



BREAKING ISOLATION

URBACT NETWORK OF EUROPEAN CITIES TACKLING SOCIAL ISOLATION

URBACT



Co-funded by
the European Union
Interreg



KAPCSOLÓDJ FÓTHOZ!

Vegyük fel a kesztyűt a társadalmi elszigetelődés és a magány ellen!

Kedves Olvasó!

A városunkban zajló **Breaking isolation – Együtt a társadalmi elszigetelődés ellen** című nemzetközi projektünk kiadványát tartja kezében. A kiadványunk célja kettős, egyrészt információval szolgál a projekt céljairól, másrészt szeretnénk általa összekapcsolni a fóti lakosokat a fóti civil szervezetekkel. Célunk, hogy a kiadvány és a projekt segítségével egymásra találjanak a hasonló gondolkodású és hasonló igényű emberek, és együtt, közösen egy aktív Fótért tevékenykedjünk.

Mi is ez a program?



Fót Városa elkötelezett a Fóton élő emberek életminőségének javítása mellett. Ezért 2023-ban megpályáztuk a lehetőséget, hogy más európai városokkal együtt részt vehessünk a Breaking isolation projektben, mely az itt élő emberek mindennapjait teszi jobbá, és hosszú távon kovácsolja közösséggé a fótiakat. Az Európai Unió pénzügyi támogatásával a nemzetközi szakmai csapat, kiegészítve a helyi URBACT csoporttal kidolgozza Fót város integrált akciótervét, mely a társadalmilag elszigetelt emberek újbóli közösségbe vonására ugyanúgy fókuszál, mint a megelőzésre.

Mi a cél?

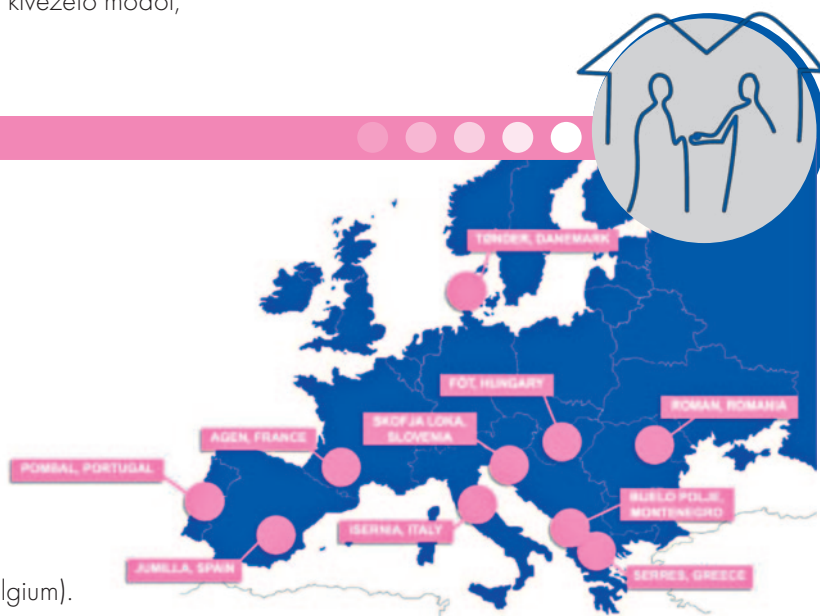
A Breaking isolation hálózat céljai:

- ▶ a társadalmi elszigeteltség növekvő, világméretű problémájának kezelése európai szinten,
- ▶ a társadalmilag elszigetelt egyének azonosítása és támogatása, elsődlegesen a fiatalok és az idősek körében,
- ▶ megtalálni a lehető legtöbb, az elszigeteltségből kivezető módot,
- ▶ felhívni a társadalom figyelmét a problémára és
- ▶ fokozni a társadalmi kohéziót.

Kikkel dolgozunk együtt?

A hálózatban részt vevő városok:

- ▶ Bijelo Polje - Montenegró
 - ▶ Fót - Magyarország
 - ▶ Isernia - Olaszország
 - ▶ Jumilla - Spanyolország
 - ▶ Pombal - Portugália
 - ▶ Roman - Románia
 - ▶ Serres - Görögország
 - ▶ Škofja Loka - Szlovénia
 - ▶ Tønder - Dánia
 - ▶ Agen - Franciaország a hálózat vezetője
- A hálózat vezető szakértője Christophe Gouache (Belgium).





