu zrównoważonego nr 7 – zapewnienia czystej i dostępnej energii. Energia odgrywa kluczową rolę we współczesnym społeczeństwie i gospodarce, a jednocześnie ma ogromny wpływ na jakość życia ludzi i stan środowiska.

Energa skupia się na dostarczaniu energii elektrycznej, która jest nie tylko czysta, ale także dostępna dla szerokiej grupy odbiorców.



Od 2021 r. działa autorski program Domy Dobrej Energii, polegający na montażu paneli fotowoltaicznych w placówkach szczególnie narażonych na ubóstwo energetyczne. Projektem objęto 18 placówek. Nowym wyzwaniem było włączenie do projektu szkoły w Sudanie Południowym w mieście Yirol w Stanie Jezior. Decyzja o pomocy w Sudanie została podjęta na podstawie danych z Raportu Tracking SDG 7. Raport został

opracowany przez International Energy Agency (IEA) i International Renewable Energy Agency (IRENA). Według powyższych raportów Sudan posiada najniższy wskaźnik elektryfikacji na świecie.

Projekt Domy Dobrej Energii to połączenie realnego wsparcia domów dziecka i zwiększenie wpływu na poprawę stanu środowiska. Czyste i dostępne źródła energii elektrycznej pozwalają tworzyć bardziej zrównoważone i inkluzywne społeczności, a jednocześnie umożliwiają ograniczanie skutków zmian klimatycznych.

Domy dziecka i rodzinne domy dziecka, które przystąpiły do projektu Domy Dobrej Energii, będą produkowały zieloną energię na własne potrzeby. W ten sposób zmniejszą się koszty użytkowania obiektów, a placówki ograniczą swój bezpośredni wpływ na środowisko. Zaoszczędzone środki mogą być wydatkowane na potrzeby wychowanków. Inicjatywa Energi nie kończy się na wsparciu finansowym. Podopieczni poznają innowacyjne technologie przyjazne środowisku i uczą się jak rozsądnie korzystać z energii elektrycznej.

To wszystko podczas przygotowanych specjalnie dla nich wyjątkowych zajęć, warsztatów oraz innych działań charytatywnych z udziałem wolontariuszy Energi z Grupy ORLEN.

Energia wspiera również rozwój transportu zeroemisyjnego, co jest ważnym krokiem w kierunku bardziej zrównoważonej przyszłości. Starania koncernu koncentrują się na rozbudowie infrastruktury ładowania pojazdów elektrycznych w ramach ogólnopolskiej sieci ORLEN Charge, która obecnie



zarządza aż 339 stacjami ładowania, oferując łącznie 678 punktów do ładowania pojazdów elektrycznych. Sieć obejmuje zarówno duże metropolie, jak i mniejsze miejscowości, aby zapewnić klientom wygodny dostęp do ładowania, a co najważniejsze, przy wykorzystaniu ekologicznej energii. Energa Oświetlenie, spółka zależna Energi, w partnerstwie z lokalnymi samorządami, prowadzi budowę stacji ładowania zintegrowanych ze słupami oświetleniowymi, co nie tylko przyspiesza proces administracyjny, ale także stanowi wzorcowy przykład inteligentnego rozwoju infrastruktury.

To właśnie takie inicjatywy, jak rozwijanie transportu zeroemisyjnego, składają się na kształtowanie przyszłości w sposób odpowiedzialny i proekologiczny. Te inwestycje przynoszą nie tylko korzyści dla środowiska, ale także tworzą możliwości rozwoju gospodarczego, innowacji i poprawy jakości życia.

DZIAŁANIA NA RZECZ ŚRODOWISKA I ZRÓWNOWAŻONE INWESTYCJE



Zrównoważona działalność inwestycyjna w kierunku lepszej przyszłości stanowi jeden z kluczowych obszarów działań Energi. To strategia, która uwzględnia zarówno aspekty ekologiczne, jak i społeczne w procesie podejmowania decyzji inwestycyjnych. Lokowanie kapitału w odnawialne źródła energii, poprawę efektywności energetycznej

oraz rozwijanie technologii przyjaznych dla środowiska posiada ogromny potencjał w ograniczeniu wpływu człowieka na planetę.

