

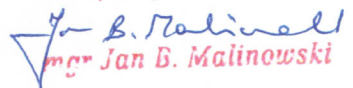
Ostrowiec Św., dnia 10.09.2019 r.

**OFERTA – Stowarzyszenia Uniwersytetu Trzeciego Wiek WSBiP
w Ostrowcu Świętokrzyskim, ul. Akademicka 12**

Prezydent Miasta Ostrowca Świętokrzyskiego, uznając celowość realizacji zadania publicznego pn. „**Sprawni i niezależni seniorzy w wieku 60+**” z zakresu ochrony i promocji zdrowia, zgodnie z art. 19 a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie zamieszcza w załączeniu ofertę złożoną przez **Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wiek WSBiP**.

W terminie 7 dni od daty zamieszczenia ogłoszenia można zgłaszać uwagi dotyczące niniejszej oferty.

Uwagi należy składać w formie pisemnej w Wydziale Edukacji i Spraw Społecznych w Urzędzie Miasta, pok.108.

NACZELNIK WYDZIAŁU
Edukacji i Spraw Społecznych

mgr Jan B. Malinowski

Wiceprezydent Miasta
Ostrowca Świętokrzyskiego
Dariusz Smoliński

WYDZIAŁ EDUKACJI
SPRAW SPOŁECZNYCH

04. 09. 2019

UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

Nr.

Podpis

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	Urząd Miasta Ostrowca Świętokrzyskiego
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 Uniwersytet Trzeciego Wieku WSBiP KRS 0000303066 ul. Akademicka 12 27-400 Ostrowiec Świętokrzyski www.utw.wsbipl.edu.pl e-mail: utw ostrowiec@gazeta.pl tel. 606 743 926
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Krystyna Borys, 512 228 479, krystyna.borys@wp.pl

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	SPRAWNI I NIEZALEŻNI SENIORZY W WIEKU 60+		
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	4.10.2019	Data zakończenia 31.12.2019

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

Zadanie z zakresu **ochrony i promocji zdrowia** kierujemy do osób starszych w wieku 60+, mieszkańców Ostrowca Świętokrzyskiego.

Celem projektu jest edukacja prozdrowotna poprzez wykłady otwarte (dla co najmniej 150 seniorów) dotyczące sekretów kręgosłupa i jego rehabilitacji oraz zdrowego żywienia i właściwej rehabilitacji w **przeciwdziałaniu chorobom**. Chcemy uświadomić seniorom, że samo leczenie i lekomania mogą szkodzić zdrowiu, a właściwa dieta może wspomóc organizm człowieka, przyjmującego leki zgodnie z zaleceniami lekarza. Następnym celem projektu jest stworzenie możliwości poznania czegoś nowego, rozbudzanie kolejnych zainteresowań- „podróżami bez biletu”, jak również przeprowadzenie warsztatów z zakresu kultury i promocji zdrowia.

Planujemy więc zajęcia edukacyjne, które zwrócą uwagę uczestników projektu na problemy związane ze sprawnością fizyczną (ból kręgosłupa utrudniające życie osobom starszym) i umysłową (starzenie się mózgu człowieka, zapominanie, zaniki pamięci - zwiastunami chorób), a tym samym z energią życiową seniorów, którzy chcą być jak najdłużej sprawni i niezależni od innych osób.

Planowane **wykłady i warsztaty** i zostaną przeprowadzone w sali F. Ryszki WSBiP w Ostrowcu Świętokrzyskim.

Są to:

1. **Podróżowanie bez biletu, czyli poznajemy kulturę i obyczaje narodowości azjatyckich w tym Japonii** - wykład otwarty dla zainteresowanych seniorów (październik 2019).
2. **Sekrety kręgosłupa i jego rehabilitacja** - wykład otwarty z pokazem sprzętu rehabilitacyjnego - listopad **2019r.** Każdy uczestnik otrzyma zestaw ćwiczeń do wzmocnienia kręgosłupa (listopad 2019).
3. **Jak dieta seniora wpływa na przyjmowane leki? Co warto wiedzieć o samoleczeniu i lekomanii?** – wykład w **grudniu br.** Wystawa zdrowej żywności (np. pieczywo, woda źródlana, miody, zioła)

Powyższe wykłady przeprowadzą specjaliści. Wykład 1. zaprezentuje podróżnik znający kulturę azjatycką lub wykładowca z Uniwersytetu Jagiellońskiego – naukowiec, znawca kultury Japonii. Dwa kolejne wykłady będą ukierunkowane na kwestie zdrowotne seniora. Przeprowadzą je profesjonaliści z dziedziny nauk medycznych.