BREAKING ISOLATION

URBACT



Co-funded by
the European Union
Interreg

URBACT NETWORK OF EUROPEAN CITIES TACKLING SOCIAL ISOLATION

A projekt nagy mértékben épít a helyi szakmai csoportok részvételére. A fóti csoport a projekt teljes időtartama alatt nyitott, szeretettel várjuk az érdeklődőket, akik aktívan bekapcsolódnának a munkába.

A Fóton felismert alaprobléma:

- ▶ a lakók közül sokan Budapesten dolgoznak, illetve 2020 óta home office-ban
- ▶ folyamatosan nő az újonnan betelepülők száma, akiknek nincsenek helyi gyökereik
- ▶ sokan élnek szegregált területen

mindezek miatt hiányzik a rendszeres kommunikáció, és az összetartó közösség

- ▶ a pandémia (Covid-19) és a digitalizáció terjedése (közösségi média) csak rontott a fennálló helyzeten.

Jelen kiadvány következő oldalain bemutatjuk azokat az aktív fóti civil szervezeteket és csoportokat, akik nyitott szívvel fogadják és várják a hozzájuk csatlakozni vágyó, Fótért aktívan tenni kívánó lakosokat. Arra buzdítunk mindent, hogy éljen a lehetőséggel, találja meg a hasonló érdeklődésű körű és gondolkodású embereket, csoportokat, és együtt, közösen tegyünk Fótért, és egyúttal küzdjünk együtt a társadalmi elszigetelődés ellen!

További információ a projektről:

- ▶ www.fotikozszolg.hu
- ▶ Ersők Nóra projekt koordinátor (ersok.nora@fotikozszolg.hu)

CSATLAKOZOTT SZERVEZETEK:



Fót Sportegyesület

Egyesületünk 1913-ban alakult, jelenleg 20 feletti szakosztállyal és majd 1.000 aktív taggal rendelkezünk. Fő feladatunk a szabadidő, az utánpótlás és a versenysport megszervezése az érdeklődő fóti lakosoknak. Az elmúlt 5 évben mind infrastruktúrában mind létszámban nagyot fejlődött az egyesület. Várunk minden kicsit és nagyot, hogy velünk sportoljon.



Hajrá Fót!

Elérhetőség: www.fotsportegyesulet.hu • +36 20 932 0655 • informacio@fotsportegyesulet.hu



Fóti Lovas Hagyományéltető Kulturális Egyesület

Három fő pillérre épül egyesületünk tevékenysége:

- ▶ lovas hagyományok ápolása és életben tartása,
- ▶ helyi gasztronómiai értékek, szokások felkutatása, megőrzése,
- ▶ kulturális, kézműves tevékenységek népszerűsítése, bemutatása.

Elérhetőség:

Facebook: Fóti Lovas Hagyományéltető Kulturális Egyesület
+3620 283 8837 • Lehoczki Sándor elnök



Fóti Ökumenikus Közművelődési Egyesület

- ▶ Csatlakozz te is a Fóti Ökumenikus Közművelődési Egyesülethez, és légy részese közösségünknek!
- ▶ Ha érdekelnek a közösségi események, kultúra és a helyi értékek ápolása, köztünk a helyed!
- ▶ Célunk, hogy elősegítsük a kultúra és a közösség fejlődését, ha van kedved Te is hozzájárulhatsz ehhez!
- ▶ Tagjaink aktívan részt vesznek kulturális programok szervezésében, amikre szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt.
- ▶ A Fóti Ökumenikus Közművelődési Egyesület tagjaként lehetőség lesz új emberekkel találkozni és értékes kapcsolatokra szert tenni.
- ▶ Egyesületünk mindenki előtt nyitott, bárki csatlakozhat, aki szeretne hozzájárulni közösségi céljainkhoz.
- ▶ Programjaink között megtalálhatóak művészeti kiállítások, előadások, közösségi rendezvények – gyere, és építsük együtt a jövőt!
- ▶ A tagoknak lehetőségük nyílik az egyesület erőforrásainak és infrastruktúrájának bevonásával megvalósítani közösség építő elképzeléseiket.
- ▶ Mi egy olyan közösséget szeretnénk ápolni, ahol mindenki véleménye fontos és ahol mindenki megtalálhatja a helyét.
- ▶ Csatlakozz most, és legyél része egy olyan közösségnek, amely évről évre új értékekkel gazdagítja Fótot!

