

Stowarzyszenie Działań Kulturalnych
Edukacyjnych i Ekologicznych
"WZRASTAJ"
44-335 Jastrzębie Z, ul. Śląska 95/9

Jastrzębie Zdrój, dnia 03.06.2019

URZĄD MIASTA Jastrzębie Zdrój
Kancelaria Ogólna

Wpł 2019-06-03

Nr 25011 Zal. AB

Urząd Miasta
Jastrzębie Zdrój

W załączeniu przekazujemy ofertę w dziedzinie ochrony i promocji zdrowia.

Agnieszka Korbel

WICEPREZES
Lucyna Knop

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: „p**o**bieranie*/niepobieranie*”.

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Prezydent Miasta Jastrzębie-Zdrój
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	Zadanie w dziedzinie ochrony i promocji 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 Działalności Kulturalnych, Edukacyjnych i Ekologicznych „Wzrastaj” , KRS 240910153, ul. Śląska 95/9 Jastrzębie-Zdrój agakorbel@op.pl Tel. 507 432 337	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Agnieszka Korbel agakorbel@op.pl Tel. 507 432 337

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Zdrowe ciało, zdrowa psychika, zdrowa planeta			
2. Termin realizacji zadania publicznego²⁾	Data rozpoczęcia	01.07.2019	Data zakończenia	08.09.19
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
<p>Głównym celem zadania jest wzrost świadomości mieszkańców Jastrzębia-Zdroju na temat zdrowia fizycznego i psychicznego, powiązań między tymi obszarami oraz zapoznanie z naturalnymi metodami profilaktyki i leczenia.</p> <p>Adresatami zadania są dorośli mieszkańcy miasta zainteresowani zdrowym trybem życia, osoby chorujące szukające dodatkowego wsparcia w naturalnych metodach leczenia. Planowana łączna liczba adresatów zadania: ok. 1200 osób</p> <p>Cele zadania zamierzamy uzyskać poprzez wydanie biuletynu (1000 szt.) oraz organizację dwudniowej konferencji. Biuletyn informacyjny i konferencja będą poświęcone następującym tematom:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Możliwości fizjoterapii w dysfunkcjach narządu ruchu. Prowadzenie: Grzegorz Niechaj mgr fizjoterapii , specjalizujący się w kompleksowej fizjoterapii zachowawczej oraz kooperacyjnej. 2. Rola akupunktury w procesie leczenia. Prowadzenie: lek.med. Krzysztof Pośpiech, specjalizacja -chirurgia ogólna. Absolwent licznych kursów z zakresu Tradycyjnej Medycyny Chińskiej. 3. Wpływ tkanki powięziowej na zdrowie. Prowadzenie: Mariola Jarguz, instruktorka jogi powięziowej 				

w Centrum jogi i samorealizacja Prana w Jastrzębiu- Zdroju.