Warsztaty:

„Podróż bez biletu” warsztaty z zakresu kultury japońskiej, prezentujące tajemnice życia Japończyków, w tym seniorów w Japonii. Przewiduje się, że w 1,5 h warsztatach wezmą udział trzy grupy po ok.25 osób. Będą potrzebne materiały na warsztaty (papier, mazaki) oraz skromny poczęstunek. Warsztaty poprowadzą studenci – 3 osoby z Uniwersytetu Jagiellońskiego Wydziału Japonistyki, członkowie Koła Naukowego Japonistów UJ KAPPA. Proponowane zajęcia, czyli wykład nr 1 i warsztaty pn. „Podróż bez biletu” będą nowością dla seniorów, którzy nie rezygnują ze swoich pasji i marzeń.

„Starzenie się mózgu człowieka a trening pamięci” - warsztaty z edukacji prozdrowotnej.

Miejsce realizacji: w WSBiP lub ARL w Ostrowcu Świętokrzyskim.

Ogłoszenie w prasie zamieścimy na początku października br. w sprawie rekrutacji zainteresowanych seniorów –30 osób na warsztaty, które odbędą się X-XII br. po 2h/miesiąc.

Warsztaty przeprowadzi profesjonalista – psycholog z ARL, przekaze wiedzę dotyczącą funkcjonowania mózgu człowieka, wyjaśni problemy związane z pamięcią i przeprowadzi proste ćwiczenia pamięci, które seniorzy będą mogli w domu powtarzać.

W związku z realizacją tego działania przewiduje się koszt materiałów na warsztaty dla 30 osób - zeszyt - długopis i skromny poczęstunek (na 3 spotkania)

Kolejne działanie to **promocja zadania publicznego:**

- wydanie ulotki na temat, jak dbać o zdrowie i sprawność umysłu w starszym wieku;
- ogłoszenie w prasie o realizowanym zadaniu i rekrutacji na warsztaty;
- artykuł podsumowujący działania projektu w prasie lokalnej.

Na zakończenie działań w ramach tego zadania zostanie przeprowadzona ewaluacja (ankieta)

Realizacja ww. działań pozwoli na osiągnięcie celu ogólnego przedsięwzięcia, którym jest podniesienie wiedzy o tym, jak najdłużej utrzymać sprawność fizyczną i umysłową i być osobą samodzielną w wielu aspektach życia.

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.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
1. Zorganizowanie wykładu i warsztatów dla seniorów chcących rozwijać swoje pasje i zainteresowania kulturą innych narodowości oraz podróżami choćby bez biletu. - Wykład otwarty z zakresu kultury, obyczajów narodowości azjatyckich, w tym Japonii przeprowadzony przez znawcę tematyki. - Warsztaty „Podróż bez biletu” dla zainteresowanych kulturą japońską, chcących wzbogacić swą wiedzę o obyczajach Japończyków	- Udział ok. 150 osób starszych z różnych środowisk seniorskich, w tym przedstawicieli ostrowieckich klubów seniora. - Udział ok. 75 seniorów w warsztatach - trzy grupy po ok. 25 osób - Prowadzący zajęcia warsztatowe - troje studentów z UJ Wydziału Japonistyki	Ogłoszenie w prasie o otwartych wykładach dla osób starszych zainteresowanych mieszkańców miasta oraz wystosowanie zaproszeń dla co najmniej 3 klubów seniora Listy obecności na wykładzie i warsztatach Monitoring na stronie internetowej UTW Ankieta z warsztatów
2. Zorganizowanie 2 wykładów i warsztatów z zakresu edukacji prozdrowotnej dla seniorów chcących wzbogacenia wiedzy o przyczynach bólu kręgosłupa, konsekwencjach samoleczenia się lekomanii oraz starzenia się mózgu człowieka i o sposobach radzenia sobie z problemami zdrowotnymi. - 2 wykłady o tematyce prozdrowotnej - Warsztaty pn.: „Starzenie się mózgu człowieka a trening pamięci”, dla zainteresowanych seniorów - promocją zdrowego stylu życia	- Udział w dwu wykładach i warsztatach po co najmniej 150 osób starszych z różnych środowisk seniorskich, w tym przedstawicieli ostrowieckich klubów seniora - 2 wykładowców, znawców tematyki medycznej i promocji zdrowia - Uczestnicy dowiedzą się, jak ważne dla zdrowia są: ćwiczenia rehabilitacyjne, właściwe żywienie i przyjmowanie leków. - Udział ok. 30 seniorów w warsztatach dotyczących treningu pamięci Trzy spotkania po 2h miesięcznie w X, XI i XII 2019 roku w WSBiP. - spotkania z psychologiem	Listy obecności Artykuł na stronie internetowej UTW Rekrutacja na warsztaty - ogłoszenie na stronie UTW i wystosowanie zaproszeń do klubów seniora Lista obecności

