

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 publicznego¹⁾	6) ochrony i promocji zdrowia, w tym działalności leczniczej w rozumieniu ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej 31) działalność na rzecz rodziny, macierzyństwa, rodzicielstwa, upowszechniania i ochrony praw dziecka 27) promocja i organizacja wolontariatu 33) działalności na rzecz organizacji pozarządowych oraz podmiotów wymienionych w art. 3 ust. 3 ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, w zakresie określonym w pkt 1-32 17) wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej 15) działalności na rzecz dzieci i młodzieży, w tym wypoczynku dzieci i młodzieży

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 SAMO SIĘ NIE ZROBI, Forma prawna: Fundacja, Numer Krs: 0000846076, Kod pocztowy: 80-755, Poczta: Gdańsk, Miejscowość: Gdańsk, Ulica: Szafarnia, Numer posesji: 11, Numer lokalu: F8, Województwo: pomorskie, Powiat: Gdańsk, Gmina: m. Gdańsk, Strona www: https://samosieniezrobi.org/ , Adres e-mail: biuro@samosieniezrobi.org , Numer telefonu: 500166032,	
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)	Agata Fierek-Dziurła Adres e-mail: agata.fierek@gmail.com Telefon: +48500166032

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Razem po zdrowie przedszkolaka			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	28.11.2022	Data zakończenia	31.12.2022

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

Opis zadania

Uzasadnienie Projektu "Razem po zdrowie przedszkolaka".

Wedle danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), dzieci w Polsce, w porównaniu do swoich rówieśników z innych krajów Europy, są tymi, które tyją najszybciej.

„Problem nadmiernej masy ciała dotyczy 10 proc. małych dzieci (1-3 lat), 30 proc. dzieci w wieku wczesnoszkolnym i 22 proc. młodzieży do 15. roku życia” – jak informuje NFZ, powołując się na dane WHO dotyczące otyłości wśród dzieci.

Otyłość to choroba. Jakie są konsekwencje zachorowania? W zakresie zdrowia fizycznego to m.in. zwiększone ryzyko zachorowania na cukrzycę, nowotwory, choroby układu kostno-stawowego, nadciśnienie tętnicze. Otyłość może powodować również problemy ze snem, z koncentracją, z nauką, a wraz z występowaniem społecznej stygmatyzacji może być powodem problemów nie tylko ze strony zdrowia fizycznego ale też psychicznego.

Ponad to NFZ podkreśla, że otyły przedszkolak cztery razy częściej staje się otyłym dorosłym, niż rówieśnicy o prawidłowej masie ciała.

Z jakich powodów dzieci tyją?

Rodzice twierdzą, że dbają o dietę swoich dzieci, ale te stykają się z produktami wysoko przetworzonymi w przedszkolu, przez co później nie są chętne na jedzenie warzyw i owoców w domu.

Personel przedszkola deklaruje, że dzieci nie są nauczone jedzenia preferowanych produktów w domu, dyrekcje spotykają się z naciskami ze strony rodziców by dzieci spożywały podawane posiłki w przedszkolu, nie wracały głodne, dlatego decydują się na produkty, które z większym prawdopodobieństwem zostaną zjedzone przez dzieci - wysoko smakowite, ale też bardziej przetworzone, z większą zawartością cukru i tłuszczu.

Jako eksperci ds. żywienia widzimy potrzebę skonfrontowania potrzeb obu grup i zintegrowania grona pedagogicznego przedszkoli i rodziców, uświadomienia im tożsamyh celów.

Aktywizacja:

Szansę na poprawę jakości odżywiania w przedszkolu widzimy pod warunkiem zaktywizowania zainteresowanych: poprzez zaangażowanie rodziców i personelu.

Specjaliści Fundacji przygotują materiały merytoryczne, przeprowadzą szkolenia specjalistyczne online i będą koordynowali realizację Projektu w przedszkolu. Rodzice zostaną zaproszeni do zorganizowania grup na facebooku i ich administrowania, wypromowania szkoleń wśród rodziców, komunikację z pozostałymi rodzicami, dostarczenie im materiałów i przeprowadzenie ankiet po szkoleniach. Wyłonimy wśród rodziców "Ambasadorów- Koordynatorów" Projektu.