4. **Metody lecznicze wg Św. Hildegardy.** Prowadzenie: mgr Jolanta Biernat , absolwentka kursu medycyny wg Św.Hildegardy ,obecnie studentka kursu TMC (Tradycyjnej Medycyny Chińskiej).
5. **Cykle i fazy Księżyca i jego wpływ na samopoczucie człowieka.** Prowadzenie: mgr Ewa Kornafel, autorka książki" Lilith zakazana kobiecość", pasjonatka mitologii.
6. **Naturalne zabiegi poprawiające stan zdrowia - bańki, moksa, świecowanie, pijawki, refleksologia.** Prowadzenie: mgr Aneta Wychorska, nauczyciel medytacji uważności Mindfulness w Centrum jogi i samorealizacja Prana Jastrzębie-Zdrój, naturoterapeuta, zielarz, fitoterapeuta, pasjonatka Medycyny Chińskiej i Germańskiej.
7. **Wpływ światła na zdrowie.** Autor przekaże najważniejsze informacje na temat wpływu światła na organizm ludzki- regulację hormonalną, gospodarkę cukrową, sterowanie samopoczuciem. Wyposaży w wiedzę jak z niego korzystać by było sprzymierzeńcem, a nie wrogiem. Prowadzenie: mgr inżynier Sebastian Kilichowski Absolwent Politechniki Śląskiej na kierunku Automatyki i Robotyki
8. **Jak wyzwolić się od stresu, zwiększyć neuroplastyczność mózgu i poczuć się młodziej.** Prowadzenie: mgr Marianna Głębocka-Czarniecka, neurologopeda. Jest liderem Jastrzębskiego Zespołu Doskonalenia Logopedów, współpracuje z Akademią Techniczno-Humanistyczną w Bielsku-Białej, gdzie dzieli się swoją wiedzą i doświadczeniem ze studentami podyplomowych studiów Neurologopedii, Logopedii z komunikacją alternatywną oraz Diagnostyki i terapii pedagogicznej z alternatywnymi metodami komunikacji.
9. **Poczucie własnej wartości – omówienie wpływu poczucia własnej wartości na zdrowie psychiczne i fizyczne oraz zapoznanie z metodami jego wzmacniania.** Prowadzenie: mgr Agnieszka Korbel, pracownik Poradni Zdrowia Psychicznego w Żorach, pedagog, psychoterapeutka, trenerka umiejętności społecznych.
10. **Aromatoterapia kliniczna jako część fitoterapii (zastosowanie u dzieci).** Prowadzenie: Jolanta Kuś, dr nauk przyrodniczych, naturopata, zielarz.
11. **Rodzicielstwo bliskości w pigułce – omówienie zasad rodzicielstwa bliskości i ich wpływu na zdrowie psychiczne dziecka.** Prowadzenie: mgr Agata Niechaj, psycholog i doradca chustonoszenia.
12. **Zastosowanie polskich ziół w kosmologii- wykład dot. produkcji kosmetyków naturalnych.** Prowadzenie : mgr Paulina Szojer, producentka ekologicznych kosmetyków.
13. **Zdrowy dom –zdrowa planeta** Jak wprowadzić zdrowe, ekologiczne nawyki do gospodarstwa domowego. Prowadzenie mgr Dagmara Kittler, trener, współzałożycielka szkoły demokratycznej w Gliwicach, absolwentka, absolwentka studiów podyplomowych z zakresu rolnictwa na UJ.
14. **Wpływ jogi na poprawę kondycji fizycznej i jakości życia.** Prowadzenie: mgr inż. Anna Kruchało, nauczyciel ashtanga jogi w Centrum Prana w Jastrzębiu-Zdroju. Refleksolog, hirudoterapeuta, dietetyk TMC.

Biuletyn informacyjny dodatkowo będzie zawierał informację dotyczącą rozróżnień między psychologiem, psychiatrą i psychoterapeutą ułatwiający mieszkańcom decyzję do kogo się zgłosić w razie potrzeby.

Poza wykładami podczas konferencji planujemy otwarte spotkanie osób zainteresowanych zdrowym, ekologicznym stylem życia , które mamy nadzieję poskutkuje utworzeniem stałej grupy wspierającej się w tworzeniu naturalnych kosmetyków, środków czystości, życia zgodnie z filozofią, „zero waste”.

Realizację konferencji poprzedzi jej promocja w mediach lokalnych i portalach społecznościowych. Informacje dotyczące zdarzenia zostaną przekazane do portalu JasNet, Tu Jastrzębie, Nasze Jastrzębie, Telewizji TVT, Dziennika Zachodniego, gazety Jastrząb, jastrzebieonline. Wydrukowane zostaną również

plakaty i ulotki reklamowe zawierające szczegółowy przebieg zdarzenia.

W czasie konferencji planujemy również organizację kilku stoisk z naturalnymi produktami np. ekologicznymi środkami czystości, kosmetykami uświadamiając mieszkańców, że nie można troszczyć się o własne zdrowie niszcząc środowisko naturalne.

