

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 lub w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np. "pobieranie*/niepobieranie*" oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: "pobieranie*/niepobieranie*".

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Prezydent Miasta Szczecin
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	10) 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	
Nazwa: Fundacja Humanum (B)est , Forma prawna: Fundacja , Numer Krs: 0000482349 , Kod pocztowy: 70-563 , Poczta: Szczecin , Miejscowość: Szczecin , Ulica: Koński Kierat , Numer posesji: 9 , Województwo: zachodniopomorskie , Powiat: Szczecin , Gmina: m. Szczecin , Strona www:	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	"Psycho-Mocni"			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	04.04.2022	Data zakończenia	06.05.2022

3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)
--

Opis zadania

Projekt dotyczy działań mających na celu wsparcie seniorów w zakresie zdrowego odżywiania, psychologii odżywiania oraz postaw zdrowego trybu życia. Projekt odpowiada na problemy społeczne, jakie w okresie pandemii COVID-19 narastają w lokalnym otoczeniu. Narzucona izolacja negatywnie wpływa na dobrostan psychiczny osób w każdym wieku. Osoby starsze są mniej cierpliwe, zmęczone, szybciej irytujące się. Osoby z tych środowisk potrzebują coraz częściej fachowego wsparcia w obszarze psychologii, zdrowego odżywiania i trybu życia. Projekt jest reakcją na potrzeby środowisk lokalnych w zakresie zdrowego odżywiania, trybu życia, nowoczesnego podejścia do higieny życia. Formami wsparcia wspomagającymi osoby starsze będą dwu godzinne spotkania z psychologiem, z coachem, z dietetykiem i fizjoterapeutą. Efektami projektu będą przeprowadzone w/w formy wsparcia, w wyniku których nastąpi poprawa stanu psychicznego osób starszych oraz ich edukacja zdrowotna. Spotkania z dietetykiem mają na celu zrozumienie zasad odżywiania się osoby starszej, ułożenia przykładowego jadłospisu, zrozumienia wykluczenia produktów szkodzących/występujących w ogólnych schorzeniach. Spotkania z psychologiem pomogą rozwiązać nurtujące problemy psychiczne z obszaru izolacji, samotności czy bierności zawodowej. Często zdarza się tak, że osoby starsze są wykluczone z lokalnego środowiska poprzez barak aktywności zawodowej czy towarzyskiej. Rozmowa z psychologiem ma pomóc uświadomić sobie wartości życia, wskazać możliwości aktywności oraz wspomóc w poszukiwaniu metod rozwoju osobistego. Rozmowa z coachem ukierunkuje do działania, włączenia się w życie lokalnego środowiska, uczestnictwo w lokalnych inicjatywach i korzyści płynących z aktywnego trybu życia. Rozmowa z fizjoterapeutą skierowana jest na obszar tematyczny spędzania aktywnego trybu życia, form aktywności i zdrowego ruchu dopasowanego do wieku i możliwości kondycyjnych. Razem wszystkie spotkania spowodują zmianę myślenia seniora. Wpłyną na dobrostan psychiczny osoby starszej. poczynszy od nauki sposobu i poznania zasad zdrowego odżywiania do zrozumienia sensu aktywnego trybu życia i włączenia się w lokalne inicjatywy dedykowane osobom starszym. W projekcie uczestniczyć będzie 30 osób, w wieku 60-70 lat. Celem projektu jest wsparcie psychologiczne, coachingowe, doradcze i fizjoterapeutyczne dla seniorów.

Proponowane działania są odpowiedzią na potrzeby seniorów, którzy sami zgłaszali oddolną inicjatywę organizacji spotkań z dietetykiem, psychologiem czy fizjoterapeutą. Zamknięcie i izolacja wynika z sytuacji pandemicznej w kraju, trwająca 2 lata spowodowała wiele zaburzeń psychicznych również wśród osób starszych. Wiele osób, wcześniej aktywnych obecnie nie uczestniczy w żadnej formie aktywności, doprowadzając się do stanu depresyjnego. Zapewnienie dobrego stanu psychicznego jest kluczem do zdrowia i samodzielnej egzystencji. Działania projektowe mają zapewnić regulację lęków, wyprowadzenie z obaw, doprowadzenie do samokontroli dnia codziennego. Okolicznościami przemawiającymi za wprowadzeniem proponowanych przez fundację form wsparcia jest panująca sytuacja pandemiczna. Przez ograniczenia dnia codziennego, narzuconych "z góry", doprowadzały do zaburzeń psychicznych osób w różnym wieku. Najmocniej odczuwają to osoby z grupy seniorów. Osoby te, nie mogły korzystać z dotychczasowych form życia, co doprowadza do zaburzeń psychicznych, samoizolacji, depresji. Brak aktywności zawodowej doprowadza do załamania nerwowego i powoduje nasilanie się braku wiary w swoje możliwości. Do fundacji docierają sygnały od osób oczekujących wsparcia w dziedzinie psychologii czy doradztwa zawodowego. Projekt jest odpowiedzią na oddolne inicjatywy seniorów oczekujących pomocy i wskazania rozwiązań. Proponowane przez fundację formy wsparcia są niezbędną pomocą oczekiwaną przez seniorów.

