



RPW/72574/2022 P

Data: 2022-08-16

Urząd Marszałkowski
Województwa Dolnośląskiego we Wrocławiu
KANCELARIA OGÓLNA

Wpłynęło 16-08-2022

Ilość załączników godz.

Podpis

Załączniki do rozporządzenia
Przewodniczącego Komitetu do spraw Pożytku
Publicznego z dnia 24 października 2018 r. (poz. 2055)

Załącznik nr 1

UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

POUCZENIE co do sposobu wypełniania oferty:

Ofertę należy wypełnić wyłącznie w białych pustych polach, zgodnie z instrukcjami umieszczonymi przy poszczególnych polach oraz w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np.: „pobieranie*/niepobieranie*” oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź, pozostawiając prawidłową. Przykład: „pobieranie*/niepobieranie*”.

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

| | |
|--|---|
| 1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta | Zarząd Województwa Dolnośląskiego |
| 2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾ | Działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym |

II. Dane oferenta(-tów)

| | |
|---|--|
| 1. Nazwa oferenta(-tów), forma prawna, numer w Krajowym Rejestrze Sądowym lub innej ewidencji, adres siedziby, strona www, adres do korespondencji, adres e-mail, numer telefonu | |
| Stowarzyszenie PAX KRS 0000862345 ul. Orla 32, 59-300 Lubin www.paxlubin.pl pax.stowarzyszenie@gmail.com tel. 665 632 058 | |
| 2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej) | Agnieszka Mowińska, prezes Stowarzyszenia tel. 660 414 783 email: pax.stowarzyszenie@gmail.com |

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

| | | | | |
|--|---|------------|------------------|------------|
| 1. Tytuł zadania publicznego | Seniorzy, trzymajmy się razem! – aktywizacja społeczna osób w wieku emerytalnym | | | |
| 2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾ | Data rozpoczęcia | 20.09.2022 | Data zakończenia | 16.12.2022 |
| 3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji) | | | | |
| Pandemia koronawirusa nasiliła rozpad wzajemnych relacji społecznych i rodzinnych. Pojawiły się nowe problemy, a te, które już istniały, przybrały na sile. Osoby w wieku emerytalnym, korzystające z dotychczasowych działań Stowarzyszenia PAX, wskazywały w rozmowach na następujące trudności obecnego czasu: - wysoki poziom stresu, obniżony nastrój (podwyższony w okresie pandemii: lęk o zdrowie, konieczność zaadaptowania się do zmienionych warunków funkcjonowania, utrudniony kontakt z rodziną i przyjaciółmi; lęk spowodowany sytuacją geopolityczną) - pojawienie się bądź nasilenie problemów w relacjach w rodzinie (konieczność przebywania ze sobą w czterech ścianach dłużej niż zwykle uwypukliła problemy w komunikacji, bądź izolacja w okresie pandemii spowodowała rozkład więzi np. z dziećmi, wnukami) - lęk społeczny – niechęć do nawiązywania realnych kontaktów z innymi ludźmi (długi okres pozostawania w domu zmienił tryb życia wielu osób na 'online', spowodował strach przed wyjściem z domu i spotkaniem z innymi ludźmi). | | | | |

¹⁾ Rodzaj zadania zawiera się w zakresie zadań określonych w art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2018 r. poz. 450, z późn. zm.).

²⁾ Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

- nasilenie problemów zdrowotnych, spowodowanych niedoborem aktywności fizycznej oraz trudnościami w codziennym zdrowym żywieniu („zajadanie” stresu, przekonanie o kłopotliwości przygotowywania zdrowych posiłków). Odpowiedzią na te problemy jest realizacja zadania **„Seniorzy, trzymajmy się razem”**.

Celem zadania jest poprawa dobrostanu osób w wieku emerytalnym, mieszkańców Miasta Lubin, poprzez przeprowadzenie 6 sesji warsztatowych dla co najmniej 80 osób. Sesje te obniżą poziomu stresu, pomogą przełamać lęk społeczny, spowodują wzrost integracji społecznej beneficjentów, oraz będą kształtowały postawy prozdrowotne i prospoportowe. Aby umożliwić udział w warsztatach każdemu, niezależnie od statusu materialnego, udział w zajęciach będzie nieodpłatny.

Zadanie będzie realizowane w siedzibie Stowarzyszenia, w Lubinie, przy ul. Orlej 32 (dostępne są tam sale warsztatowe znajdujące się na parterze, toaleta, poczekalnia, podjazd dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich).

Odbiorcy zadania to osoby w wieku emerytalnym (60+), mieszkańcy miasta Lubin. Stowarzyszenie w ramach swoich poprzednich działań ma stały kontakt z pewną grupą osób spełniających te kryteria, ponadto planowane są działania promocyjne za pośrednictwem lokalnych mediów oraz współpracujących ze Stowarzyszeniem placówek (MOPS, poradnie rodzinne, inne NGO działające na terenie Lubina, parafie rzymskokatolickie). Część działań promocyjnych odbędzie się także w mediach społecznościowych i na stronie Stowarzyszenia, jednak z uwagi na ograniczony dostęp do Internetu tej grupy wiekowej, promocja będzie prowadzona ze szczególnym naciskiem na formy pozainternetowe.