Zadanie będzie realizowane w Jastrzębiu –Zdroju przy ul. Podmiejskiej 6A . Lokal dysponuje odpowiednim zapleczem do organizacji powyższego przedsięwzięcia.

Zadanie obejmie również księgowość projektu.

Przewidywany wkład osobowy : łącznie 5900 zł

1. Koordynacja- 40 h x 1 osoba x 20 zł = 800 zł
2. Praca wolontariuszy (przy promocji, organizacji oraz utrzymywaniu porządku na obiekcie) –40 h x 2 osoby x 20 zł= 1600 zł
3. Praca fotografa wolontariusza – 20 h x 40 zł = 800 zł
4. Praca administracyjna (sporządzenie umów z wykładowcami, dokonywanie płatności) – 15 h x 20 zł = 300 zł
5. Praca grafika, redaktora i korektora przy tworzeniu biuletynu dot. naturalnych metod dbania o zdrowie – 20 h x 3 osoby x 40 zł = 2400 zł

Przewidywany wkład rzeczowy:

1. Lokal o powierzchni 90m² i 40 m².
2. Produkty do produkcji kosmetyków i środków czystości
3. Projektor
4. Aparat fotograficzny
5. 15 krzeseł składanych (pozostałe 40 zamierzamy bezpłatnie użyczyć)
6. Maty – 30 sztuk
7. Koce- 30 sztuk
8. Zaplecze gastronomiczne (talerze, sztućce, filiżanki, czajnik)
9. Laptop

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
Biuletyn informacyjny z artykułami zawierającymi informacje na tematy będące przedmiotem konferencji umożliwiający zdobycie wiedzy dotyczącej profilaktyki i naturalnych metod leczenia u szerokiej grupy mieszkańców- 1000 odbiorców	1000 szt	Rachunek/faktura Biuletyny będą umieszczane w miejscach publicznych jak biblioteki ,urzędy, kawiarnie, tężnie, przychodnie, szpital
Podniesienie wiedzy na temat możliwości zastosowania fizjoterapii w dysfunkcjach narządu ruchu	Podniesienie wiedzy na temat możliwości zastosowania fizjoterapii w dysfunkcjach narządu ruchu u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat roli akupunktury w procesie leczenia	Podniesienie wiedzy na temat roli akupunktury w procesie leczenia u minimum 10 osób	Lista obecności ,ankieta ewaluacyjna,
Podniesienie wiedzy na temat wpływu tkanki powięziorowej na zdrowie	Podniesienie wiedzy na temat wpływu tkanki powięziorowej na zdrowie u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat metod leczniczych Św.Hildegardy	Podniesienie wiedzy na temat metod leczniczych Św.Hildegardy u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na naturalnych zabiegów poprawiających stan zdrowia (np. bańki, moksa, pijawki, refleksoterapia)	Podniesienie wiedzy na temat żywienia według Tradycyjnej Medycyny Chińskiej u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat aromaterapii klinicznej jest czesci fitoterapi ze szczególnym uwzględnieniem zastosowania naturalnych olejków eterycznych u dzieci	Podniesienie wiedzy na temat aromaterapii klinicznej jest czesci fitoterapi ze szczególnym uwzględnieniem zastosowania naturalnych olejków eterycznych u dzieci u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat wpływu światła na zdrowie	Podniesienie wiedzy na temat wpływu światła na zdrowie u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat stresu i neuroplastyczności mózgu u młodzieży	Podniesienie wiedzy na temat stresu i neuroplastyczności mózgu u młodzieży u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat poczucia własnej wartości	Podniesienie wiedzy na temat poczucia własnej wartości u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat cykli i faz Księżyca i ich wpływu na samopoczucie człowieka.	Podniesienie wiedzy na temat cykli i faz Księżyca i ich wpływu na samopoczucie człowieka u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat roli rodzicielstwa bliskości	Podniesienie wiedzy na temat roli rodzicielstwa bliskości u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat zastosowania polskich ziół w kosmetologii	Podniesienie wiedzy na temat zastosowania polskich ziół w kosmetologii	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat wpływu jogi na poprawę jakości życia i zdrowia	Podniesienie wiedzy na temat wpływu jogi na poprawę jakości życia i zdrowia u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
Podniesienie wiedzy na temat możliwości sporządzania naturalnych kosmetyków	Podniesienie wiedzy na temat możliwości sporządzania naturalnych kosmetyków u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna

