



20 χρόνια Μέριμνα

20 + 1 ιδέες για να στηρίξω το έργο της

Είναι αλήθεια πως τα τελευταία χρόνια της οικονομικής κρίσης τα πράγματα δυσκόλεψαν πολύ για τη ΜΕΡΙΜΝΑ, με συνέπεια τη συρρίκνωση των υπηρεσιών και του προσωπικού της. Ζητάμε τη στήριξή σας! Η συμβολή σας, όσο μικρή κι αν είναι, παραμένει εξαιρετικά σημαντική για εμάς καθώς και για τα παιδιά και τις οικογένειες που στηρίζουμε. Παρακαλούμε, σκεφτείτε με ποια από τις παρακάτω ιδέες μπορείτε να βοηθήσετε τη ΜΕΡΙΜΝΑ να συνεχίσει το έργο της και βάλτε ένα **X** στο ή στα τετράγωνο/α που θα επιλέξετε.

Οικονομική Στήριξη¹

- 1. Μηνιαία οικονομική στήριξη που να αντιστοιχεί στο **κόστος ενός καφέ την μέρα**, δηλαδή, €1 x 30 μέρες = **30 €**/μήνα
- 2. Μηνιαία οικονομική στήριξη στη ΜΕΡΙΜΝΑ (ελάχιστο ποσό 5€, δηλαδή **60 €**/έτος)
- 3. Χρηματοδότηση μίας ή και περισσότερων υπηρεσιών μαζί με συγγενείς, φίλους και συνεργάτες όπως:
 - α. Μία ημέρα ανακουφιστικής φροντίδας στο σπίτι για ένα παιδί και την οικογένειά του (**40 €**)
 - β. Ιατρονοσηλευτικό υλικό για την εβδομαδιαία φροντίδα στο σπίτι ενός σοβαρά άρρωστου παιδιού (**150 €**)
 - γ. Η συμμετοχή ενός παιδιού ή εφήβου σε ομάδα στήριξης στο πένθος, διάρκειας 10 συναντήσεων (**300 €**)
 - δ. Η συμμετοχή ενός γονιού που θρηνεί την απώλεια του παιδιού του σε ομάδα στήριξης, διάρκειας 10 συναντήσεων (**300 €**)
 - ε. Η παρέμβαση σε σχολική κοινότητα μετά από θάνατο μαθητή (**350 €**)
 - ζ. Ένας μήνας λειτουργίας Τηλεφωνικής Γραμμής Υποστήριξης για γονείς από όλη την Ελλάδα (**1.250 €**)
- 4. Εγγραφή στο Σωματείο ΟΙ ΦΙΛΟΙ ΤΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ ως αρωγό μέλος ή προσφορά μιας τέτοιας εγγραφής σε φίλους, συγγενείς, συναδέλφους (ετήσιο κόστος **50€** για φυσικά πρόσωπα και **150 €** για επιχειρήσεις²)
- 5. Δωρεά στη μνήμη αγαπημένου μου προσώπου
- 6. Συμμετοχή στο λειτουργικό κόστος της ΜΕΡΙΜΝΑΣ, (π.χ. γραφική ύλη, εκτυπώσεις, κουπόνια βενζίνης, e-pass για την Υπηρεσία Ανακουφιστικής Φροντίδας στο Σπίτι.)
- 7. Οργάνωση εκδήλωσης για την οικονομική στήριξη της ΜΕΡΙΜΝΑΣ (π.χ. αθλητικό αγώνα, γεύμα για φίλους, δωρεά «αντί δώρου» στα γενέθλια, γιορτή, επέτειο, γάμο, βαφτίσια)
- 8. Συμμετοχή στα έξοδα για τις ετήσιες εκδηλώσεις της ΜΕΡΙΜΝΑΣ (π.χ. «Ημέρα Μνήμης», «Χριστουγεννιάτικη γιορτή για τα παιδιά») με την καταβολή **100 €**
- 9. Δωρεά online στην ιστοσελίδα της ΜΕΡΙΜΝΑΣ την ημέρα των 20ών γενεθλίων της, την **21η Μαρτίου 2015!**

1. Το Έντυπο Οικονομικής Ενίσχυσης που είναι στην ιστοσελίδα μας www.merimna.org.gr

2. Περισσότερες πληροφορίες στον ιστότοπο www.friendsofmerimna.gr

Στήριξη σε παροχές (είδη & υπηρεσίες)³

- 10. Γνωστοποίηση του έργου της ΜΕΡΙΜΝΑΣ σε επαγγελματίες, εταιρίες ή ιδρύματα που είναι δυνητικοί αρωγοί του έργου της
- 11. Προσφορές σε είδος (π.χ. χαρτιά, μελάνια, μαρκαδόρους)
- 12. Προσφορές δώρων για τον ετήσιο λαχνό της ΜΕΡΙΜΝΑΣ (π.χ. εισιτήρια, ταξίδι, διαμονή)
- 13. Προσέγγιση καλλιτεχνών και επωνύμων με σκοπό την οργάνωση εκδηλώσεων για τη στήριξη της ΜΕΡΙΜΝΑΣ
- 14. Κινητοποίηση του σχολείου των παιδιών μου ή άλλου φορέα για την οργάνωση εκδηλώσεων τα έσοδα των οποίων θα δοθούν στη ΜΕΡΙΜΝΑ
- 15. Γνωστοποίηση του έργου της ΜΕΡΙΜΝΑΣ και των ΦΙΛΩΝ ΤΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ με ένα απλό κλικ στο Facebook (Like) και παρότρυνση των φίλων μου να κάνουν το ίδιο
- 16. Συνέντευξη σε δημοσιογράφο με αφορμή τη στήριξη που έλαβε η οικογένειά μου από τη ΜΕΡΙΜΝΑ όταν γίνει αφιέρωμα στο έργο της

Εθελοντισμός

- 17. Συμμετοχή στις ετήσιες εκδηλώσεις των ΦΙΛΩΝ ΤΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ (π.χ. Βazaar, πικ-νικ, κ.α.)
- 18. Συμμετοχή το 2015 στη διοργάνωση των εκδηλώσεων για τα 20ά γενέθλια της ΜΕΡΙΜΝΑΣ
- 19. Παροχή δωρεάν υπηρεσιών στη ΜΕΡΙΜΝΑ στο πλαίσιο της επαγγελματικής μου ιδιότητας (π.χ. μεταφραστής, κειμενογράφος, κηπουρός, ειδικός στην κατασκευή και συντήρηση ιστοσελίδας, δημοσιογράφος, ασφαλιστής)
- 20. Συμμετοχή και βοήθεια στον ετήσιο Μαραθώνιο του Νοεμβρίου 2015

Αυτές είναι οι καταρχήν 20 ιδέες.

Η 21η ιδέα είναι να μας θυμηθείτε και να στηρίξετε τη Μέριμνα και το 2016 !

Επιθυμώ να στηρίξω τη ΜΕΡΙΜΝΑ και τους ΦΙΛΟΥΣ ΤΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ με έναν ή περισσότερους τρόπους που έχω σημειώσει στο παρόν έντυπο.

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ: _____

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: _____

ΤΗΛΕΦΩΝΟ: _____

E-mail: _____

Ενημερώστε μας για την υποστήριξή σας με έναν από τους ακόλουθους τρόπους:

- E-mail: administration@merimna.org.gr / Fax: 210 6452338
- Τηλεφωνικά: 210 6463367 (κ. Κάλλια Αρμαγανίδου ή κ. Ελένη Κοτρόζου)
- Ταχυδρομικά: Παπανικολή 2Α, Σίδερα Χαλανδρίου, 15232