Na zakończenie Projektu chętni Ambasadorzy - Koordynatorzy wezmą udział w emitowanej transmisji na żywo z Doktor Anią i opowiedzą o realizacji Projektu na kanale social mediów (do

dyspozycji kanał Facebook; Instagram i YouTube @Fundacjasamosięniezrobi lub @DoktorAnia).

Wychowawcy poszczególnych grup będą zaproszeni do poprowadzenia warsztatów dla dzieci według scenariuszy przygotowanych przez specjalistów. Wśród personelu Przedszkola, zostanie wytypowany pracownik, który jako "Ambasador pedagogiczny" będzie czuwał nad jakością przeprowadzanych warsztatów w Przedszkolu.

Pragniemy, utrzymać stałą współpracę w ramach Fundacji z Ambasadorami, którzy zaangażują się w Projekt.

Szkolenia specjalistyczne:

Rodzice odpowiedzialni są za planowanie żywienia dzieci w domu. Wiemy, że rodzice są zagubieni w obliczu agresywnego marketingu produktów spożywczych dla dzieci. Dla nich planujemy zorganizować szkolenia z doboru odpowiednich produktów i budowania dobrych proporcji w ramach posiłków. Rodzice zostaną przeszkoleni w zakresie układania tygodniowego planu żywieniowego dla całej rodziny. Po przeszkoleniu rodzice otrzymają od Fundacji tygodniowy, rodzinny plan żywieniowy przygotowany przez specjalistę. Pragniemy, żeby wszyscy rodzice zaangażowali się w Projekt poprzez zastosowanie się do jadłospisów, a następnie wypowiedzieli się na temat projektu w ankiecie.

Na podstawie dokonanego przez Fundację rozeznania wiemy, że jadłospisy w przedszkolach zawierają błędy. Dzieciom podaje się za dużo cukru i produktów wysoko przetworzonych. Uważamy, że konieczne jest podjęcie interwencji i przeszkolenie całego personelu przedszkolnego: pracowników kuchni, intendentów, dyrekcji, grona pedagogicznego, tak by zrozumieli iż słodycze nie są zdrową przekąską, a cukier nie jest przyprawą. Codzienne podawanie słodyczy oraz dodawanie cukru do potraw jest szkodliwe, a nie konieczne do rozwoju. Nie jest też jedynym sposobem na to, aby dania były smaczne. Przedszkole przejmuje kompetencję w zakresie żywienia dzieci podczas sprawowanej opieki, będąc kluczowym elementem w kształtowaniu nawyków żywieniowych dzieci. Podczas przeprowadzanych rozmów z rodzicami słyszymy: "Wysiłki dotyczące zdrowego gotowania w domu idą na marne ponieważ dzieci w przedszkolu mają dostarczane posiłki i napoje". Dlatego dla personelu także planujemy zorganizować szkolenia z doboru odpowiednich produktów i budowania dobrych proporcji w ramach posiłków. Pracownicy zostaną przeszkoleni w zakresie układania tygodniowego planu żywieniowego dla całej placówki. Po przeszkoleniu przedszkole otrzyma od Fundacji wytyczne oraz tygodniowy plan żywieniowy przygotowany przez specjalistę.

Udział w szkoleniach i nabycie nowych kompetencji to dodatkowe wyzwanie dla personelu. Pragniemy zaktywizować tę grupę do podjęcia większych starań o podniesienie jakości żywienia w Przedszkolu.

W ramach Projektu pragniemy przygotować scenariusze warsztatów dla przedszkolaków, a ich przeprowadzenie zlecić pracownikom przedszkola.

- wycieczki do warzywniaka (krokami na 10 sposobów);
 - promocja lokalnego życia, zakupu warzyw, ruchu na świeżym powietrzu, zapoznanie się z różnorodnością warzyw i owoców na targu;
 - warsztatów osławających z różnymi warzywami, owocami, nasionami, orzechami;
- Przewidujemy udostępnienie 4 scenariuszy analogicznych warsztatów uwzględniających specyfikę sezonu.

Przedszkolak jest także bezpośrednim adresatem naszych działań, ponieważ zanim dziecko zdecyduje się jeść, uczy się akceptować wygląd, zapach, strukturę określonych produktów, co czasami wiąże się z kilkudziesięciokrotnym obcowaniem z określonym produktem. Zapropionowane warsztaty dedykowane przedszkolakom będą służyły w przedszkolu na kolejne miesiące i lata.