Elérhetőség: Facebook: Fóti Ökumenikus Közművelődési Egyesület (FÖKE)

Manna (Volt Manna Sütőház) Vörösmarty tér 4., Fót, Hungary • +3630 932 8456 • foti.o.k.e@gmail.com



Fóti Városszépítő Egyesület

A Fóti Városszépítő Egyesület azért jött létre, hogy közös erővel tegyük még szebbé és rendezettebbé szeretett városunkat. Célunk, hogy Fót egy olyan hely legyen, ahol jó élni, sétálni, pihenni – egy tiszta, gondozott és barátságos környezet mindenki számára.

Programjaink és kezdeményezéseink

Egyesületünk számos közösségi programot szervez, amelyek során összefogással szépítjük meg a várost.

Ezekből néhány példa:

- ▶ **"Tiszta udvar, rendes ház" mozgalom** – Elismeréssel jutalmazzuk azokat a fóti lakosokat, akik különös figyelmet fordítanak portájuk rendezettségére és környezetük ápolására.
- ▶ **Mesejárda-festés** – Színes, vidám mesefigurákkal díszítjük a járdákat, hogy a gyerekek számára még varázslatosabbá tegyük a köztereket.
- ▶ **Közösségi takarítás és faültetés** – Rendszeresen szervezünk szemétszedési akciókat és zöldítési programokat, hogy Fót utcái, parkjai és terei még tisztábbak és élhetőbbek legyenek.
- ▶ **Fóti KönyvForduló szekrényei** - Lehetőséget biztosítanak a könyvek ingyenes cseréjére, így elősegítve a könyvek újrahasznosítását és a közösségi olvasási élményeket.
- ▶ **Kupakgyűjtő szív** - Célja, hogy a műanyag kupakok összegyűjtésével támogatást nyújtson játékonysági célokra, miközben hozzájárul a környezet védelméhez is.
- ▶ **Közösségi események** – Olyan programokat szervezünk, amelyek összehozzák a fóti lakosokat, legyen szó kézműves foglalkozásokról, virágültetésről vagy városszépítő akciókról.

Csatlakozz hozzánk! Ha Te is szeretnél tenni Fót szépségéért és tisztaságáért, szeretettel várunk egyesületünkbe! Legyél aktív részese városunk szebbé varázsolásának, csatlakozz hozzánk, és formáljuk együtt a jövőt! **Tegyünk együtt Fótért!**

Elérhetőség: <https://www.varosszepitok.hu> info@varosszepitok.hu



Otthon Segítünk Alapítvány

Fóton 2003 óta segítjük felkészített, szülői tapasztalattal rendelkező önkéntesekkel a kisgyermekes családokat. Szolgálatunk preventív és átmeneti segítséget nyújt a család otthonában ingyenesen a mindennapok nehézségeinek megoldásában a szülőknek. Az évek során közel 100 főt kisgyermeket érintett már a segítségnyújtás. A családlátogatásokon kívül a helyi programokban is részt veszünk tevékenyen. Várjuk mind a családok, mind a leendő önkéntesek jelentkezését!

Elérhetőség: osafoti@gmail.com • +36703865247



ÉKKŐ Egyesület

Az **Éltető Kapcsolatok Közössége (ÉKKŐ Egyesület)** egy baráti társaság a Kárpát-medencében, ahol jól tenni jó. Olyan egyszerű értékek fenntartásáért dolgozunk, mint az önkéntesség, erős közösségek, családi szolidaritás, segítségnyújtás, hagyományok tisztelete és a Kárpát-medencében és szóróványban élő magyarok összefogása. Több helyszínen működünk, Fóton is van aktív tagságunk.

Eddig megvalósult programjaink:

- ▶ Szuper 60+ : időseket segítő aktív nyugdíjasok csoportja
- ▶ Anyósklubok
- ▶ Nem vagy egyedül: Fogyatékkal élő személyről gondoskodó családok segítése
- ▶ Vándorbölcsház program
- ▶ Közösségépítő találkozások

Várukn csapatunkba, jelentkezz önkéntesnek!

Elérhetőség: www.eltetokapcsolatok.hu • info@eltetokapcsolatok.hu



Fóti Közhazsnú Polgárőr Egyesület

- ▶ Az egyesület célja a közrend és közbiztonság fenntartása, a lakosság komfortérzésének javítása, szoros együttműködés az önkormányzattal és a társzervekkel, a bűncselekmények és közlekedési balesetek megelőzése, környezetvédelem.
- ▶ Egyesületünk széleskörű társadalmi összefogásra épül, amelynek alapja az állampolgárok pozitív érzelmű kötődése a szűkebb környezetükhöz, tenni akarásuk a helyi környezet életfeltételeire kedvezőtlenül ható jelenségek távoltartására, megszüntetésére vagy visszaszorítására érdekében.
- ▶ Egyesületünk tagjai azok a személyek lehetnek, akik betöltötték a 14. életévet és szülői beleegyezéssel (ifjú polgárőr) rendelkeznek, vagy betöltött 18. életévűek (polgárőr) és büntetlen előéletűek, cselekvőképeseek, valamint kötelezően magáénak tekintik a polgárőrség szabályzatait és abból sikeres vizsgát tesznek.

