



[www.happymoms.ro](http://www.happymoms.ro)  
contact@happymoms.ro



# happy moms

Un loc în care fiecare mamă își găsește locul  
[www.happymoms.ro](http://www.happymoms.ro) \*\*\* contact@happymoms.ro happy-moms



[www.happymoms.ro](http://www.happymoms.ro)  
contact@happymoms.ro



## Despre Asociatia Happy Moms

### Asociația Happy Moms

are ca misiune aceea de a contribui la bunăstarea comunității, prin programe, proiecte, evenimente și campanii adresate mamelor, copiilor, tinerilor și a familiei în general.

### Viziunea

Asociației Happy Moms este ca schimbarea vine din noi, și începe cu fiecare dintre noi, fiecare mamă fiind capabilă, cu bunăvoie, gânduri curate și voie bună, să genereze, să amplifice și să perpetueze schimbarea în comunitatea din care face parte.

### Scopul

Asociației Happy Moms este acela de a sprijini dezvoltarea armonioasă și sănătoasă în plan personal și/sau profesional, a femeilor însărcinate, a mamelor, a copiilor și tinerilor, a familiei în general, prin programe, proiecte, campanii și evenimente în domenii cum ar fi dezvoltare personală, business, sănătate, artă, hand-made și altele.



Mămica lect.univ.dr.  
Dana Lupșă



Mămica economist  
Luminița Puia



Mămica antrenor  
Ioana Medrea



Mămica avocat  
Mihaela Pantea Mușan



Mămica specialist în  
marketing on-line  
Diana Jugaru



Mămica nutriționist  
Andreea Păun

## Echipa Happy Moms

Voluntarii asociației Happy Moms se implică, sprijină, colaborează și răspund întrebărilor mamelor din comunitate.

Le mulțumim din suflet!



Mămica antreprenor  
Laura Avram



Mămica specialist PR  
Gabriela Brașoveanu



Mămica jurist  
Astrid Morariu



Mămica doula  
Monalisa Moga



Mămica fotograf  
Daniela Mezdrea



Mămica decorator  
de interioare  
Patricia Potecea



Mămica psiholog  
Roxana Blaj



Mămica arhitect  
Cristina Vechiu

## Partenerii Happy Moms

<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/happy-moms>

## Persoane publice

care ne-au susținut și ne susțin

### Sponsori


### Parteneri


### Parteneri media




Gianina Corondan  
realizator TV



Aniela Petreanu  
Actriță Serviciul Român  
de Comedie



Petroneila Rotar  
jurnalist



Monica Reu  
trainer comunicare  
non-violenta



Mihai Sturzu  
fost membru HI-Q



Florin Groza  
fost membru HI-Q



Andrei Roșu  
Manager, sportiv,  
recordman



Ovidiu Vrânceanu  
jurnalist



Robert Cadar  
blogger

## Proiectul Mame pentru mame

derulat în parteneriat cu  
Spitalul de obstetrică și ginecologie  
Dr. I.A. Sbarcea



Asociația Happy Moms  
promovează accesul la informație a  
tuturor categoriilor de mame și  
viitoare mame din Maternitatea  
Brașov, empatia, prietenia și  
sprijinul psihologic și mental pentru  
toate categoriile de mame.

actiuni derulate  
deja în cadrul  
proiectului  
Mame pentru mame



Mamele  
specialist care susțin  
aceste ateliere au  
experiență în lucrul cu copiii  
și cu viitoarele mame,  
și răspund  
VOLUNTAR,  
1 dată/săptămâna, în  
Maternitatea din Brașov,  
întrebărilor mamelor  
interne  
acolo.

### Atelierele de consiliere "Aflu tot despre..."

Atelierele se derulează la sediul Maternității din Brașov și tratează probleme esențiale pentru viitoarele mame, care sunt abordate și lămurite în cadrul clinicilor private, pe probleme de alăptat – consultant în alăptare, format la Crucea Albă, Monalisa Moga și masajul bebelușului – maseur acreditat, antrenor gimnastică de performanță, promotor Baby Gym, Ioana Medrea

<http://www.bebertostogol.ro>

## Campania Mama prietena



Promovăm  
prietenia și  
empatia la  
Maternitatea  
din Brașov.

