

# SPRAWOZDANIE MERYTORYCZNE Z DZIAŁALNOŚCI FUNDACJI SAMODZIELNOŚĆ OD KUCHNI ZA ROK 2021

(sporządzone zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Sprawiedliwości z dn. 8 maja 2001 r.  
w sprawie ramowego zakresu sprawozdania z działalności fundacji).

## I. Informacje ogólne

Nazwa organizacji: Fundacja Samodzielność od Kuchni  
Adres siedziby: ul. Rejtana 15 lok. B, 02-516 Warszawa  
Adres korespondencyjny: ul. Rejtana 15 lok. B, 02-516 Warszawa  
Data wpisu do KRS: 14.02.2018 r.  
Nr KRS: 0000718683  
REGON: 369488228

### Zarząd Fundacji:

- Katia Roman-Trzaska – prezeska Zarządu, zam. ul. Europejska 32 a, 02-964 Warszawa
- Zuzanna Skoczek – członkini Zarządu, zam. ul. Marszałkowska 55/73 m.59, 00-676 Warszawa
- Iga Pietrusińska - członkini Zarządu, zam. ul. Waryńskiego 28/38, 00-650 Warszawa

Celem działania Fundacji jest edukacja dotycząca zdrowia i zdrowego odżywiania oraz promocja zdrowego trybu życia, a także pomoc w usamodzielnianiu się dzieciom i młodzieży przebywającym w pieczy zastępczej oraz pomoc dzieciom i rodzinom z jakichkolwiek powodów zagrożonych wykluczeniem. Fundacja prowadzi działalność wspomagającą rozwój wspólnot i społeczności lokalnych w zakresie potrzebnym do realizacji zamierzonych celów.

Fundacja realizuje swoje cele poprzez:

- a) naukę zasad zdrowego żywienia i gotowania,
- b) prowadzenie działalności edukacyjnej, w szczególności pokazów i warsztatów kulinarnych, szkoleń, seminariów i konferencji,
- c) tworzenie materiałów dydaktycznych, publikacji, pomocy naukowych oraz opracowań związanych z żywieniem, ochroną zdrowia, aktywnością fizyczną i edukacją ekonomiczną,
- d) propagowanie profilaktyki w zakresie zdrowego trybu życia wśród dzieci i młodzieży,



*Handwritten signature in blue ink, possibly reading 'Katarzyna' and 'P'.*

- e) wspomaganie działań instytucji, organizacji pozarządowych i społeczności lokalnych w dziedzinie edukacji kulinarnej,
- f) wsparcie form nauczania wspierających myślenie, kreatywność, samodzielność i podmiotowość dzieci,
- g) prowadzenie szkoleń podnoszących kwalifikacje opiekunów, nauczycieli i pedagogów,
- h) integrowanie środowisk zainteresowanych ochroną zdrowia i jego promocją,
- i) przygotowywanie, konsultowanie, opiniowanie aktów prawnych
- j) edukację zdrowotną dostosowaną do potrzeb różnych grup społeczeństwa, w szczególności dzieci, młodzieży i osób starszych.

Fundacja nie jest organizacją pożytku publicznego.

## II. Działalność Fundacji Samodzielność od Kuchni w 2021 r.

1. W 2021 r. fundacja zrealizowała 4 szkolenia warsztatowe skierowane do wychowawców pracujących z młodzieżą z pieczy zastępczej. Szkolenia:
  - a) poruszały kwestię wpływu jedzenia i kultury stołu na samopoczucie wychowanków,
  - b) prezentowały proste sposoby na zaangażowanie dzieci i młodzieży w gotowanie w placówkach i ich udział w codziennych zajęciach gospodarczych,
  - c) przekazywały i utrwalały podstawową wiedzę z zakresu dietetyki
  - d) omawiały kwestię zaburzeń odżywiania wśród wychowanków,
  - e) zachęcały do dzielenia się jadłospisami z placówek i wspólnego ich modyfikowania tak, by angażowały młodzież i były dla niej atrakcyjne.

W szkoleniach wzięło udział 90 osób. Placówki, w których pracują, zlokalizowane są na terenie całej Polski i różnią się między sobą wielkością. To zarówno domy rodzin zastępczych, jak i zespoły kilku pełnowymiarowych placówek.

Uczestniczący w szkoleniach otrzymali materiały edukacyjne. Zostały one również zamieszczone do pobrania na stronie internetowej fundacji.

### 2. Materiały edukacyjne dla wychowawców i rodziców zastępczych

Równolegle do cyklu szkoleń dla wychowawców powstały materiały edukacyjne ułatwiające wprowadzanie do kuchni i diety placówek większej różnorodności i angażowanie wychowanków. W materiałach znalazły się zarówno sposoby pracy z wychowankami, jak i przepisy kulinarne. Materiały są dostępne na stronie Fundacji, otrzymują je także uczestniczący w szkoleniach oraz każda osoba, która z taką potrzebą zwróci się do Fundacji.



VNF 10

### 3. Cykl warsztatów "Wspólny stół"

Cykl 4 warsztatów Wspólny Stół przeprowadzony został przy wsparciu finansowym firmy Westfield, właściciela Galerii Mokotów. W ramach warsztatów młodzież z warszawskich placówek zapoznawała się z różnymi obszarami obowiązków domowych i samodzielnego życia: robiła zakupy tak, by zmieścić się w budżecie, gotowała proste, modyfikowalne potrawy czy uczyła się konserwacji ubrań i obuwia. W warsztatach wzięło udział 20 wychowanków i wychowanek z 5 warszawskich placówek.