Pragniemy by personel Przedszkola kontynuował prowadzenie warsztatów. Projekt ma za zadanie zmotywować personel do dodatkowego zaangażowania w pracę dla podniesienia jakości odżywiania w Przedszkolu objętym Projektem. "Ambasador pedagogiczny" będzie czuwał nad jakością warsztatów w Przedszkolu. Będzie to osoba, z którą chcielibyśmy zostać w trwałym kontakcie.

Wiemy, że sama edukacja żywieniowa nie wystarczy, ponieważ sama wiedza jak zdrowo jeść to za mało. Trzeba jeszcze umieć informacje wdrożyć, czyli po prostu zdrowo jeść. Z tego względu częścią Projektu jest warsztat w zakresie psychodietetyki dedykowany rodzicom i pracownikom przedszkola, podczas którego przedstawimy techniki wdrażania zaleceń żywieniowych i zmiany nawyków odżywiania. Wiemy co podawać, ale jak reagować gdy dziecko nie jest chętne na proponowane posiłki? Podczas warsztatów omówimy ścieżkę postępowania w obliczu neofobii i wybiórczości pokarmowej. Po przeprowadzonym szkoleniu każda rodzina, a także przedszkole otrzyma planszę w wersji elektronicznej z 10 najważniejszymi wskazówkami dotyczącymi żywienia dzieci.

Miejsce realizacji

Bydgoszcz - przedszkole

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
-----------------	--	---

Wyłonienie w Przedszkolu zaangażowanym w Projekt Rodziców Ambasadorów - Koordynatorów (po 1 osobie z każdej grupy z Przedszkola objętego Projektem).	Zaangażowanie Ambasadorów - Koordynatorów w realizację Projektu (po 1 osobie z każdej grupy). Współpraca w trakcie Projektu w zakresie komunikacji z rodzicami, przeprowadzenie wśród rodziców ankiety przygotowanie sprawozdania z ankiety, udział w transmisji na żywo w social mediach.	Wskazanie ambasadorów Projektu z każdej grupy w Przedszkolu objętym Projektem. Przesłanie wykonanego przez Ambasadorów Sprawozdania z podsumowania ankiet. Zapis z transmisji na żywo podsumowującej Projekt.
Wyłonienie w Przedszkolu zaangażowanym w Projekt Ambasadora pedagogicznego, który będzie współpracował z Fundacją przy organizacji Projektu i po jego zakończeniu.	Zaangażowanie Ambasadorów pedagogicznych (przynajmniej 2 osoby) w realizację Projektu. Przeprowadzenie 3 warsztatów dla dzieci, po zakończeniu Projektu.	Wskazanie Ambasadorów pedagogicznych. Przesłanie zdjęć z warsztatów (łącznie przynajmniej 6 zdjęć z każdego warsztatu)
Promocja projektu - praca kreatorska	Przygotowanie materiałów graficznych promujących Projekt na stronę, social media. Przygotowanie materiałów do druku.	Podestanie projektów:
Promocja projektu - rozprzestrzenianie informacji o Projekcie	Przeprowadzenie kampanii informacyjnej w social mediach oraz w przedszkolu.	Podestanie linków, zrzutów ekranu, zdjęć...
Przygotowanie materiałów merytorycznych	Przygotowanie jadłospisu dla przedszkola; rodzinnego planu żywieniowego, planszy ze wskazówkami, 3 x prezentacji na szkolenia; scenariuszy 4 wariantów sezonowych warsztatów żywieniowych dla dzieci, scenariusza spaceru krokiem na 10 sposób	Podestanie materiałów.

<p>Szkolenie w zakresie żywienia dla rodziców; przekazanie rodzinnego planu żywieniowego</p>	<p>1. Omówienie niezalecanych produktów (cukier, słodzone napoje, utwardzone/cześciowo utwardzone kwasy tłuszczowe, produkty wysoko przetworzone, sól, dodatki do żywności). 2. Omówienie produktów zalecanych (warzywa, owoce, pełnoziarniste produkty zbożowe, orzechy, nasiona, dobre źródła tłuszczu białka, wapnia i żelaza). 3. Omówienie zachowania odpowiednich proporcji w diecie. 4. Przekazanie rodzinnego tygodniowego planu żywieniowego.</p>	<p>Przesłanie zdjęć//sreenów</p>
<p>Szkolenie w zakresie żywienia dla personelu; otrzymanie jadłospisu przez przedszkole</p>	<p>1. Omówienie niezalecanych produktów (cukier, słodzone napoje, utwardzone/cześciowo utwardzane kwasy tłuszczowe, produkty wysoko przetworzone, sól, dodatki do żywności). 2. Omówienie produktów zalecanych (warzywa, owoce, pełnoziarniste produkty zbożowe, orzechy, nasiona, dobre źródła tłuszczu białka, wapnia i żelaza). 3. Omówienie zachowania odpowiednich proporcji w diecie. 4. Sezonowy, tygodniowy jadłospis dla przedszkola.</p>	<p>Przesłanie zdjęć//sreenów</p>
<p>Warsztaty (porady i konsultacje grupowe) w zakresie psychodietetyki, przekazanie plansz ze wskazówkami</p>	<p>1. Omówienie wskazówek co do działania w obliczu neofobii i wybiórczości pokarmowej. 2. Przekazanie planszy ze wskazówkami.</p>	<p>Przesłanie zdjęć/sreenów</p>