Elérhetőség:

Facebook: Fóti Közhazsnú Polgárőr Egyesület • +3620 315 7685



Muharay Elemér Színpad

Hosszú fóti múltra visszatekintő, ingyenes közösségként működő faluszínpadunk 2015-ben újult meg. Többnyire gyerekek jelentkeztek, akik mára aktív, játékos kedvű fiatal felnőttekké váltak.

Fóti programokon igény szerint megjelenünk, mi több, saját rendszeres programmal színesítjük a fóti családok nyári programját, ugyanis hatodik éve már Mesemaratont szervezünk a Fóti tóhoz. Ezen az ingyenes programon a mesék köré szerveződik minden esemény.

Szeretettel várunk, ha érdekel a színjátszás, fejlődne az önkifejezésben vagy egyszerűen a mindennapok szürkeségét színesítenéd, lazulnál, töltödnél rendszeres alkalmainkon. A Fóti Vörösmarty Művelődési Házban keddenként délután találkozunk.

Elérhetőség: muharayszinpad@gmail.com • Révész Melinda



Fóti Szabadidősport és Kulturális Egyesület

Egyesületünk fő küldetésének tekinti, hogy népszerűsítse a szabadidő hasznos eltöltését: **kenutúra, kerékpártúra, gyalogtúra és kulturális események megrendezésével.**

Évente 16-18 programot tervezünk és bonyolítunk le. Túránk általában 1-napos (gyalogtúra, kerékpártúra, illetve kulturális események segítése-rendezése) 3-napos, (kenutúra, kerékpártúra) illetve 6-naposak (kerékpártúra, kenutúra). Túránkban bárki részt vehet egészségi állapotától függően saját felelősségére.

Minden érdeklődőt szeretettel várunk!

Elérhetőség: Facebook: Fóti Szabadidő és Kulturális Egyesület
Acél Sándor elnök +3620 315 7685



Fóti Zenebarátok Kórusa

Szeretsz énekelni? Kipróbálnád magad egy lelkes tagokból összeálló vegyeskórusban, ahol a jó hangulat és a közös zenei élmény kéz a kézben jár a fejlődéssel? Hetente tartott próbáinkon nemcsak hazai és nemzetközi, klasszikus és kortárs kórusműveket keltünk életre, hanem hangképzéssel és zenei ismereteink bővítésével is foglalkozunk. Koncertjeinken és külföldi szerepléseink alkalmával a magyar népdal-feldolgozásoktól a reneszánsz kórusirodalom gyöngyszemein át, a gospel világáig kalandozunk.

Ha fontos számodra a közösség, a zene szeretete, és szívesen lennél részese valami igazán különlegesnek, várunk sok szeretettel! Próbáinkat minden szerdán 17:30-19:30 között tartjuk a Vörösmarty Művelődési Házban.

Ha további információra van szükséged keresd bátran egyesületünk elnökét a lenti elérhetőségen, vagy üzenj ránk közösségi média felületeken.

Elérhetőség: Egyesület elnöke: Rákosi Lilla

E-mail: fotizenebaratokkorusa@gmail.com • **Facebook:** <http://facebook.com/fotizenebaratok>

Youtube: <https://www.youtube.com/@fotizenebaratok>



Fóti Kék Boglárka Nagycsaládos Egyesület



Egyesületünk célja a nagycsaládosok sajátos érdekének képviselete, valamint a nagycsaládosok egymást ismerő és segítő közösségé szervezése, illetve a nagycsaládosok segítése, támogatása.

Fontosnak tartjuk az élet és az anyaság tiszteletére való nevelést, a házasságért és a jövő generációjáért érzett felelősség erősítését. Nevünkéből adódóan tagjaink közé a fóti nagycsaládosokat várjuk szeretettel.

