

Publikacja oferty realizacji zadania publicznego w trybie art. 19a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 roku o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2022 r. poz. 1327) - tytuł zadania publicznego (nazwa własna projektu): „Aktywność seniora = dobrostan ” - przeciwdziałamy wykluczeniu i utracie sprawności

2022-08-18

sygnatura: BAS.525.1.35.2022

Termin składania uwag do oferty: 2022-08-25

Komunikat:

Publikacja oferty realizacji zadania publicznego w trybie art. 19a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 roku o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. z 2022 r. poz. 1327).

Tytuł zadania publicznego (nazwa własna projektu): „Aktywność seniora = dobrostan ” - przeciwdziałamy wykluczeniu i utracie sprawności

Nazwa oferenta: FUNDACJA STACJA AKCEPTACJA

Termin realizacji zadania: od 09.10.2022-31.12.2022

Wysokość wnioskowanego dofinansowania zadania publicznego: 4 320,00

Wszelkie uwagi dotyczące zamieszczonej oferty należy kierować do Zespołu ds. Wspierania Biuro Aktywności Społecznej, ul. Gdańska 5, 85-005 Bydgoszcz lub drogą elektroniczną: ngo@um.bydgoszcz.pl w terminie do dnia 25 sierpnia 2022 r.

Oferta – „Aktywność seniora = dobrostan ” - przeciwdziałamy wykluczeniu i utracie sprawności DEBATA (PDF DO POBRANIA).

A. Krupa
 DYREKTOR BIURA
 Dorota Glaza
 11.08.2022

BAS. 525.1.65.2022

GŁÓWNY SPECJALISTA

dr Przemysław Biegański

12.08.2022

URZĄD MIASTA BYDGOSZCZY
 Biuro Aktywności Społecznej
 11.08.2022
 wpływ
 nr wpływu 111207/2022
 ilość załączników sztuk

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	Miasto Bydgoszcz
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	10) działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym 2) działalność na rzecz integracji i reintegracji zawodowej i społecznej osób zagrożonych wykluczeniem społecznym 7) działalność na rzecz osób niepełnosprawnych 27) promocja i organizacja wolontariatu

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 STACJA AKCEPTACJA, Forma prawna: Fundacja, Numer Krs: 0000968154, Kod pocztowy: 85-830, Poczta: Bydgoszcz, Miejscowość: Bydgoszcz, Ulica: Sandomierska, Numer posesji: 28, Numer lokalu: 46, Województwo: kujawsko-pomorskie, Powiat: Bydgoszcz, Gmina: m. Bydgoszcz, Strona www: , Adres e-mail: mdluty@yahoo.de, Numer telefonu: 503408066	
Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Martyna Żebrowska Adres e-mail: mdzebrowska@interia.pl Telefon: 503408066

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	„Aktywność seniora = dobrostan” - przeciwdziałamy wykluczeniu i utracie sprawności			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	09.10.2022	Data zakończenia	31.12.2022

[Handwritten signature]

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

Opis zadania

Seniorom często towarzyszy poczucie osamotnienia. Brakuje im kontaktów z najbliższymi i rówieśnikami. Aktywność fizyczna oznacza często jedynie wyjście do sklepu czy na pocztę. Nie zawsze osoby w wieku emerytalnym wiedzą jak mogą skorzystać z pomocy różnych placówek. Wstydzą się mówić o problemach i prosić o pomoc. Seniorzy ze względów materialnych nie korzystają z rehabilitacji płatnej, a często i z pomocy w ramach NFZ. Długi okres oczekiwania zniechęca. Brak dostępu do profilaktyki zdrowia i świadomości seniorów jak mogą sobie samodzielnie radzić w wielu trudnych dla nich sytuacjach wywołuje frustrację i pogorszenie samopoczucia.

Celem realizacji projektu jest poprawa jakości życia seniorów, nauka samodzielnego radzenia sobie w pewnych sytuacjach życia codziennego, uświadomienie jak i gdzie seniorzy mogą szukać pomocy i kontaktu z innymi oraz podtrzymanie ich dobrego samopoczucia. Treningi fizyczne polegające na ćwiczeniu równowagi, propriocepcji i stabilizacji mają na celu między innymi zapobieganie upadkom, które w przypadku osób starszych wiążą się z dużym ryzykiem złamań kości i trwałego inwalidztwa. Zajęcia muzyczne wpływają na sferę poznawczą i podstawowe umiejętności koordynacji.

Rodzaj zajęć:

-10 godzinnych zajęć sportowych -treningów funkcjonalnych opracowanych przez doświadczoną trenerkę prozdrowotnych form ruchu.

Cały trening opiera się o zasady treningu terapeutycznego seniorów, uwzględnia się możliwości każdego uczestnika zajęć i dopasowuje ćwiczenia tak, aby każdy był w stanie wykonać je poprawnie. Treningi z wykorzystaniem przedmiotów dostępnych w każdym domu z elementami pilatesu, automasażu, ćwiczeń oddechowych, nauką oddechu przeponowego.