Voluntarele asociației Happy Moms au derulat un amplu proiect de strângere de mesaje empatic de la mame, adresate proaspelor mame din maternitatea din Brașov, scrisă sau transcrise pe o felicitare.



<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/ne-implicam/proiectul-mame-pentru-mame/item/216-infrumusetam-maternitatea-din-brasov>

## Campania Infrumusetam Maternitatea din Brasov



Voluntarele asociației Happy Moms, cu sprijinul unuia dintre sponsori care a suportat costurile cu materialele, au decorat prin picturi ambulatoriul și cabinetele de pedacie din Maternitatea Brașoveană.



## Atelier de empatie



Atelier de empatie derulat săptămânal de o mamă de prematur pentru mamele de prematur.

Obiectivele acestui atelier este conectarea experiențelor similare, socializarea, traversarea perioadei critice de sedere în spital pentru mamele de prematur, conștientizarea stării de bine a nou născutului ajuns acasă după externare.

## Participarea la cursa cu obstacole a comunității

Banii strâni vor fi utilizati pentru derularea atelierelor de consiliere pe probleme de alăptare și masajul bebelușului, pentru mame cu venituri modeste, care au născut la Maternitatea din Brașov.



## Ateliere Happy

Ateliere Happy derulate cu sprijinul unui local din Piață Sfatului din Brașov, constând în ateliere de florărit, croșetă, gătit vegan, decorațiuni și altele.



## Proiectul Business Mom

derulat în parteneriat cu Camera de Comerț și Industrie Brașov

Asociația Happy Moms sprijină și promovează dezvoltarea profesională a mamelor din orice categorie socială, dar mai cu seama a mamelor cu venituri modeste. În acest sens, au fost derulate acțiuni de strângere de fonduri pentru demararea proiectului Business Mom – școală antreprenorială și incubator de afaceri pentru mame cu venituri modeste.

### Proiectul prevede trei etape:

#### Pe o perioadă de 4 luni

mamele selectate pe bază de concurs cu jurizare mixtă – cadre didactice de la Universitatea Transilvania din Brașov și femei de afaceri – pe baza de proiect, să beneficieze de training și workshop-uri gratuite.

#### Uterior, pe o perioadă de încă 4 luni,

mamele beneficiază de un program de mentorat, axat pe probleme economice de actualitate și pe experiență mamelor cu experiență și afaceri relevante în domenii diverse.

#### Ultima parte a proiectului

vizează promovarea afacerilor nou create, prin mijloace și instrumente specifice aflate la îndemână asociației.

acțiuni derulate  
deja în cadrul  
**proiectului  
Business Mom**

## Atelierul voluntar Exerciții antreprenoriale pentru mame



<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/ne-implimam/proiectul-business-mom/proiect-de-stimulare-a-spiritusului-antreprenorial-al-mamelor/item/110-campagna-exercitii-antreprenoriale-pentru-mame>

derulat în parteneriat cu Librăria St.Olosif de către lect.univ.dr.ec. Lupșa Dana, pe probleme de management și marketing, lunar, pentru mame fără cunoștințe în domeniul economic ce doresc să devină antreprenor sau sunt interesate de subiecte din sfera economică.

## Competitia de idei Business Mom Idea

o competiție având ca premiu consiliere voluntară pe problem de marketing și management a ideii câștigătoare, de către o echipă de mame mentor și conferențari universitari. Ideea câștigătoare este în implementare. Jurul independent a fost format din mame specialist în teorie și practică, având experiență de peste 15 ani la catedră și peste 5 ani în afacere.