Działania planowane w ramach projektu:

1. Przeprowadzenie sesji warsztatowe:

„Sprawne ręce, radosne serce - decoupage dla seniorów” - warsztaty mające na celu wspieranie sprawności manualnej, redukcję stresu i ułatwienie ponownego nawiązywania relacji społecznych. Poprzez prostą, dającą szybki i satysfakcjonujący efekt technikę rękodzielniczą, jaką jest decoupage, wzmacniane jest poczucie sprawczości i własnej wartości seniorów, co ma korzystny wpływ na ich dobrostan psychiczny. Warsztaty trwają ok. 3 godz., prowadzi je kwalifikowany opiekun osób starszych. Ilość uczestników: maks. 20 osób, planowana jest jedna sesja warsztatowa.

„Rusz się seniorze, ruch ci pomoże” - warsztaty mające na celu edukację seniorów w zakresie profilaktyki chorób i dolegliwości narządu ruchu. Część pierwsza warsztatów (ok. 1 h) zawiera edukację na temat właściwego dbania o narząd ruchu w czasie wykonywania codziennych czynności, część druga (ok. 1 h) zawiera prezentację prostych ćwiczeń, do wykonywania samodzielnie w domu, pozwalających zachować sprawność ruchową. Część pierwszą prowadzi kwalifikowany opiekun osób starszych, część drugą – fizjoterapeuta. Czas trwania warsztatów: ok. 2 h. Ilość uczestników: maks. 25 osób, planowana jedna sesja warsztatowa.

Warsztaty „Zdrowe żywienie to nie zagrożenie” - warsztaty mające na celu kształtowanie postaw prozdrowotnych u seniorów, zawierające elementy edukacji z zakresu zdrowego żywienia i stylu życia z praktycznymi wskazówkami do stosowania w zbilansowanym, ale również niedrogim i smacznym przygotowywaniu codziennych posiłków. Warsztaty prowadzi dyplomowany doradca żywienia. Czas trwania warsztatów: około 1 h. Ilość uczestników: maks. 30 osób, planowane są dwie sesje warsztatowe.

Warsztaty „My i nasze wnuki – jak mądrze (nie) wtrącać się w ich wychowanie” – warsztaty mające na celu wzmacnianie relacji rodzinnych między osobami starszymi a ich wnukami, zawierają elementy pedagogizacji i edukacji z zakresu technik komunikacji otwartej. Warsztaty prowadzi terapeuta rodziny, doktor pedagogiki. Czas trwania warsztatów – około 1 h. Ilość uczestników: maks. 16 osób, planowana jest jedna sesja warsztatowa.

2. Prowadzenie działań promocyjnych

- projektowanie i druk materiałów promocyjnych – plakatów, ulotek informujących o warsztatach, przekazywanie informacji o projekcie za pomocą lokalnej prasy, radia, parafii i innych placówek, publikacja informacji o projekcie w przestrzeni Internetu

3. Zakup materiałów niezbędnych do realizacji zadania – artykułów plastycznych i artystycznych niezbędnych do przeprowadzenia warsztatów decoupage (pędzle, kleje, lakiery, farby, serwetki itp.), mat do ćwiczeń w czasie

warsztatów dotyczących ruchu itp.

4. Prowadzenie dokumentacji finansowo-księgowej projektu

5. Koordynacja projektu – współpraca z mediami i wsparcie działań promocyjnych, rekrutacja uczestników, prowadzenie zapisów, współpraca z prowadzącymi zajęcia – ustalanie terminów, dokonywanie zakupu potrzebnych materiałów, organizacja zaplecza logistycznego, udzielanie informacji na temat projektu potencjalnym beneficjentom, dokumentacja realizacji projektu (zdjęcia, listy obecności), ewaluacja i przygotowanie sprawozdania z projektu.

Warsztaty będą odbywały się w godzinach popołudniowych w dni robocze, bądź w soboty. Zapisy na warsztaty będą prowadzone telefonicznie przez koordynatora programu. Udział w warsztatach będzie anonimowy – Stowarzyszenie nie przewiduje zbierania i przetwarzania danych osobowych beneficjentów, co zmniejszy koszty programu. Potwierdzeniem udziału w warsztatach będzie: lista obecności, zawierająca imię lub nieczytelny podpis uczestnika oraz zdjęcia z warsztatów (wyłącznie tych uczestników, którzy ustnie wyrażą na to zgodę na początku spotkania).

Osoby zaangażowane w realizację zadania: koordynator projektu to osoba bezpośrednio zaangażowana w pracę w innych projektach Stowarzyszenia i innych NGO, posiadająca doświadczenie w tego rodzaju zadaniach, komunikatywna, życzliwa, pomocna. Warsztaty poprowadzą specjaliści współpracujący ze Stowarzyszeniem przez co najmniej pół roku, posiadający niezbędne kwalifikacje (opisane przy każdym z warsztatów), umiejętności pracy w grupie i charakteryzujące się wysoką kulturą osobistą.