Spacer z ćwiczeniami do warzywniaka	Przedszkolaki, krokami na 10 różnych sposobów idą na rynek zakupić po 1 gatunku z każdego warzywa, owocu, nasiona, orzecha dostępnego na rynku.	Przesłanie zdjęć
Warsztaty dla dzieci w wieku 5 lat	Przeprowadzenie warsztatów oswojających dzieci z jedzeniem warzyw, owoców, orzechów i nasion dla dzieci w wieku przedszkolnym. Podczas warsztatów wykorzystane zostaną zakupione warzywa, owoce, nasiona i orzechy.	Przesłanie zdjęć

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

Charakterystyka oferenta

Statutowe i dotychczasowe działania Fundacji:

- Wszechstronna działalność na rzecz poszerzania wiedzy na temat szeroko pojętego zdrowia i żywienia dzieci i dorosłych,
- Wszechstronna działalność w zakresie wspierania rozwoju oraz promocji działań dotyczących poprawy zdrowia psychicznego oraz fizycznego,
- Wszechstronna działalność na rzecz poszerzania wiedzy na temat postawy wobec drugiego człowieka opartej na szacunku i tolerancji,
- Działalność w zakresie pomocy społecznej i działalność charytatywna, w tym pomoc dzieciom i dorosłym w trudnej sytuacji życiowej,
- Działalność na rzecz promocji zbilansowanego odżywiania, - Działalność w zakresie nauki, edukacji, oświaty i wychowania dzieci i młodzieży,
- Działalność na rzecz żłobków, przedszkoli, punktów przedszkolnych, szkół oraz innych placówek w sprawie żywienia.

Do tej pory pracownicy i wolontariusze Fundacji:

- edukowali w social mediach na temat żywienia dzieci na profilu Fundacji:

https://www.instagram.com/fundacja_samo_sie_nie_zrobi/?hl=pl -

udzielali bezpośrednich konsultacji osobom, które dokonały zgłoszenia poprzez formularz na stronie <https://samoseniezrobi.org/>

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie:

Ania Makowska - Prezeska Fundacji ma liczne doświadczenie w prowadzeniu szkoleń online i offline, a także w tworzeniu materiałów szkoleniowych: "Programowanie żywieniowe dla dzieci i dorosłych"; "Cukier - jem świadomie"; liczne szkolenia online z czytania składów produktów spożywczych. Ania Makowska ponadto jest autorką bestsellerowych książek o jedzeniu, które sprzedały się w ostatnich latach w nakładzie kilkudziesięciu tysięcy egzemplarzy: "Smart Shopping", "Żywność dla dzieci".

Specjaliści, współpracujący z Fundacją mają na koncie szereg warsztatów i szkoleń

przeprowadzonych w żłobkach, przedszkolach i szkołach, we współpracy z innymi organizacjami pozarządowymi czy publicznymi.