Oczywiście w Szczecinie funkcjonuje wiele podobnych inicjatyw, są one jednak prowadzone przez instytucje powołane do takich działań. Niestety, nie wszyscy chcą korzystać z pomocy oferowanej

przez instytucje pomocy rodzinie. Wiele osób wstydi się swojego problemu, nie chce go upowszechniać. Panuje taki pogląd, że udzielenie pomocy przez fundację, stowarzyszenie non-profit jest bardziej adekwatne, ludzkie i mniej ingerujące w ich życie. Fundacja wcześniej udzielała podobnych form wsparcia w ramach realizowanych projektów. Każde działania cieszyły się dużym powodzeniem. Na podstawie frekwencji na zajęciach, widać było potrzebę realizacji takich form wsparcia. Niniejszy projekt jest konsekwencją wcześniejszych inicjatyw fundacji w tematyce pomocy osobom wykluczonym społecznie. Prowadzone przez fundację z powodzeniem inicjatywy pokazują dalszą potrzebę wsparcia wymienionych w projekcie grup społecznych.

Miejsce realizacji

Projekt o działaniu lokalnym, realizacja odbędzie się w mieście Szczecin, w siedzibie Fundacji Humanum (B)est.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Wzrost poczucia wartości społecznych wśród 30 seniorów	30	ankieta post

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

Charakterystyka oferenta

Fundacja Humanum (B)est posiada gruntowną wiedzę w zakresie realizacji projektów i zadań publicznych o tematyce społecznej a w szczególności aktywizacji zawodowej osób bezrobotnych zagrożonych ubóstwem i wykluczeniem społecznym. Realizowane dotąd inicjatywy polegały na działaniach skierowanych do seniorów, lokalnej społeczności, osób nieaktywnych zawodowo, osób niepełnosprawnych. Efektami zadań, jakie realizował oferent były zawsze wsparcia aktywizujące i wspierające lokalną społeczność. Komplementarność wszystkich działań polegała na wspieraniu tej samej grupy odbiorców.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

1. 2016r. - Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej - zadanie: "Nowe horyzonty aktywnej integracji w środowisku lokalnym, animacja, edukacja, aktywizacja, na rzecz zmniejszenia wykluczenia społecznego". kwota dotacji 85.000,00 PLN - zadanie rozliczone i zrealizowane rzetelnie i terminowo.
2. 2017r. - Urząd Miasta Szczecin - zadanie publiczne "Integracja i aktywizacja osób starszych". kwota 50.000,00 PLN. Zadanie zrealizowane i rozliczone rzetelnie i terminowo.
3. 2017r. - Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej - Program ASOS "Skarbczyk seniora Szczecina". Kwota 172.000,00 PLN - zadanie rozliczone i zrealizowane rzetelnie i terminowo.

4. 2018r. - Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej - zadanie "Nowe horyzonty aktywnej integracji w środowisku lokalnym, animacja, edukacja, aktywizacja, na rzecz zmniejszenia wykluczenia społecznego". kwota dotacji 85.000,00 PLN - zadanie rozliczone i zrealizowane rzetelnie i terminowo.

5. 2019r. - Gmina Police - zadanie w ramach działania 7.1. programy na rzecz integracji osób i rodzin zagrożonych ubóstwem i/lub wykluczeniem społecznym ukierunkowane na aktywizację społeczno-zawodową wykorzystującą instrumenty aktywizacji edukacyjnej, społecznej, zawodowej projekt Nr RPZP.07.01.00-32-K710/17 pn. "Kompas - Wyznacz swój kierunek". Kwota 85.000,00 PLN. Zadanie zrealizowane i rozliczone rzetelnie i terminowo.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Oferent posiada samochód osobowy, sprzęt komputerowy, sprzęt biurowy typu drukarki, skanery, faks, aparat fotograficzny, stałe łącze internetowe, telefon komórkowy, rzutnik multimedialny z ekranem, flipchart, sale szkoleniową. Posiadane zasoby rzeczowe będą wykorzystane jako pomoc dydaktyczno-rzeczowa do organizacji spotkań przy realizacji zadania publicznego.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	spotkanie z dietetykiem (umowa zlecenie)	1 500,00		
2.	spotkanie z psychologiem (umowa zlecenie)	1 500,00		
3.	spotkanie z coachem (umowa zlecenie)	1 500,00		
4.	spotkanie z fizjoterapeutą (umowa zlecenie)	1 500,00		
5.	poczęstunek kawowy (30 os. x 15 zł)	450,00		
6.	koordynator	2 500,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		8 950,00	8 950,00	0,00

V. Oświadczenia

Oświadczam(y), 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.

.....

....

.....

....

.....

....

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

Data.....

Załączniki:

1. Oświadczenie do umowy (*fakultatywny - złożony elektronicznie*)
2. Dodatkowy załącznik (np. pełnomocnictwo, upoważnienie) (*fakultatywny*)

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.