

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 adresowana jest oferta	BURMISTRZ MIASTA I GMINY PLESZEW
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	„OCHRONA I PROMOCJA ZDROWIA”

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 „ZROZUMIEĆ I POMÓC”, NR. KRS: 0000365884 63-300 PLESZEW, UL. BOLESŁAWA KRZYWOUSTEGO 3 Mail: sekretariat@sds.pleszew.pl Tel. (062) 7428-360 Adres do korespondencji: 63-300 Pleszew, ul. Kazimierza Wielkiego 7	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Olgierd Wajsnis sekretariat@sds.pleszew.pl 602 – 628 – 357 (062) 7428 – 360 Maja Wrzeszczyńska 501 – 187 - 587

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	EMOCJONALNY ALARM - OD STRESU DO SENSU		
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	01.08.2025	Data zakończenia 30.08.2025
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)			
W ramach zadania planuje się przeprowadzenie zajęć warsztatowo-treningowych, w których udział weźmie 40 uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy w Pleszewie. Uczestnicy reprezentują grupę osób z różnymi niepełnosprawnościami w tym z zaburzeniami psychicznymi, z niepełnosprawnością intelektualną oraz wykazującymi inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych. W ramach zadania przewiduje się przeprowadzenie warsztatów/treningów w obszarze radzenia sobie z emocjami z naciskiem na zarządzanie stresem i uporządkowaniem emocji oraz profilaktykę uzależnień co będzie miało pozytywny wpływ na poprawę kondycji psychicznej beneficjentów. Tematy poszczególnych warsztatów dotyczyć będą takich pojęć jak: obecność stresu w życiu codziennym, zarządzanie stresem i radzenie sobie z nim oraz uzyskanie wsparcia emocjonalnego. Regulację negatywnych napięć – trening relaksacyjny jako sposób na zniwelowanie napięć i uczucia stresu. Warsztaty grupowe stworzą możliwość odczuwania wsparcia emocjonalnego, co wzmocni efektywność warsztatów.. Grupa beneficjentów jest w sposób szczególny podatna na czynniki stresogenne oraz kryzys emocjonalny. Osoby z niepełnosprawnością często doświadczają problemów emocjonalnych wynikających z poczucia wykluczenia, izolacji społecznej oraz braku zrozumienia. Przeciwdziałając temu wykluczeniu planujemy zrealizowanie wyżej wymienionych warsztatów.			

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 2024 r. poz. 1491 ze zmianami)

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

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Uczestnik rozpoznaje czynniki stresogenne oraz objawy towarzyszące sytuacji problemowej i stresowej (omowa ciała, objawy somatyczne, emocje towarzyszące)	Uczestnik potrafi wymienić czynniki stresogenne oraz objawy towarzyszące stanom kryzysowym i stresującym	Karty pracy, lista obecności, zdjęcia
Uczestnik będzie potrafił zarządzać emocjami w tym odczuwanym stresem.	Uczestnik pozna techniki redukcji wspomagające regulację emocji, negatywnych napięć.	Karty pracy, listy obecności, zdjęcia
Uczestnik pozna techniki relaksacji, które wykorzystać będzie mógł również samodzielnie w domu tj. ćwiczenia oddechowe, elementy medytacji, pracy z ciałem w sytuacji napięcia.	Uczestnik pozna techniki reakcji i metody pracy z oddechem. Nabędzie umiejętność regulowania napięcia we własnym ciele, poprawi swoją kondycję psychiczną w tym stan emocjonalny	Lista obecności, zdjęcia

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

Stowarzyszenie „Zrozumieć i Pomóc” działa nieprzerwalnie od roku 2010. Działa na rzecz osób przewlekle chorych psychicznie, z niepełnosprawnością intelektualną oraz wykazujących inne przewlekłe zaburzenia czynności psychicznych. Stowarzyszenie podejmuje oddziaływania w zakresie pomocy oraz wspierania osób potrzebujących, a także członków ich rodzin. Realizuje zadania o zasięgu długofalowym tj. prowadzenie Środowiskowego Domu Samopomocy w Pleszewie, Opieka wytchnieniowa, Asystent osobisty osoby z niepełnosprawnością, Usługi opiekuńcze („Warto pomagać”, „Zdążyć z pomocą”) itp. Stowarzyszenie odpowiada na potrzeby pomocowe mieszkańców Miasta i Gminy Pleszew.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie osób prowadzących zajęcia	10 000,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00	10 000,00	0,00

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

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