Projekt realizowany przez Agatę Fierek-Dziurłę w Poznaniu w 2017 r. "Gruszka czy Pietruszka? Dobrze. NIAM to pestka!" we współpracy z Fundacją "Cali Mali"; współpraca poradni dietetycznej Agata Fierek-Dziurła "Gruszka czy pietruszka?" z Centrum Inicjatyw Rodzinnych działającym przy Urzędzie Miasta Poznania.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja jak dotąd ma na koncie przeprowadzenie szkoleń i webinarów w social mediach:

- edukacji w social mediach na temat żywienia dzieci na profilu Fundacji:

https://www.instagram.com/fundacja_samo_sie_nie_zrobi/?hl=pl

- udzielania bezpośrednich konsultacji osobom, które dokonały zgłoszenia poprzez formularz na stronie <https://samosieniezrobi.org/>

Doświadczenia w realizacji podobnej działalności:

Ania Makowska - Prezeska Fundacji ma liczne doświadczenie w prowadzeniu szkoleń online i offline, a także w tworzeniu materiałów szkoleniowych: "Programowanie żywieniowe dla dzieci i dorosłych"; "Cukier - jem świadomie"; liczne szkolenia online z czytania składów produktów spożywczych. Ania Makowska ponadto jest autorką bestsellerowych książek o jedzeniu, które sprzedały się w ostatnich latach w nakładzie kilkudziesięciu tysięcy egzemplarzy: "Smart Shopping", "Żywność dla dzieci". Specjaliści, współpracujący z Fundacją mają na koncie szereg warsztatów i szkoleń przeprowadzonych w żłobkach, przedszkolach i szkołach, we współpracy z innymi organizacjami pozarządowymi czy publicznymi.

Projekt realizowany przez Agatę Fierek-Dziurłę w Poznaniu w 2017 r. "Gruszka czy Pietruszka? Dobrze. NIAM to pestka!" we współpracy z Fundacją "Cali Mali"; współpraca poradni dietetycznej Agata Fierek-Dziurła "Gruszka czy pietruszka?" z Centrum Inicjatyw Rodzinnych działającym przy Urzędzie Miasta Poznania.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Zasoby kadrowe

Fundacja to w tej chwili to zespół skutecznych szkoleniowców w zakresie dietetyki, żywienia człowieka, pedagogów i psychologów, a także trenerów, prawników i osób wykonujących zawody kreatywne.

Jesteśmy w stanie przywołać zaledwie kilka przykładowych notek biograficznych, w razie potrzeby chętnie uzupełnimy dalsze informacje o naszych kolejnych wolontariuszach i pracownikach.

Anna Makowska, Prezeska Fundacji Samo Sie Nie Zrobi, od lat pomaga ludziom zmieniać nawyki żywieniowe. Z wykształcenia doktor nauk farmaceutycznych oraz pedagog, ma też dyplom z dietetyki i żywienia człowieka oraz z psychodietetyki (studia podyplomowe). Autorka książek: „SMART SHOPPING. Kupuj świadomie, żyj zdrowiej” – przeglądu produktów spożywczych dla początkujących, „Żywność dla dzieci” – przeglądu produktów dla dzieci, „Na coś trzeba umrzeć” – prostych odpowiedzi na trudne pytania dotyczące zdrowego stylu odżywiania, „Smart cooking” - e-booka o gotowaniu dla opornych oraz dwóch książek dla dzieci: „14 kostek cukru” przeznaczonej dla przedszkolaków, „Śniadaniówka” - dla dzieci w wieku wczesnoszkolnym. Organizatorka szkoleń i konferencji, prowadząca program „Zdrowo dla odmiany” w stacji Food Network Polska. W Fundacji dba o to, aby wspólnym mianownikiem wszystkich działań była chęć pomagania innym na tyłu płaszczyznach na ilu się da. Marzy o przeprowadzeniu rewolucji żywieniowej w żłobkach i przedszkolach oraz o wprowadzeniu obowiązkowej edukacji dotyczącej zdrowego stylu życia na

każdym etapie rozwoju człowieka.

Agata Fierek-Dziurla Projekt Menagerka Fundacji, doświadczona edukatorka żywieniowa w „Gruszka czy pietruszka?”. Agata prowadzi stacjonarną i online’ową poradnię żywieniową, udziela konsultacji i rozpisuje diety dla dzieci oraz prowadzi terapię karmienia we współpracy z neurologopedami, terapeutami SI i fizjoterapeutami. Doświadczenie Agaty obejmuje również projekty realizowane z fundacjami oraz Miastem Poznań w zakresie edukacji żywieniowej rodziców i opiekunów najmłodszych dzieci (również w żłobkach i przedszkolach), a także pracy z samymi dziećmi w formie warsztatów.