Elérhetőség: Elek Jánosné • 0670-4314381 • fotikekboglarka@gmail.com



FOTON 2023 Egyesület
Közösen a fenntartható jövőért

FOTON 2023 Környezetvédelmi, Természetvédelmi és Városfejlesztési Egyesület

Az egyesület 2023. január 29. napján alakult meg. Az egyesület legfőbb célja a környezetvédelem.

„Az erkölcs nem csak azt jelenti, hogy nem lopunk és nem sikkasztunk, hanem azt is, hogyan bánunk a természettel.” (Csányi Vilmos, Széchenyi-díjas magyar biológus, a Magyar Tudományos Akadémia rendes tagja).

A FOTON 2023 Egyesület céljai:

Fótliget és Fót, valamint azok környéke jobb és élhetőbb természeti és környezeti állapotának elérése érdekében segíteni a környezeti kultúra terjesztését, fejlesztését, a környezet, természet, az energiatakarékosság és a klímatudatosság társadalmi bázisának kiszélesítését, ennek keretében az egyesület célja:

- 1.) A fenntartható fejlődés helyi szintű érvényesítésének elősegítése;
- 2.) Az eljövendő generációk érdekei iránti felelősségvállalás;
- 3.) A helyi lakosság környezetvédelmi és a természetvédelem érdekeinek képviselete;
- 4.) A helyi lakosság információkhoz való hozzáféréseinek és a döntéshozatalokban való részvételének elősegítése környezetvédelmi, természetvédelmi és városfejlesztési ügyekben;
- 5.) Fótliget és Fót, valamint azok környékének helytörténeti, természeti értékeinek védelme és azok fejlesztése;
- 6.) Fótliget és Fót, valamint azok környéke környezetállapotának javítása;
- 7.) A helyi lakosság és gazdasági tevékenységet folytatók környezet- és egészségtudatos szemléletformálása;
- 8.) A fenntartható fejlődés elősegítése a helyi terület- és városfejlesztésben;
- 9.) A kerületi civil közösségi életben való aktív részvétel;

Bővebb információ és kapcsolatfelvételi lehetőség: <https://www.foton2023egyesulet.com/>



Fejlődő Otthonunkért Társadalmi Egyesület

Az egyesület célja: összefogás Fót Város gazdasági és társadalmi fejlődéséért tenni akaró civilek aktív részvételéért a város életét irányító testület munkájában.

Az egyesület tevékenysége: civil egyesületként segíti Fót Város gazdasági, társadalmi életében jelentős célok elérését a széles társadalom bevonásával, az önkormányzati választásokon polgármester- és képviselőjelöltek állításával, a képviselő-testület bizottságaiba kültagok delegálásával.

Elérhetőség: Acél Sándor elnök • +3620 315 7685



Impulzus Egyesület

Egyesületünket 2014-ben alapítottuk, és ugyanebben az évben már a VIII. Fóti-Futit szerveztük és rendeztük meg.

Céljaink, alapszabályban rögzített feladataink:

- ▶ az egészséges életmód és a szabadidősport gyakorlása, feltételeinek megteremtése
- ▶ gyermek és ifjúsági sport támogatása
- ▶ rendszeres testedzés, versenyzés biztosítása rendezvényeken, eseményeken keresztül
- ▶ amatőr sportversenyek, események szervezése, lebonyolítása
- ▶ óvodai, iskolai tanulók testnevelési és sporttevékenységének elősegítése
- ▶ közösségi élet építése, fenntartása az amatőrsporton keresztül
- ▶ a lakosság szabadidősportjának elősegítése
- ▶ más, hasonló célú egyesülettel és civil szervezetekkel való együttműködés



Az év hátralévő időszakában az alábbi eseményeinkre várunk:

- | | |
|-----------------------|--|
| 1. Április-Szeptember | kerékpáros szemléletformáló programok |
| 2. Április-December | BikeSafe program népszerűsítése |
| 3. Május-Szeptember | Ismerd meg Fótot kerékpárral |
| 4. Május 4. | III. Futókörek Napja Fót |
| 5. Május 13. | Bringás Reggeli Fót |
| 6. Május 25. | XVII. Fóti-Futi és Fóti-Futi MINI |
| 7. Október 11. | IV. Rom-Run terep és akadályfutás, gyaloglás |
| 8. Október 26. | II. Gesztenyefutás-óvodás, kisiskolás futás |
| 9. December 6. | XI. Szent Miklós futás |

További információ és elérhetőség:

www.e-impulzus.hu • www.fotifuti.hu • www.rom-run.hu • szabadido@e-impulzus.hu



Somlyó Művészeti Egyesület (SOME)

Az egyesület célja Fót Város és környéke művészetének közhasznú elősegítése művészeti rendezvények szervezésével és támogatásával, valamint a művészetet tanuló gyermekek számára a tanuláshoz szükséges eszközök (hangszerek, kiegészítők, képzőművészeti alapanyagok) biztosításával. Az egyesületet zenekedvelő emberek, zeneiskolás gyermekek szülei, zenetanárok hívták életre.

