



Załączniki do rozporządzeń
Przewodniczącego Komitetu RPW/100981/2023 P
Publicznego z dnia 24 października Data: 2023-10-10



WZÓR

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⁾	Działalności 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	
FUNDACJA LAWENDOWA ALTERNATYWA KRS 0000729281 Baldwinowice 6, 57-211 Ciepłowody	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Lawendowa.alternatywa@gmail.com Halina Dubielecka 795 535 555 www.lawendowa-alternatywa.pl www.facebook.com/lawendowa.alternatywa.5

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	SIELSKA MANUFAKURA BABSKA – WYOSTRZ z nami ZMYŚL !			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	02.11.23	Data zakończenia	30.12.23
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				

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.

Cel projektu : aktywizacja i integracja seniorów

Wiele kobiet w emerytalnym wieku stopniowo odsuwa się w cień, kiedy zauważa u siebie skutki procesu starzenia się, a także rezygnuje z różnych działań. Może być to jednak właśnie odpowiedni moment na aktywizację. Dla seniorów jest ona szczególnie ważna, ponieważ aktywność umysłowa, sensoryczna czy fizyczna znacznie poprawia jakość ich życia, a także wspiera profilaktykę wielu chorób i umożliwia im cieszenie się pełną sprawnością dłużej.

Terapia sensoryczna polega na aktywności i ćwiczeniach stymulujących wielorakie układy zmysłów. Do terapii wykorzystywany jest sprzęt, materiały różnej faktury do stymulacji dotykowej, materiały do stymulacji wzrokowej, węchowej, smakowej itp.

Taki właśnie komplet zajęć stymulujących różne zmysły chcemy naszym seniorkom zaproponować.

Zależy nam, aby każda z kobiet przez uczestnictwo w cyklicznych interdyscyplinarnych spotkaniach uwierzyła w możliwą zmianę jakości swojego życia i w swoje możliwości a także zadbała o swoje zdrowie w aspekcie zarówno cielesnym jak i duchowym. Na terenie naszego powiatu kobiety żyjące na wsiach mają małe możliwości rozwoju osobistego, tworzenia, działania dla samych siebie oraz kontaktu z innymi kobietami w sprzyjającej atmosferze.

Cykliczne spotkania to możliwość pokazania nowych możliwości poprawy samopoczucia, zadbania o siebie, świadomego działania, pokazania technik które mogą praktykować w domach aby poprawić ostatecznie jakość życia. Udało się nam stworzyć dzięki realizacji wielu projektów przyjazne warunki które dają możliwość rozwoju i wzmocnienia poczucia własnej wartości, chcielibyśmy aby za programem tym razem poszedł również bardzo istotny aspekt uświadamiania jak ważne jest dbanie o nasze starzejące się ciało i ducha.

Najbliższe ośrodki które ewentualnie mogą to zaproponować są we Wrocławiu który jest od nas oddalony o 60 km, co siłą rzeczy powoduje iż kobiety ze wsi i mniejszych miejscowości mają utrudniony dostęp do oferty tychże ośrodków. Stąd proponowany w projekcie szeroki wachlarz warsztatów rozwojowych.

Zasięg zadania : regionalny

Miejsce realizacji : miejsce realizacji to tereny wiejskie – Powiat Ząbkowicki, uwzględniające odbiorców zamieszkujących tereny o utrudnionym dostępie do działań aktywizujących oraz osoby ze szczególnymi potrzebami (mieszkańcy DPSu w Ząbkowicach Śląskich dla których szyjemy podczas zadania maty sensoryczne) Odbiorcami zadania będą seniorzy w wieku emerytalnym głównie kobiety z małych miejscowości i wsi z powiatu ząbkowickiego ale także osoby młodsze które mogą seniorkom towarzyszyć.