Wskazania do takiej formy ćwiczeń to min. stres, depresja, napięcia nerwowe i mięśniowe, bóle mięśniowe, długotrwały wysiłek fizyczny lub psychiczny, ogólne przemęczenie organizmu, bóle migrenowe.

- 2 godzinne warsztaty muzyczne

Muzyka wpływa na sferę poznawczą. Nauka gry na instrumentach aktywizuje obie półkule mózgu, co przyczynia się do poprawy pamięci, zdolności uczenia się, zwiększa uwagę. Muzyka w połączeniu z ruchem, np. klaskaniem czy marszem, pobudza do myślenia i ułatwia zapamiętywanie nowych informacji.

Umuzycznianie ma także wpływ terapeutyczny – zaspokaja potrzebę aktywności, odpręża i redukuje stres.

Oczekiwany efekt to zwiększenie świadomości(wiedzy), że forma umysłowa ściśle powiązana jest z ciałem. Lepsza kondycja fizyczna i psychiczna uczestników.

Miejsce realizacji

BYDGOSZCZ - BPCOW

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
przeprowadzenie 10 TRENINGÓW FUKCJONALNYCH	udział w zajęciach min.60 osób	Potwierdzeniem będzie dokumentacja fotograficzna wydarzeń oraz listy obecności .
przeprowadzenie 2 zajęć muzycznych	udział w zajęciach min. 16 osób	Potwierdzeniem będzie dokumentacja fotograficzna wydarzeń oraz listy obecności .

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

Charakterystyka oferenta

Fundacja Stacja Akceptacja to grupa kobiet, które na co dzień są zaangażowane w pracę z konkretnymi grupami odbiorców: kobiet, seniorów i dzieci. Jesteśmy kobietami lubiącymi pomagać, kreatywnymi oraz stosującymi w pracy innowacyjne metody prowadzenia zajęć.

Fundacja Stacja Akceptacja realizuje na terenie Gminy Bydgoszcz wykłady, warsztaty i treningi dla dzieci i dorosłych (ze szczególnym uwzględnieniem seniorów).

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja zrealizowała projekt finansowany z mikrograntu z OWES. Warsztaty tematyczne dotyczyły wsparcia, edukacji oraz aktywizacji w zakresie funkcjonowania poznawczego i fizycznego.

Udział w warsztatach skutkowało nabyciem wiedzy na temat profilaktyki zaburzeń funkcji poznawczych oraz zapoznaniem się z metodami treningu pamięci, które łatwo da się zastosować później w warunkach domowych. Aktualnie realizowany jest podobny projekt (w ramach wsparcia FIO3.0), którego adresatem są seniorzy.

Zrealizowane zostały także warsztaty pilotażowe dla klas trzecich S.P. nr 46 zatytułowane "Niepełnosprawność/różnorodność w codziennym życiu. Udział wzięło w nich 39 os. Warsztaty odbyły się w Filii nr 10 Wojewódzkiej i Miejskiej Biblioteki Publicznej 7 i 14.06.2022. Zostały poprowadzone przez oligofrenopedagoga i logopedę z doświadczeniem w pracy z dziećmi oraz osobami z niepełnosprawnościami.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Co najmniej 2 wolontariuszy będzie odpowiadać za promocję, tworzenie grafiki plakatów i ogłoszeń, ich dystrybucję, komunikację podczas rekrutacji uczestników, przygotowanie sali na warsztaty, prowadzenie dokumentacji oraz dbanie i zapewnienie bezpieczeństwa w czasach zagrożenia pandemią Covid19. Warsztaty poprowadzą osoby z z odpowiednimi kwalifikacjami .

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	WYNAGRODZENIE TRENERA - TRENINGI GRUPOWE	1 700,00		
2.	wynagrodzenie- prowadzenie zajęć muzycznych	1 600,00		
3.	Woda i zdrowa przekąska podczas zajęć (maks. 12 uczestn. x 12 zajęć x ok.5 zł na os.)	720,00		
4.	Promocja wydarzenia(np. wydruk plakatów, ulotek, rozprowadzanie materiałów)	300,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		4 320,00	4 320,00	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.

Zebrowska

.....

.....

.....

.....

.....

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

Data 09.08.2022

Załączniki:

1. Dokument potwierdzający status prawny Oferenta i umocowanie osób go reprezentujących (aktualny odpis z rejestru lub wyciąg z ewidencji lub inny dokument) *(obligatoryjny - złożony elektronicznie)*
2. Umowa lub statut, w przypadku, gdy oferent jest spółką prawa handlowego (załącznik fakultatywny - gdy dotyczy) *(fakultatywny)*
3. Pełnomocnictwa *(fakultatywny)*
4. Oświadczenie o zapoznaniu się z obowiązkiem informacyjnym *(obligatoryjny - złożony elektronicznie)*

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.