<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/ne-implimam/proiectul-business-mom/proiect-de-stimulare-a-spiritusului-antreprenorial-al-mamelor/item/101-proiectul-de-stimulare-a-spiritusului-antreprenorial-al-mamelor-competitia-business-mom-idea>

## Implementarea și promovarea unei idei de la O

« Atelierul de gătit vegan pentru mame și copii » ideea unei mame, a fost sprijinit, implementat și promovat, în momentul de față funcționând independent.

Organizator  
Ce să fac cu ţica.



Mâncare încreșătoare cu suflat preparată  
- atelier de gătit vegan pentru mâmici -  
Mâncare, suflat, cozonac, bremă rotundă,  
măr, piersică, kiwi, lămâie, portocale, cireșe și fructele  
de visină boabe. Fără carne.

În cadrul împreună cu beneficiile de  
întreținere optimale.

Organizator: Maya Mihăescu  
Oră: Început 16.00, ora 18.00.  
Locație: sala 10.

Mama a fost cooptată de către firma Paradisul Verde fiind acum redactor colaborator și invitat permanent la emisiunea cu teme de gătit moderată de Cornelia Crevean.

Redactarea unor articole pe teme economice pentru mame ne-economist.

<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/recomandam/in-spirit-business>

## Atelierele Mamici de poveste

dedicate mamelor antreprenor sau mamelor care își doresc o afacere, care își caută un drum paralel în carieră sau un alt drum profesional și vor să prindă curaj dar și expertiză și să afle un sfat avizat. Atelierele se derulează lunar, pe diverse teme, cu o mamică antreprenor, invitată să imparteasca din propria experiență relevanță pentru tema respectivă.



Atelierul este găndit pentru întreaga familie, astfel:  
în "Spatiul mamicilor cu inițiativă" îmbinăm știința cu practica,  
întâlnindu-ne o mamică practician, în "Spatiul copiilor", aceștia au  
parte de voie bună, în "Spatiul tăticilor", jumătățile de suflet pot  
savura alături de aerul boem, un ceai sau o cafea.

<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/ne-intalnim/proiectul-mamici-de-poveste>

actiuni de strângere  
de fonduri derulate  
deja în cadrul  
proiectului  
Business Mom



Happy Fest – festivalul familiei, organizat de Asociația Happy Moms, este un eveniment care are ca scop principal refacerea legăturii membrilor familiei, în special a legăturii mamă-copil, prin petrecerea într-un mod creativ și distractiv a timpului liber împreună.

Prima ediție a festivalului s-a derulat în toamnă, în Piața Sfatului, în parteneriat cu Centrul Cultural Reduta și Muzeul de Istorie din Brașov. A doua ediție s-a derulat în iarnă, în incinta unui centru comercial, fiind prima oară când un mall s-a implicat în atragerea de fonduri pentru un ONG.

## Festivalul familiei Happy Fest

editările de toamnă și de iarnă

Scopul secundar al festivalului este acela al atragerii de fonduri pentru proiectul Business Mom - școală antreprenorială și incubator de afaceri pentru mame cu venituri modeste.

Tema ambelor ediții a fost  
"Împreună" și a constat în ateliere de creație comune pentru mamă și copil : mamele împreună cu cei mici au creat bijuterii, obiecte decorative, au pictat hâinute, au realizat decorăjuni din pastă de zahăr.



A existat și un spațiu în care părinți și copii s-au distrat neconvențional, experimentând diverse accesorii supradimensionate utilizate în studiourile foto. Pe lângă atelierele de creație, a existat un program de demonstrații sportive, jocuri pentru mame și copii, o tombolă și alte surpirze.

<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/ne-implicam/proiectul-businessmom/item/205-happy-fest-septembrie-2014>

## Conferinta M.A.M.A. Mothers Are Mere Astonishing

realizata in parteneriat cu  
Camera de Comert si Industrie Brasov

Conferința motivațională M.A.M.A., cu tema "Urmează-ți pasiunea, fiu fericită", organizată de Asociația Happy Moms a reunit 100 femei participante, 10 speakeri femei de succes, 13 voluntari, 13 sponsori și parteneri, și încă o parte din fondurile necesare demarările proiectului Business Mom. Scopul conferinței a fost motivarea mamelor în a întreprinde acțiuni cu pasiune, prin puterea exemplului personal al mamelor speaker.