Ze względu na to iż nasza wieś nie jest skomunikowana, nie wszystkie uczestniczki będą mogły do nas dotrzeć samodzielnie (brak środka transportu, prawa jazdy niepełnosprawność etc.) Zakładamy więc uczestnictwo w projekcie również tzw. osób towarzyszących seniorkom, tj zazwyczaj ich córek, które je przywiozą na zajęcia. Projekt w większości jednak będzie realizowany dla kobiet w wieku emerytalnym i takie będą miały pierwszeństwo zapisu.

Działania będą odbywały się we wsi Baldwinowice, gdzie realizujemy większość projektów. w sali przystosowanej do warsztatów. Aby dotrzeć do uczestników informacje na temat projektu zostaną umieszczone na fb i stronie www fundacji, zostaną też wydrukowane plakaty informacyjne, rozwieszane w Gminnym Ośrodku Kultury, tablicach ogłoszeń w okolicznych wsiach. Będziemy również docierać do lokalnych kobiet w sposób bezpośredni. Z naszego doświadczenia wynika że wszelakie zajęcia aktywizujące cieszą się dużą popularnością, ze względu na brak bogatej oferty w tym temacie na naszym terenie. Rekrutacja odbywać się będzie na fb, za pośrednictwem maila i telefonicznie, na każdy warsztat zostanie przyjęte 10-14 osób, taka grupa jest optymalna jeśli chodzi o jakość zajęć i poświęcenie każdej osobie odpowiedniej ilości czasu, tworzone będą listy rezerwowe. Te same osoby mogą brać udział w kilku warsztatach. Decyduje kolejność zgłoszeń. Odbiorcami zadania będą również mieszkańcy DPSu którym zostaną przekazane uszyte maty sensoryczne oraz odbiorcy pośredni korzystający z wiadomości na stworzonej podstronie www projektu na stronie fundacji. Działamy dla wyżej wymienionych grup odbiorców od 5 lat tworząc interesujące programy twórcze, kulturalne i artystyczne, staramy się zapewniać dostęp do szerszego horyzontu rozwojowego. Wszystkie nasze projekty spotykają się z dużym zainteresowaniem odbiorców.

PRZEWIDYWANE REZULTATY

WYDARZENIA

6 WARSZTATÓW

ILOŚĆ H WARSZTATÓW 24 H

ILOŚĆ UCZESTNIKÓW 60 OSÓB

W każdym zajęciach weźmie udział około 10 osób, łącznie 6 warsztatów x 10 osób = 60 uczestników – osoby te mogą się powtarzać i brać udział w kilku warsztatach stąd liczba indywidualnych beneficjentów została uśredniona do min. 20 (powtarzalność)

PRZEWIDYWANE miękkie RZULTATY :

integracja, zwiększenie kreatywności

ZAGROŻENIE EPIDEMIOLOGICZNE w przypadku zagrożenia epidemiologicznego i trwającej epidemii działania jesteśmy w stanie dostosować do opcji online mamy doświadczenie z okresu pandemii kiedy to radziliśmy sobie z przeprowadzeniem części warsztatów w ten sposób. Mamy opracowane procedury dostarczania materiałów do uczestników warsztatów, gdyby sytuacja epidemiologiczna tego wymagała.

INNE RYZYKA - choroba artystów/instruktorów prowadzących warsztaty - zmiana terminu zajęć lub ewentualnie zastępstwo (mamy bazę osób z którymi współpracujemy) Brak chętnych - Jeśli okazałoby się iż nie zebrała się odpowiednia ilość osób, rekrutacja odbywać się będzie z na tyle dużym wyprzedzeniem, aby można było zrekrutować kolejne osoby

OPIS DZIAŁAŃ PROJEKTOWYCH

WYOSTRZ ZMYŚLY ! – cykl warsztatów przepełnionych doznaniem

1.ZMYŚL DOTYKU - warsztaty dotyczące pracy na kondycję naszego mózgu, dowiemy się jak usprawnić mózg aby tworzyły się nowe połączenia neuronowe, poznamy zagrażające nam choroby mózgu jak demencja czy Alzheimer i co ma wspólnego zmysł dotyku z tymi chorobami. Wspólnie rozpoczniemy też szycie specjalnych mat sensorycznych dla osób z demencją . Odbędą się 2 warsztaty wspólnego szycia. Maty sensoryczne zostaną przekazane do Domu Pomocy Społecznej w Ząbkowicach Śląskich.