Zapewnienie dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami

Podczas realizacji zadania zostanie zapewniona dostępność osobom ze szczególnymi potrzebami, zgodnie ze wskazaniami art.6 ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnieniu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami adekwatnie do realizacji w/w zadania.

| 4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego | | |
|---|--|---|
| Nazwa rezultatu | Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa) | Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika |
| Liczba przeprowadzonych sesji warsztatowych | 5 sesji warsztatowych | Zdjęcia z realizacji, listy obecności zawierające imiona beneficjentów lub ich nieczytelne podpisy. |
| Ilość beneficjentów | Co najmniej 80 osób | Listy obecności zawierające imiona beneficjentów lub ich nieczytelne podpisy. |

5. Krótka charakterystyka Oferenta, jego doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie oraz zasobów, które będą wykorzystane w realizacji zadania

Stowarzyszenie PAX to organizacja pozarządowa działająca na terenie miasta Lubin od ponad roku. W tak krótkim czasie swojego istnienia zrealizowała już szereg projektów, m. in. projekty typowo pomocowe („Wieszak dobroci” – wydawanie używanych ubrań osobom w trudnej sytuacji materialnej, współpraca z Caritas Diecezji Legnickiej – prowadzenie punktu wydawania żywności), jak również projekty o charakterze edukacyjnym i profilaktycznym („Stres-stop!” – projekt finansowany ze środków KGHM Polska Miedź, w ramach którego odbywały się warsztaty i spotkania terapeutyczne obniżające poziom stresu, „W depresji nie jesteś sam” – program współrealizowany z innymi NGO, finansowany ze środków KGHM Polska Miedź, obejmujący warsztaty, wykłady i spotkania indywidualne z terapeutami, mające na celu przeciwdziałanie depresji).

Zasoby, jakie posiada Stowarzyszenie, to sale wykładowe i warsztatowe, nieodpłatnie użyczane przez Parafię pw. św. Maksymiliana Kolbe w Lubinie. Sale są wyposażone w sprzęt audiowizualny, krzesła, stoły itp. a dostęp do nich jest możliwy dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich (podjazd, usytuowanie na parterze).

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

| Lp. | Rodzaj kosztu | Wartość PLN | Z dotacji | Z innych źródeł |
|--|---|-------------|-----------|-----------------|
| 1. | Przeprowadzenie warsztatów „Sprawne ręce, radosne serce - decoupage dla seniorów” - wynagrodzenie dla prowadzącego za jedną, trzygodzinną sesję warsztatową | 600 | 600 | |
| 2. | Przeprowadzenie warsztatów „Rusz się seniorze, ruch ci pomoże” - wynagrodzenie dla prowadzącego za, 2 godziną sesję warsztatową (300 zł x 2 godziny = 600 zł) | 600 | 600 | |
| 3. | Przeprowadzenie warsztatów „Zdrowe żywienie to nie zagrożenie” - wynagrodzenie dla prowadzącego za dwie jednogodzinne sesje warsztatowe (300 zł x 2 sesje = 600 zł) | 600 | 600 | |
| 4. | Przeprowadzenie warsztatów „My i nasze wnuki - jak mądrze (nie) wtrącać się w wychowanie dzieci” - wynagrodzenie dla prowadzącego za jedną trzygodzinną sesję warsztatową | 600 | 600 | |
| 5. | Promocja programu - koszty druku i projektowania materiałów promocyjnych | 500 | 500 | |
| 6. | Zakup materiałów dla uczestników warsztatów | 500 | 500 | |
| 7. | Obsługa finansowo-księgową - wynagrodzenie za cały czas trwania projektu | 600 | 600 | |
| 8. | Koordinacja programu - wynagrodzenie za cały czas trwania projektu | 1000 | 1000 | |
| Suma wszystkich kosztów realizacji zadania | | 5000 | 5000 | |

V. Oświadczenia

Oświadczam(-my), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta(-tów);
- 2) pobieranie świadczeń pieniężnych będzie się odbywać wyłącznie w ramach prowadzonej odpłatnej działalności pożytku publicznego;
- 3) oferent* / oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ją)* / zalega(-ją)* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 4) oferent* / oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ją)* / zalega(-ją)* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;
- 5) dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym* / inną właściwą ewidencją*;
- 6) wszystkie informacje podane w ofercie oraz załącznikach są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 7) w zakresie związanym ze składaniem ofert, w tym z gromadzeniem, przetwarzaniem i przekazywaniem danych osobowych, a także wprowadzaniem ich do systemów informatycznych, osoby, których dotyczą te dane, złożyły stosowne oświadczenia zgodnie z przepisami o ochronie danych osobowych.

Stowarzyszenie PAX
Prezes

Marta

.....
Agnieszka Mowińska

Data *11.08.2022*

(podpis osoby upoważnionej lub osób upoważnionych do składania oświadczeń woli w imieniu oferentów)