Energa jest zaangażowana w systematyczne inwestycje w rozwijanie infrastruktury przemysłowej, zwiększając udział odnawialnych źródeł energii w naszym miksie energetycznym. Nasze wysiłki nie ograniczają się jedynie do spełnienia wymagań regulatorów, ale przede wszystkim do budowania przewagi konkurencyjnej. Energa Green Development zarządza obszernym portfelem projektów o mocy około 500 MW w obszarze odnawialnych źródeł energii, co obejmuje także własne inwestycje oraz akwizycje. Energa dąży do tego, aby

moc zainstalowana w odnawialnych źródłach energii wzrosła do prawie 990 MW, przewyższając największe źródło konwencjonalne zarządzane przez Energe Wytwarzanie. Obecnie aż 40% mocy pochodzi z odnawialnych źródeł energii.



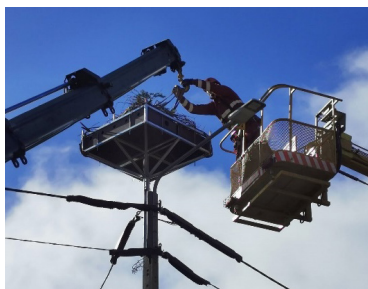
Inwestycje w bloki gazowo-parowe w Grudziądzu i Ostrołęce stanowią wsparcie dla strategicznych celów transformacji energetycznej Polski i Grupy ORLEN, której częścią jest Energa. Celem Grupy jest redukcja emisji dwutlenku węgla o 40% na każdej MWh do 2030 r., a także dążenie do osiągnięcia neutralności emisyjnej do 2050 r.

Energa aktywnie działa na rzecz minimalizacji wpływu na środowisko poprzez stosowanie specjalistycznego wyposażenia, takiego jak maty i rękawy sorbentowe, które chronią przed wyciekami płynów eksploatacyjnych. Dodatkowo, wprowadza oleje ulegające biodegradacji, modernizuje elektrownie wodne i dbamy o czystość rzek. Nasze inwestycje i działania mają na celu przyczynienie się do zrównoważonej przyszłości, chroniąc zarówno środowisko, jak i rozwijając ekonomicznie, innowacyjnie i poprawiając jakość życia.

Energa prowadzi również liczne projekty społeczne i wolontaryjne, które wpisują się w realizację celu 13 Działania w dziedzinie Klimatu.

W 2020 r. założone zostały łąki kwietne na obszarze składowiska odpadów paleniskowych i przed siedzibą spółki Energa Elektrownie Ostrołęka SA łącznie na obszarze 2,7 hektara.

Energa prowadzi działania skupione wokół bociana białego, polegają na informowaniu i edukowaniu o bocianie białym i ochronie tego gatunku w Polsce. Od ponad 25 lat zabezpieczane są gniazda, które bociany założyły na słupach niskiego napięcia. Montowane są



nowe konstrukcje zabezpieczające gniazda oraz konserwuje te już istniejące. Liczba ptasich podestów, znajdujących się na obszarze działalności Energi, wynosi obecnie ponad 12 tys. Energia zarybia Narew, do której w 2022 r. trafiło ok. tysiąca sztuk narybku szczupaka i 400 suma, a w 2023 przeszło 120 tys. sztuk narybku sandacza, bolenia i klenia. W 2022 r. organizacja Dotlenieni.org przyznała Enerdze SA nagrodę „Twórca Zieleni – Global Green Business”. Wyróżnienie to otrzymują firmy, których działania przyczyniły się do zasadzenia minimum tysiąca drzew w ciągu roku. Pracownicy posprzątały m.in. brzegi rzeki Raduni, Wierzycy, Narwi.

TROSKA O WSPÓLNĄ PRZYSZŁOŚĆ

Wszystkie te inicjatywy są integralną częścią zaangażowania Grupy Energia w budowanie lepszej przyszłości, w której ekologia, edukacja i dobrostan społeczności odgrywają kluczową rolę.

Energia konsekwentnie działa w duchu zrównoważonego rozwoju, podejmując działania, które przynoszą realne korzyści społecznościom, w jakich firma działa. Poprzez programy edukacyjne, wspieranie inicjatyw prozdrowotnych oraz inwestycje w odnawialne źródła energii, firma oddziałuje na wielu płaszczyznach, przyczyniając się do poprawy jakości życia ludzi i ochrony środowiska.

Kontynuacja tych działań jest kluczowa, ponieważ Agenda 2030 to wyzwanie, które wymaga ciągłego zaangażowania i działań na wielu polach. Energia jest zdeterminowana, by nie tylko kontynuować swoje inicjatywy, ale także rozwijać nowe projekty, które będą wpływać na zrównoważony rozwój. Przywiązanie firmy do tych wartości sprawia, że jest ona nie tylko liderem w sektorze energetycznym, ale także ważnym partnerem w realizacji celów Agendy 2030 i budowaniu lepszej przyszłości dla nas wszystkich.

Katarzyna Witt, Energia SA