<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/ne-implicam/proiectul-businessmom/campania-m-a-m-a/item/211-conferinta-m-a-m-a-2014>

## Marturii ale mamelor



"Am doi copilași frumoși, pe Matei de aproape 4 anișori și pe Teodor de două luni. Pe Matei am reușit să îl alăptez doar până la 4 luni. Am suferit enorm. Așadar, încă de atunci mă hotărâsem ca până când voi avea bebe doar să mă informez și să nu mai fac aceeași greșeală. Acum două luni a venit și bebe Teo. [...] Am stat linistită fiindcă draga noastră Monalisa stă la doar 3 blocuri de mine, deci aproximativ pe aceeași stradă. Îmi amintesc perfect cât de mult m-a ajutat. A stat cu mine la telefon până la 1 noapte, iar dimineață, cu indicații precise. Reușeam să fac ce spunea ea dăr în căte ore, „problema” mea revenea. Seară, după vreo 12 ore de muncă Monalisa, în loc să meargă acasă la puiul ei venea la mine să mă ajute.

Nu numai că a reusit în 3 ore să mă ajute să nu mai am nicio problema, dar m-a ajutat și psihic să nu mai am nicio problemă. Pot să spun că are mâini de aur. O iubesc pe Monalisa și îi doresc multă putere de muncă în continuare, să poată ajuta cât mai multe mămici și astfel să crească numărul mămicilor care alăpteză."

– Paula Sperdea

## Marturii ale mamelor



"Am fost foarte încântată când am găsit Baby Gym pentru bebeluși. Ioana doar anunță că dorește să facă aceste cursuri și am fost prima mămică, cred, care i-a confirmat că va participa. La început erau două fetițe Ana și doi băieței Tudor. Apoi am inceput să recomandăm cu drag aceste cursuri tuturor parintilor cu care conversam prin diverse locuri..... Ne-a plăcut tare mult tot ce făceam cu Ioana!

Mămică pentru prima dată îmi doream tare mult să fac diverse activități cu micuța prin care să: încerc să o înțeleag mai mult, să ne simțim mai mult, sa socializăm fiecare, să se dezvoalte cât mai armonios. Am învățat multe de la Ioana eu ca mămică ce exerciții pot face cu micuța și care să nu fie periculoase; ce exerciții pot face eu ca să îmi revin la forma inițială după sarcină; cum să îi fac un masaj complet și corect etc. Daria de la gym a învățat de exemplu cum să se dea jos din pat astfel încât să nu mai cadă! Cel mai important însă este că am câștigat și o prietenă, de multe ori i-am cerut diverse opinii legate de bebeluș, are multe cunoștințe în multe domenii, pe lângă faptul că este o persoană tare plăcută atât de către cei mari cât și de către pitici!"

– Daniela Colceru Chirea

## Marturii ale mamelor



"Am aflat despre Happy Moms din mediul online, am decis că este momentul să particip la atelierele organizate de asociație. Am rămas plăcut surprinsă să găsesc mame deschise, vesele, optimiste, care mi-au insuflat și mie elanul și curajul de a demara o afacere. Atelierul « Exerciții antreprenoriale pentru mame » este o idee genială, o modalitate de a sprinji voluntar mamele cu spirit antreprenorial binevenită, cu informații actuale, utile, cu idei scliptoare. În completare, atelierul « Mămică de poveste » vine cu partea pragmatică, descoperind din experiența mamelor antreprenor probleme, cauze, soluții. Ma bucură faptul că și în Brașov se întâmplă ceva pentru mame"

– Annemarie Abraham Bauer

## Alte campanii si proiecte

Campania de promovare a sportului și miscării în randul mamelor și copiilor. Povestii cu aer curat, eveniment derulat în Brașov și Cluj.