	-Wartością docelową jest zwiększenie motywacji do ćwiczeń pamięci.	Ankieta- ewaluacja
4. Opracowanie i wydanie ulotki prezentującej zasady zdrowego stylu życia osób starszych. Podsumowanie działań projektu z zakresu ochrony i promocji zdrowia.	200 sztuk dla uczestników projektu i organizacji seniorskich	Ulotka
5.Promocja projektu w mediach i na stronie internetowej UTW	Artykuł w prasie lokalnej Informacja w radiu Artykuł na stronie internetowej UTW	Radio „Rekord” Radio Ostrowiec „Gazeta Ostrowiecka” i inne Strona internetowa UTW

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

Stowarzyszenie UTW WSBiP w Ostrowcu Świętokrzyskim zrealizowało zadania publiczne dotowane ze środków finansowych Gminy i Miasta Ostrowca Świętokrzyskiego - projekty z zakresu profilaktyki i promocji zdrowia, takie jak:

- *„Sprawne ciało, twórczy umysł i zdrowe życie”* w 2010 roku (wykłady z psychologii, zajęcia praktyczne - udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej, zdrowego żywienia i przeciwdziałania HIV/AIDS). Współpraca z PCK. Zajęcia edukacyjne dla przedstawicieli UTW, ostrowieckich Klubów Seniora.
- *„Jak skutecznie zapobiegać i uodpornić się na choroby cywilizacyjne?”* W ramach realizacji tego zadania podjęto współpracę ze Stowarzyszeniem Diabetologów i poradnią „Rodzina”. Były wykłady lekarzy i badania profilaktyczne dla mieszkańców i przedstawicieli grup seniorskich.
- *„Żyć zdrowo i być sobą. Jak uchronić się przed uzależnieniami?”*. Zadanie realizowano w 2018 roku, dotyczyło uzależnień behawioralnych, przemocy w rodzinie, uzależnień od alkoholu, narkotyków, dopalaczy, smartfona, Internetu, gier komputerowych i innych.

Były wykłady otwarte dla osób starszych (120) i warsztaty dla dzieci PSP nr 7 i młodzieży PG nr 3 w Ostrowcu Świętokrzyskim (60 osób) oraz rajd profilaktyczny dla 50 seniorów promujący zdrowy styl życia bez nałogów.

Wszystkie opisane wyżej projekty zostały zrealizowane zgodnie z zawartymi w tym zakresie umowami, terminowo i rzetelnie rozliczone.

Chcemy po raz kolejny podjąć się nowego wyzwania - realizacji projektu dla osób starszych, mieszkańców Ostrowca Świętokrzyskiego i uświadomić im, że warto dbać o zdrowie fizyczne i psychiczne, aby jak najdłużej być samodzielnym w jesieni życia.

Zasoby rzeczowe i osobowe

Wnioskodawca, dzięki bardzo dobrej współpracy z uczelnią WSBiP w Ostrowcu Świętokrzyskim, może korzystać z sali wykładowej i innych pomieszczeń wyposażonych m.in. w nagłośnienie, Internet, ekran, komputer (z możliwością prezentacji multimedialnych) oraz zawsze może liczyć na pomoc władz uczelni w doborze kadry naukowej, profesjonalistów: lekarzy, pielęgniarów i terapeutów, psychologa.

Ponadto ostrowiecki UTW ma możliwości kontaktu z UJ w Krakowie, skąd zaprosimy studentów do przeprowadzenia warsztatów pn. „Podróż bez biletu”.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie dla wykładowców – trzy osoby	1200.00	1200.00	0.00
2.	Wynagrodzenie dla prowadzących warsztaty „Podróż bez biletu” troje studentów z UJ z Krakowa, koszt zajęć edukacyjnych + koszt przyjazdu	600,00	600,00	0.00
3.	Wynagrodzenie dla osób prowadzących warsztaty dla seniorów „Starzenie się mózgu człowieka-trening pamięci”- 1 osoba x 2h miesięcznie w X, XI, XII	900.00	900.00	0.00
4.	Zakup materiałów na warsztaty(zeszyt + długopis oraz papier i flamastry) dla 105 osób	500.00	500.00	0.00
5.	Poczęstunek dla uczestników warsztatów (4 spotkania)	800.00	800.00	0.00
6.	Wydanie ulotki prezentującej działania projektu (opracowanie i wydrukowanie 200 sztuk)	300.00	300.00	0.00
7.	Promocja projektu - ogłoszenie w prasie (2 emisje) artykuł	400.00	400.00	0.00
8.	Koordinacja działań zadania publicznego oraz jego ewaluacja	300.00	300.00	0.00
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		5000.00	5000.00	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(-ja)* / ~~zalega(-ja)*~~ z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 4) oferent* / oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ja)* / ~~zalega(-ja)*~~ 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.

Wiceprezes UTW

mgr Jadwiga Mysliwska

.....
Shene Podsiadły

Data 3.09.2019 r.

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