

## **5. Az Alapítvány célja és közhasznú tevékenységei:**

### **5.1. Az Alapítvány célja**

Az életegyensúly egyre elterjedtebb szóösszetétel napjaink negatív stresszel teli világában az élet teljességét, “egész-ségét” fejezi ki. Életmódra koncentrálnó megelőző és helyreállító szemléletet jelent.

Az alapítvány az emberek egészségi állapotának a javítását, testi, lelki, szellemi fejlődésüket, ismereti és önismereti tudásuk növelését, valamint a tudatos életvezetés megismertetését tűzi ki alapvető célul, továbbá a természetgyógyászat, illetve az orvostudomány eredményeit felhasználó egészségmegőrző, betegségkezelő eljárások támogatását.

Célja az egészséges életre nevelés és a prevenció felvilágosító oktatások, tanfolyamok támogatása és elterjesztése. A sportolási lehetőségek bebiztosítása az egészségmegőrzés érdekében. Szellemi kikapcsolódást nyújtó kulturális rendezvények támogatása, szervezése.

Az Alapítvány további célja az egészségmegőrzés, betegségmegelőzés, gyógyító, egészségügyi, rehabilitációs tevékenység folytatása, egészségnevelés, a mentálhigiénés kultúra fejlesztése. Életviteli tanácsadási program kialakítása és konzultáció biztosítása. A programban résztvevők körének folyamatos tájékoztatása, rendszeres hírlevéllel, összejövetelek és tapasztalatcserék szervezése, a szükséges információk közreadása. Szociális tevékenység, nevelés-oktatás, ismeretterjesztés, prevencióval kapcsolatos szolgáltatások támogatása. Egészségmegőrző programok minél szélesebb körben való megismertetése és alkalmazása. A másodlagos prevenció, azaz a betegség újbóli bekövetkezésének minél hatékonyabb megelőzése. Célunk a jógaterápia, az ájurvéda, megismertetése.

Az ember egységét a test, a lélek és a tudat harmóniája adja. Ennek alapja az emberben a béke, a nyugalom, a mások iránti tolerancia, megértés, szeretet, az ember jó közérzete, az emberben az öröm és a boldogság érzése. Az Alapítvány a célkitűzések megvalósítása során erre figyelmet fordít.

Az alapítvány egyik legfontosabb feladatának a stressz elleni küzdelmet, a közérzetnek a javítását tartja. A közérzetjavító legfontosabb eszköz a rendszeres testmozgás, egészséges életmód, tudatos életvezetés, természetes öngyógyítás, életerővel való feltöltődés.

Az Alapítvány minden célkitűzése szerinti területen foglalkozik ismeretterjesztéssel.

Az alapítvány céljainak mindegyike az állampolgárok közreműködésével valósul meg. A célok megvalósításához az Alapítvány a segítő lehetőségek széles skáláját veszi igénybe. Ilyen lehetőségek a kiadványok terjesztése, a vetélkedők, sport és más rendezvények szervezése.

Az alapítvány célja civil szervezetek és természetes személyek támogatása cél szerinti tevékenységeivel összhangban.

Az Alapítvány által végzendő közhasznú tevékenységek az 1997. évi CLVI. tv. 26. § c) pontja alapján:

Az alapítvány cél szerinti tevékenysége

### **1. egészségmegőrzés, betegségmegelőzés, gyógyító-, egészségügyi rehabilitációs tevékenység,**

Az Alapítvány az egészségmegőrzés, betegségmegelőzés területein a feladat ellátást közérzetjavító foglalkozások, összejövetelek tartásával, ismeretterjesztő előadások, egészségi ellenőrzések, tanácsadással, és egyéb lehetőségek szervezésével és tartásával tervezi, nem zárva ki az egyéni foglalkozás lehetőségét sem, amelyek a hagyományos orvoslási és az alternatív eljárásokra egyaránt kiterjedhetnek.

A gyógyító-egészségügyi rehabilitációs tevékenységnek a gyógyulást kell segítenie célirányosan. Kiterjedhet csoportos és egyéni foglalkozásokra, felhasználva a hagyományos orvoslás és az alternatív gyógyítások adta lehetőségeket.