Prima acțiune din cadrul campaniei s-a derulat în primăvara 2014, a adunat câteva zeci de mame și copii, în parcul Ina Shaffler, și a constat în demonstrații sportive și demonstrații de dans.

<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/ne-implicam/campania-mamisc-prin-joaca-respir-in-natura-derulata-in-brasov-si-cluj>

### Proiectul Atelier cu zambete

Asociația Happy Moms sprijină și promovează ideile mamelor care își doresc să întreprindă, să demareze și să promoveze pe cont propriu un proiect: croșetă bijuterii, cusut bijuterii cu motive naționale, fotografie, florărit, cosmetica, nutriție.



Organizăm ateliere pe tematici hand-made, împreună cu noul, ateliere la care mamele creează și copiii se distrează. Împreuna dar separat. Detalii: <http://www.happymoms.ro/hm/index.php/ne-intalnire>

## Campanii de strângere de donații pentru cazuri umanitare

Campanii de strângere de donații pentru cazuri umanitare. Sprijinim și ne dăm mâna cu alte ONG-uri pentru a aduce un strop de soare în casele și inimile copiilor și mamelor încercate. Am sprijinit campania de strângere de creioane colorate pentru copiii unei gradinițe din Augustin alături de Asociația Edu for All, am sprijinit și promovat balul caritabil Papuci pentru copii, destinat strângerii de fonduri pentru copiii casei de copii din Tărângeni.



<http://www.happymoms.ro/hm/index.php/ne-implicam/campanii-de-strangeri-de-donatii>

### Atelier de maniere elegante pentru copii, la teatru

O idee în premieră în România, pe parcursul pieselor de teatru, părinții participă la piesă ca spectatori, iar copiii sunt în grijă unei mame specialist în comunicare, care derulează un atelier de maniere elegante.



Prima ediție s-a derulat pe parcursul unei premiere, piesa « Împreuna » a jurnalistei Petronela Rotar.

## Mijloace de vizibilitate

Asociația Happy Moms propune următoarele mijloace de vizibilitate a sponsorilor proiectelor Asociației Happy Moms, și următorul media plan de promovare:

**Online:**  
Înserare logo pe website-ul asociației <http://www.happymoms.ro>, cu link direct către sponsor.

Promovarea proiectului și a sponsorilor pe pagina facebook Happy Moms.

#### Apariții mass media:

În situația organizării unor evenimente, acestea vor fi promovate în cadrul unei conferințe de presă, anterioară datei de desfășurare.

Un reprezentant din partea sponsorilor este invitat să participe la întâlnirea cureaușantă mass media.

Reprezentanții mass media sunt invitați să participe la activitățile din cadrul evenimentului/ evenimentelor. Ulterior desfășurării evenimentelor, mass media locală va primi un comunicat follow-up.

În cazul campaniilor, promovarea acestora în cadrul unor meisiuni TV la nivel local sau după caz, național.

**Print:**  
Promovarea evenimentelor în revistele partenere, în luna în care se desfășoară.

**Indoor:**  
Afise ale evenimentelor - cu logo-ul sponsorilor - plasate în locațiile susținătorilor și partenerilor.

**La locul evenimentului:**  
Materiale de promovare. Logo-ul sponsorilor se va regăsi pe toate materialele de informare.

## Cum va puteți implica

Orientând, atât tu cât și prietenii, rudele, colegii și angajații, 2% din impozitul pe venit global anual din salarii datorat statului către organizația noastră.

Poți direcționa 2% din valoarea impozitului tău către Asociația Happy Moms până pe 15 mai. Vă rugăm să folosiți următoarele date în declarația dvs.:

Cod de înregistrare fiscală:  
33230839

Cont bancar:  
IBAN RO71BTRLRONCRT0252540401

Banca:  
Banca Transilvania, Sucursala Brașov

Folosiți Declarația 230 dacă aveți numai venituri din salarii sau Declarația 200 dacă aveți și venituri din alte surse sau numai venituri din alte surse (activități independente, cedarea folosinței bunurilor, etc).