2.ZMYŚL WĘCHU – popracujemy nad naszym węchem, podczas warsztatów aromaterapii dowiemy się jak różnorodne olejki eteryczne wpływają na nasze ciało, co warto wachać aby poprawić pamięć czy dodać sobie energii. Będziemy rozpoznawać zapachy wyłączając jednocześnie zmysł wzroku. Uczestniczki stworzą także zapachowe sole do kąpeli oraz woreczki zapachowe, które zabiorą do domu.

3.ZMYŚL SMAKU – podczas tego spotkania uczestniczki dowiedzą się min. czym jest smak umami, wyłączając inne zmysły spróbujemy rozpoznawać smaki. Odbędą się również warsztaty kulinarne – uczestniczki wspólnie przygotują różnorodne przekąski , łącząc nietypowe smaki.

4.ZMYŚL WZROKU – na warsztatach dowiemy się co szkodzi naszym oczom, jak wykonywać codzienną jogę oczu, jak wpływają na nas kolory i czym jest chromoterapia. Ponadto stworzymy malarskie kompozycje w kolorach które koją , dzieła malarskie uczestniczki zabiorą do domu.

5. ZMYŚL SŁUCHU – koncert mis i gongów tybetańskich - niezwykła podróż w głąb siebie. Terapia dźwiękiem od wieków pomaga ludziom cieszyć się zdrowiem, pełnią życia i harmonią. Fala dźwiękowa będzie regenerować, relaksować, odprężyć, wyciszać nasze ciała i umysły.

Wibracje dźwięku mis i gongów tybetańskich jako fala dźwiękowa przenikają głęboko struktury fizyczne każdej komórki ciała i masują je powodując rozluźnienie oraz regenerację na poziomie o wiele głębszym niż nocny odpoczynek. Docierają też do tych części ciała, które często napinamy pod wpływem różnego rodzaju stresów Poprzez rezonans z dźwiękami wypełnimy się dogłębnie miłością i obecnością, w zaufaniu i przepływie akceptując to co się pokazuje- kiedy ciało komfortowo zadbane, otulone, wygodnie leżące, zrelaksowane, swobodnie, głęboko oddychające.

Zapewnienie dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami

Zadanie zakłada uczestnictwo w działaniach grup społecznych o utrudnionym dostępie do usług rozwojowych (m.in. niepełnosprawnych , seniorów, osób ze środowisk zagrożonych patologiami i ubóstwem), w szczególności uwzględnia dostępności dla osób ze szczególnymi potrzebami, o których mowa w ustawie z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami, w tym osób z niepełnosprawnościami. Miejsce warsztatów jest przystosowane do pobytu osób z niepełnosprawnościami. Dołożymy wszystkich starań aby osoby które wyrażą chęć udziału w zadaniu a będą z grup ze szczególnymi potrzebami , miały zapewnioną odpowiednią pomoc - zatrudnimy wolontariuszy do ewentualnej pomocy w konkretnych przypadkach .