- ▶ Szeretnénk a lehető legtöbb emberrel megszerettetni kultúránk kifejező eszközeit: a zenélést, a képzőművészeteket, a színhátszást. Ezek nem oldják meg minden problémánkat, de jó eszközzé válhatnak azok kezelésére és kompetenciánk fejlesztésére. Támogatják szellemi és mentális egészségünket és formálják jövőképünket.
- ▶ Fontosnak tartjuk, hogy minden érintett számára ismert legyen: a zenélés fejleszti a hallást, a ritmusérzékét, a mozgást, valamint ezeken túl például a matematikai és a nyelvi készséget.
- ▶ A művészeti csoportok segítik a közösségbe tartozás érzését, a felelősségtudat kialakulását.
- ▶ A különleges bánásmódot igénylő kicsiknél is hatékony stresszoldó hatása van a zenének.
- ▶ Számos további pozitív transzferhatás tapasztalható meg a művészeteket tanulóknál: fejlődik tőle az érzékelés, az észlelés, az emlékezet, a fantázia, a logikus gondolkodás, az empátia készség, az érzelm kifejezési repertoár, a szabálytudat és szabálykövetés, a kitartás, a figyelem, az ügyesség és az esztétikai érzék.

Szeretettel várunk sorainkba!

Elérhetőség: <http://some-fot.hu/> • +36204762976



főtozók Környezetvédelmi, Kulturális és Közéleti Egyesület

A 2018-ban alakult egyesület mindhárom témában tevékenykedett az elmúlt években.

Legismertebb a közéleti tevékenysége volt, a legmaradandóbb a várossal kapcsolatos öntevékeny szépítő, vagy hasznos, kis költségvetésű fejlesztései voltak, amik a mai napig is használatban vannak. Gyakran működött együtt más főtí civil csoportokkal.

További terveink, ötleteink is vannak, így további lelkes tagok jelentkezését örömmel vesszük.

Elérhetőség: Baráth Zoltán • +36309241744



Fót és környéke Természet- és Állatvédő Egyesület

Egyesületünk a Fót és környékén elveszett, bajba jutott állatokért dolgozik. Jó hír az állatbarátoknak és a gazdiknak, hogy munkatársaink 0-24 órában elérhetőek.

Szeretettel várunk sorainkba minden állatszeretőt, az állatokért aktívan tenni kívánó főtí lakost!

Elérhetőség: fotiallatmentes@gmail.com • +36704037817

Védőnőink jó hangulatú, kötetlen beszélgetéssel, tanácsadással és interaktív előadásokkal várnak minden várandós és kisbabás, kisgyermekes édesanyát az ingyenes városi baba-mama klubokba:

- ▶ keddenként 10-12 óra között Baba-Mama klub a Vörösmarty Művelődési Házban (2151 Fót, Vörösmarty tér 3.)
- ▶ Fót Manó Klub minden páros hét szerdán 10-12 óra között a Főtí Városi Könyvtárban (2151 Fót, Béke u. 33.)

Egyházak:

▶ **Főtí Római Katolikus Egyházközség** (Fót, Vörösmarty u. 2.)
www.fotromkat.hu • fotromkat@fotromkat.hu • +3627358083 • +36205843057

▶ **Fót-Központi Református Egyházközség** (Fót, Károly I. út 1.)
www.fotiref.hu • hivatal@fotiref.hu • +3627632540 • +36306384723

▶ **Főtí Evangélikus Gyülekezet** (Fót, Petőfi S. u. 1.)
www.evangelikusfot.hu • llaszlo@lutheran.hu • +36206222001

▶ **Főtí Baptista Gyülekezet** (Fót, Deák F. u. 3.)
https://www.facebook.com/fotibaptista • fotibaptista@gmail.com • kiss.illes.z@gmail.com
+36208860143 • +3627785950

▶ **Fót-Kislag-Mogyoródi Református Társegyházközség** (Fót, Eőri Barna u. 33.)
https://fot-kislag-mogyorod-reformatus.hu/ • markus.mate@reformatus.hu • +36303109950