Magdalena Kartasińska - Absolwentka Uniwersytetu Warmińsko Mazurskiego w Olsztynie i Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Dietetyczka kliniczna posiadająca doświadczenie w pracy zarówno z pacjentem szpitalnym jak i indywidualnym, edukatorka żywieniowa dzieci, młodzieży i dorosłych, wykładowczyni akademicka. Uczestniczka i realizatorka projektów promujących zdrowie wśród pracowników firm. Działaczka naukowa i autorka publikacji. Prelegentka na konferencjach z branży dietetycznej i HR/biznes oraz uczestniczka programów i audycji radiowych w charakterze eksperta z zakresu dietetyki i zdrowego żywienia.

Karolina Bruchal-Bąk Edukatorka żywieniowa – na co dzień prowadząca warsztaty żywieniowo-kulinarne w przedszkolach i szkołach oraz wykłady dla dorosłych jako Edukacja Żywieniowa Bez Lukru. Właścicielka profilu @edukacjabezlukru na Instagramie i Facebooku, gdzie edukuje społeczność w temacie żywienia dzieci poza domem, m.in. promując kolorowe i zdrowe lunchboxy do szkoły. Autorka zestawów śniadaniówkowych opublikowanych na portalu: Lunchbox – do szkoły | BabyBoom. Orędowniczka małych kroków, prowadzących do wielkiej zmiany.

Sylwia Balcerzak Nasza fundacyjna redaktorka merytoryczna. Sylwia dokonuje korekty tekstów na blogu i pilnuje by wszystkie nasze teksty były pisane w oparciu o najnowsze doniesienia badań naukowych w duchu EBM. Dietetyczka kliniczna prowadząca gabinet online oraz gabinet stacjonarny w Gdańsku. Główne specjalizacje to dietoterapia nadwagi i otyłości, żywienie w chorobach tarczycy, w zaburzeniach gospodarki węglowodanowej oraz w zaburzeniach hormonalnych. Podczas współpracy stale edukuje swoich podopiecznych na płaszczyźnie żywieniowo-zdrowotnej.

Aleksandra Tokarczyk- psycholożka, certyfikowany coach, interwent kryzysowy. Absolwentka studiów psychologicznych na uniwersytetach w Groningen i South Wales oraz studiów specjalistycznych na uniwersytecie w Manchesterze. Aktywny członek British Psychological Society. Kandydatka na studia doktoranckie z zakresu psychologii klinicznej w specjalizacji: traumy i uzależnień. Doświadczenie w zakresie pracy nad motywacją, komunikacją, psychologią pozytywną, w sektorach publicznym i prywatnym, zdobywała w Niemczech i Wielkiej Brytanii. Prywatnie entuzjastka neuropsychologii i seksuologii.

Zespół Fundacji systematycznie rozrasta się.

Zasoby rzeczowe

Komputer z oprogramowaniem, rzutnik, samochód - sprzęty prywatne wolontariuszy i pracowników udostępniane na rzecz pracy w Fundacji.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
-----	---------------	-------------	-----------	-----------------

1.	Przygotowanie materiałów graficznych promujących Projekt na stronę, social media. Przygotowanie plakatu do druku.	200,00		
2.	Druk plakatów	100,00		
3.	Przeprowadzenie kampanii informacyjnej w social mediach oraz w przedszkolu objętym projektem.	90,00		
4.	Przygotowanie prezentacji na szkolenie z żywienia z personelem	320,00		
5.	Przygotowanie prezentacji na szkolenia z żywienia z rodzicami	320,00		
6.	Przygotowanie prezentacji w zakresie psychodietetyki	320,00		
7.	Przygotowanie jadłospisu dla przedszkola	320,00		
8.	Przygotowanie rodzinnego planu żywieniowego	320,00		
9.	Przygotowanie planszy w zakresie psychodietetyki	200,00		
10.	Przygotowanie scenariuszy z 4 wariantów sezonowych warsztatów żywieniowych dla dzieci, scenariusza spaceru krokiem na 10 sposób	320,00		
11.	Szkolenie online w zakresie żywienia dla rodziców	320,00		
12.	Szkolenie online w zakresie żywienia dla personelu	320,00		
13.	Warsztaty (porady i konsultacje grupowe online) w zakresie psychodietetyki	320,00		
14.	Spacer z ćwiczeniami do warzywniaka	320,00		
15.	Zakup warzyw, owoców, orzechów na warsztaty dla dzieci w wieku 5 lat w przedszkolu objętym projektem	500,00		
16.	Księgowa obsługa projektu	450,00		
17.	Administracyjna obsługa projektu, sprawozdanie	300,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		5 040,00	5 040,00	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. 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.