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Liczba uczestników warsztatów (6x 10 osób)	60	Listy obecności dokumentacja zdjęciowa
Liczba warsztatów	6	Listy obecności dokumentacja zdjęciowa

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

Fundacja działa na rzecz poprawy jakości życia lokalnej społeczności, głównie kobiet również w wieku senioralnym, zanim się zawiązała jako fundacja działała jako grupa nieformalna, uczestnicząc aktywnie w wydarzeniach gminnych i lokalnych. Od 2018 roku prowadzimy fundację, tworzymy pierwszą w regionie wieś tematyczną. zrealizowaliśmy już z powodzeniem następujące projekty również z udziałem seniorów :

- "ZA GRANICĄ WYOBRAŹNI – interdyscyplinarne spotkania ze sztuką świata" (Budżet Samorządu Województwa Dolnośląskiego, Gmina Ziębice, Gmina Ciepłowody) projekt 3 letni – w trakcie realizacji
- "ETNICZNE PRZENIKANIE" (Powiat Ząbkowicki) – projekt dla mieszkańców DPSu w Ząbkowicach Śląskich
- " WYJDŹ POZA RAMY !" (Powiat Ząbkowicki) – projekt dla mieszkańców DPSu w Ząbkowicach Śląskich
- " WYJDŹ POZA RAMY !" (Ministerstwo Kultury – Edukacja Kulturalna
- " CZY JESTEŚ W TEMACIE ZMIAN W KLIMACIE ?" (NOWE FIO 2021-2022)
- „ BĄDŹ JAK LEONARDO DA VINCI – sztuka vs nowe technologie" (FIO 2020) "ODKRYWAMY ZAPOMNIANE- szlakiem tradycji Ziemi Ząbkowickiej" (Narodowe Centrum Kultury ETNOPOLSKA)
- Projekt pt. ZIOLOVE KREACJE – odkryj lokalną naturę na nowo ! (Dolnośląskie Małe Granty)
- Projekt pt. BĄDŹ JAK LEONARDO(Małe Inicjatywy)
- Projekt pt. SIELSKA MANUFATURA BABSKA (Sorooptymist International Wrocław)
- FESTIWAL LAWENDY I ZIÓŁ oraz stworzenie infrastruktury wioski tematycznej (Program Obszarów wiejskich na lata 2014-2020 / Lokalna Grupa Działania Qwsi)
- ECO4FUN ! - myślimy globalnie, działamy lokalnie ! (Dolnośląski Fundusz Małych Inicjatyw)
- ETNICZNE PRZENIKANIE - tradycje kresowe na Dolnym Śląsku (Dolnośląskie Małe Granty)
- Projekt pt. SIELSKA MANUFATURA BABSKA VOL II (Sorooptymist International Wrocław)
- PIKNIK SWOBÓD KOŁO CIEPŁOWÓD - z okazji 30 lecia wolnych wyborów w Polsce Dolnośląskie Małe Granty)
- jako partnerzy w grantcie : " PEŁNIA LASU PEŁNA" - LGD Qwsi

Czynnie uczestniczymy i działamy na rzecz seniorów przy wydarzeniach gminnych (Dożynki, Festyny etc.) nasi wolontariusze przeprowadzają warsztaty tematyczne i animacje

Realizowaliśmy wizyty studyjne dla LGD Qwsi , przeprowadzając różnego rodzaju działania warsztatowe dla seniorów

Zasoby fundacji:

Osoby prowadzące warsztaty i koncert - doświadczenie w prowadzeniu tego typu warsztatów

Koordinator- osoba z doświadczeniem w koordynacji zadań publicznych.

Obsługa księgową - biuro rachunkowe obsługujące naszą fundację

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Koszt 1 PROWADZENIE WARSZTATÓW	3000		
2.	Koszt 2 PROWADZENIE KONCERTU	1500		
3.	Koszt 3 MATERIAŁY DO WARSZTATÓW	2600		
4.	Koszt 4 PROMOCJA- plakaty, ikonografiki fb	500		
5.	Koszt 5 KOORDYNACJA	1000		
6.	Koszt 6 KSIĘGOWOŚĆ	400		
7.	Koszt 7 WYNAJEM SALI NA WSZYSTKIE WARSZTATY	1000		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10000	10000	0

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.

Data 9.10.2023

.....

Fundacja Lawandowa Alternatywa
 (podpis osoby upoważnionej do podpisania oświadczeń woli w imieniu oferentów)
 37-211 Ciepłowody
 NIP 8871816111