## Cum va puteti implica

### Redirectionând 20% din impozitul pe profit către noi.

Daca ai o afacere, rezonezi cu misiunea și vizionea noastră, poti sprijini acțiunile și proiectele Asociației Happy Moms. Direcționază 20% din impozitul pe profit printr-un contract de sponsorizare. Este un act de bunăvoieță : din impozitul pe profit plătești statului 80%, redirectionezi cei 20% către Asociația Happy Moms. Desigur, profitul cu care vei rămâne este același.

Procedura în sine este una extrem de facilă, presupunând eforturi minime din partea companiei. Astfel, în urma alegerii unei organizații sau cauze a cărei sprijin se urmărește, se va întocmi un contract de sponsorizare.

Lipsa cunoașterii reglementărilor în domeniul fiscal și a promovării facilității de 20% a făcut ca acest mecanism să devină obscur, fiind rareori folosit de către societăți.

Acest tip de sponsorizare nu presupune cheltuieli suplimentare și nu afectează profitul net al companiei.

20% din impozitul pe profit al companiilor poate fi redirecționat către un ONG care susține o cauză socială. Pentru a putea fi scăzută din impozitul pe profit aferent anului fiscal 2014, suma redirecționată nu poate fi mai mare de 3 la mie din cifra de afaceri, iar plățile trebuie făcute până la 31 decembrie.

## Cum va puteti implica

### Redirectionând 20% din impozitul pe profit către noi.

"În temeiul Legii nr.32/1994 privind sponsorizarea, cu modificările și completările ulterioare, coroborate cu cele ale Titlului II - impozitul pe profit din Legea nr. 571/2003 privind Codul fiscal, oamenii de afaceri/firmele ar putea redirecționa 20% din impozitul pe profitul datorat, către... " ...

Asadar, 20% din impozitul pe profit al companiilor poate fi redirecționat către Asociația Happy Moms fără a le fi afectat în vreun fel bugetul.

Pentru a putea fi scăzută din impozitul pe profit aferent anului fiscal 2014, suma redirecționată nu poate fi mai mare de 3 la mie din cifra de afaceri, iar plățile trebuie făcute până la 31 decembrie.

Procedura prin care firmele pot redirecționa o parte din impozitul lor pe profit constă în semnarea unui contract de sponsorizare cu ONG-ul care reprezintă cauza pe care managerii și antreprenorii vor să o susțină.

Dacă nu semnați astfel de contracte de sponsorizare până la 31 decembrie, banii trebuie să fie virati la bugetul de stat.

## Cum va puteti implica

### Participând ca sponsor la unul dintre evenimentele de fundraising și imagine organizate de Asociația Happy Moms: Happy Fest –festivalul familiei sau Conferința motivațională M.A.M.A., sau la alte campanii derulate anual.

Donații salariale: un sistem simplu de sprijinire a activităților unei asociații Un sistem foarte dezvoltat în țările din vestul Europei și în marile companii multinaționale care activează și în România, prin care, pe baza unei convenții scrise între salariați, firmă și asociație, salariaj contribuie cu câte o sumă fixă (de ex. 50 RON) la constituirea unui fond, după care firma dublează suma adunată din contribuțiiile salariaților, iar întreaga sumă este depusă în contul asociației care se obligă să o cheltuiască numai pentru scopul stabilit prin convenția tripartita (achiziționarea de rechizite, îmbrăcăminte, încălțăminte, sprijinirea familiilor sărăcășilor din zona rurală etc).



Sunt convinsă că tot ce am întreprins până în prezent va fi perceput și apreciat ca o măsură de maximă implicare și responsabilitate socială și că ne veți fi alături, împreună cu ceilalți sponsori, susținători și parteneri ai programelor noastre.

În speranța unei colaborări fructuoase, cu stimă,  
Lect.univ.dr.ec. Dana Lupșa – Președintele Asociației Happy Moms

[www.happymoms.ro](http://www.happymoms.ro)

[contact@happymoms.ro](mailto:contact@happymoms.ro)



happy-moms