Az alapítvány szerepet vállal a társadalom tagjai egészségi és mentális állapotának megővésében, továbbá az állami, önkormányzati szervek célzott programjainak megvalósításában.

Ezen belül:

- a) egészségmegőrző program a helyes táplálkozás terjesztésére és gyakorlati kivitelezésére, egészségtervek elkészítése,
- b) tanácsadás szervezése,
- c) alternatív gyógyulási lehetőségekkel való gyógyítás és ezek népszerűsítése, mint meditáció, bioenergetika, relaxáció,
- d) életmód táborok szervezése, sport és szabadidő szervezésben az egészséget támogató programok ösztönzése,
- e) szabadidő-szervezés egészséges modelljének közvetítésében speciális tornák, jóga, tai-chi, chi kung, túrák,
- f) egészségvédelemmel, életmóddal, tájékoztatással kapcsolatos kiadványok, könyvek, lapok, programfüzetek, kiadása és terjesztése,
- g) lelki egészségvédelem, és önismeret fejlesztés területén folyamatos oktatás szervezése és támogatása.
- h) szabadidős programok, rendezvények megszervezése lebonyolítása, családok és gyermekek számára.
- i) asztrológia, asztrozófia, a szervezet önregenerációs képességének serkentése
- j) egészségügyi masszáz, méregtelenítő programok szervezése
- k) központot hoz létre a, bioenergetika, ájurvéda, jóga, és asztrológia védikus tudásrendszerek ötvözésével. Képzések, tréningek, tanfolyamok, szemináriumok, workshop-ok és kiállítások szervezése és egyéb oktatási tevékenységek lebonyolítása.
- l) speciális tanfolyamokat, szemináriumokat szervez az ájurvédáról, jógaterápiáról, stressz-menedzsmentről, a Kaya Kalp módszerről, a pszichoszomatikus problémákkal összefüggő betegségek legyőzésére.

### **4. nevelés és oktatás, képességfejlesztés, ismeretterjesztés,**

A nevelés területén az Alapítvány az emberek helyzetének, közérzetének javítását segítő lehetőségeket kíván feltárni, realizálni. Ennek során kiemelt helyen foglalkozunk az egyén önmagához, illetőleg a világhoz való viszonyával. Figyelembe vett tanítási eljárások a hagyományos és az alternatív lehetőségek egyaránt.

## **5. kulturális tevékenység,**

A kulturális területen az Alapítvány önálló műsorszervezést, illetőleg egyéb programjait kiegészítő kulturális tevékenységek szervezését, bonyolítását felvállalja.

- a) hagyományőrző események szervezése, „szerek” megtartása, rovásírás ismeret terjesztése.
- b) tehetséges emberek alkotásainak népszerűsítése, kiállítások szervezés és rendezése,
- c) különböző kultúrák bemutatása, kép-hanghordozón, hagyomány ápolás, filmvetítés.
- d) tanulmányutak, konferenciák, szakmai viták szervezése
  
- e) kulturális események szervezése, támogatása

## **8. természetvédelem, állatvédelem,**

Védett állat- és növényfajokról az ismeretek terjesztése, a tenyésztés, illetve a természet támogatása

## **9. környezetvédelem**

- a) az egészséges és tudatos táplálkozás támogatása
- b) a biogazdálkodás elterjesztésének támogatása

## **14. sport, a munkaviszonyban és a polgári jogi jogviszony keretében megbízás alapján folytatott sporttevékenység kivételével.**

A sport fontos összetevője az egészség megőrzésnek. A szabadidős testmozgások jelentősége kiemelkedő az ember jó közérzete, jó egészségi állapota megőrzésében, illetőleg a javításban. A sport tevékenység támogatását az Alapítvány elsősorban a rendszeres testmozgásra szoktatás, nevelés területén fejt ki.

- a) a jóga, mint tevékenység minél szélesebb körben való megismertetése, oktatása, az egészségre gyakorolt átfogó hatásának minél szélesebb körben történő ismertetése,
- b) a jóga, mint tevékenység tudományos szintű megismerését elősegítő anyagok készítése és megismertetése.