### 4. Sprzęt dla usamodzielniającej się młodzieży

Wiosną 2021 r. fundacja rozdała usamodzielniającym się podopiecznym warszawskiego PUNKTUSA artykuły gospodarstwa domowego, na które zgłosili oni zapotrzebowanie. W styczniu i lutym fundacja przeprowadziła zbiórkę pieniężną na zakup potrzebnych produktów. Dodatkowo fundacja przekazała sprzęt AGD podarowany młodzieży przez osoby prywatne. Beneficjentami akcji były 24 osoby, które dzięki niej mogły wyposażyć domy w garnki, kuchenki, małe AGD czy zastawę.

### 5. Warsztaty gotowania w trakcie obozu Fundacji Robinson Crusoe

W sierpniu 2021 fundacja przeprowadziła 4-dniowe warsztaty kulinarne, w trakcie których 54 osoby uczestniczące w obozie Fundacji Robinson Crusoe samodzielnie przygotowywały śniadania i obiady, składające się z różnorodnych, pełnowartościowych, wegetariańskich posiłków pochodzących z różnych kuchni świata.

### 6. Gotowanie z podopiecznymi PUNKTUS

Przez cały rok miały miejsce regularne spotkania przedstawicielek fundacji z podopiecznymi PUNKTUSA. Spotkania łączą w sobie edukację kulinarną i mentoring - podopieczne budują pewność siebie nie tylko w kuchni, ale także w życiu - konsultują swoje plany życiowe, rozwijają sieć kontaktów. W ramach zajęć odbyło się również spotkanie podopiecznych, na którym obecni byli również przedstawiciele firmy PWC, która, chcąc wesprzeć działania fundacji, nawiązała i utrzymuje kontakt z jedną z podopiecznych PUNKTUSA.

Ponadto organizacja kontynuowała współpracę z inicjatywą "Gościnność" - programem szkoleniowym dla pracowników restauracji - towarzysząc jej podczas wydarzeń branżowych.



Handwritten blue initials: "M<sup>3</sup>" and "P" with a flourish above it.

### III. Podsumowanie działań Fundacji w 2021 r.

Fundacja:

- zorganizowała:
  - 4 szkolenia warsztatowe dla wychowawców (90 uczestników)
  - 1 cykl warsztatów "Wspólny Stół" (20 uczestników)
  - 1 akcję charytatywną na rzecz podopiecznych Punktu Usamodzielnienia WCPR PUNKTUS
- prowadziła warsztaty w trakcie obozu Fundacji Robinson Crusoe
- prowadziła indywidualne spotkania z podopiecznymi Punktus Usamodzielnienia WCPR
- kontynuowała współpracę z inicjatywą "Gościnność" - programem szkoleniowym dla pracowników restauracji - towarzysząc jej podczas wydarzeń branżowych.

### IV. Działalność gospodarcza Fundacji

Fundacja jest wpisana do Rejestru Przedsiębiorców Krajowego Rejestru Sądowego prowadzonego przez Sąd Rejonowy dla M. St. Warszawy. XIII wydział gospodarczy pod numerem KRS 0000718683.

Przychody fundacji z działalności gospodarczej w 2021 r. wyniosły 28 600,00 zł.

### V. Uchwały Zarządu Fundacji w 2019 r.

1. Uchwała 1/2021 w sprawie rozpatrzenia i przyjęcia sprawozdania finansowego za rok obrotowy 2020
2. Uchwała 2/2021 w sprawie rozpatrzenia i przyjęcia sprawozdania finansowego za rok obrotowy 2020
3. Uchwała 3/2021 w sprawie udzielenia absolutorium członkom zarządu z wykonywania powierzonych obowiązków w roku obrotowym 2020
4. Uchwała 5/2019 w sprawie udzielenia absolutorium członkom zarządu z wykonywania powierzonych obowiązków w roku obrotowym 2020

### VI. Plany Fundacji na 2022 rok

1. Zwiększenie skali działań poprzez:

8  
WRF  
AB



- a. dalszą realizację szkoleń dla wychowawców, przygotowującego do prowadzenia warsztatów i gotowania w placówkach lub innych miejscach według scenariusza i metodologii fundacji.
  - b. Przeprowadzenie akcji charytatywnej przy udziale podmiotów z branży HoReCa.
  - c. Występ na konferencyjnym wydarzeniu branżowym.
  - d. Rozwój narzędzi fundraisingu i wzrost dotacji na cele statutowe fundacji.
  - e. Udział w co najmniej 1 konkursie grantowym.
2. Stała współpraca z Punktem Wsparcia dla Usamodzielniającej się Młodzieży prowadzonym przez Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie w postaci konsultacji dietetycznych i kulinarnych oraz ewentualnych innych ustalonych działań w obszarze edukacji żywieniowej i promocji zdrowia.



(Katia Roman-Trzaska - prezeska Zarządu)



(Zuzanna Skoczek – członkini Zarządu)



(Iga Pietrusińska – członkini Zarządu)