Podniesienie wiedzy na temat wprowadzenia zdrowych nawyków w gospodarstwie domowym w filozofii „zero waste”	Podniesienie wiedzy na temat wprowadzenia zdrowych nawyków w gospodarstwie domowym w filozofii „zero waste” u minimum 10 osób	Lista obecności, ankieta ewaluacyjna
---	---	--------------------------------------

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

Stowarzyszenie działa na terenie miasta od 11 lat realizując swoje cele statutowe poprzez działania i projekty w zakresie profilaktyki, psychoterapii, arteterapii, kultury, ekologii i promowania zdrowego trybu życia. Na stałe oferujemy usługi w zakresie psychoterapii oraz psychoedukacji oraz warsztaty dotyczącego zdrowego trybu życia. W ostatnich latach zrealizowaliśmy wiele różnorodnych projektów z zakresu kultury (warsztatów wokalnych, tanecznych, teatralnych, filmowych, koncertów, spektakli, nagrań audio oraz wideoklipów, wystaw fotograficznych).

Nasze zasoby:

- to bardzo duże doświadczenie w realizacji podobnych przedsięwzięć
- współpraca z Centrum Rozwoju i Samorealizacji „Prana” zrzeszającym specjalistów z zakresu medycyny naturalnej
- odpowiednie zasoby lokalowe i rzeczowe

Oto niektóre ze zrealizowanych na terenie miasta projektów wyłącznie o charakterze profilaktycznym:
2008r. – realizacja projektu pn. „Psychodrama- terapia, profilaktyka, zabawa” współfinansowanego przez Urząd Miasta Jastrzębie-Zdrój.

2009r. – realizacja projektu pn. „AKTYWNE LATO”, współfinansowanego ze środków Funduszu Inicjatyw Obywatelskich.

2009r. – realizacja projektu pn. „Ruch Rozwój Radość” współfinansowanego przez Urząd Miasta Jastrzębie-Zdrój.

2010r. - „KROK DO PRZODU! Profilaktyka, terapia, pomoc w nauczaniu” współfinansowanego przez Urząd Miasta Jastrzębie-Zdrój.

2011r. – „Profilaktyka-Pozytywnie”, współfinansowanego ze środków Urzędu Miasta Jastrzębie-Zdrój.

2013r.- realizacja projektu „NIE” - czy to łatwo powiedzieć?”, współfinansowanego ze środków Urzędu Miasta Jastrzębie-Zdrój.

2014r. – realizacja zadania publicznego pn. „Profilaktyka Pełną Parą”, współfinansowanego ze środków Urzędu Miasta Jastrzębie-Zdrój.

2015 r.- realizacja zadania publicznego „Wyobraźnia-początek zmiany!” współfinansowanego ze środków Urzędu Miasta Jastrzębie-Zdrój.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Promocja (ulotki, plakaty, reklama w internecie)	800,00	800,00	
2.	Wynagrodzenia dla wykładowców/trenerów	5000,00	5000,00	
3.	Koszt druku 1000 sztuk biuletynu informacyjnego	1000,00	1000,00	
4.	Księgowość projektu	200,00	200,00	

5.	Koordinacja projektu	800,00		800,00
6.	Wolontariusze (promocja, organizacja, utrzymywanie porządku)	1600,00		1600,00
7.	Fotograf	800,00		800,00
8.	Pracownik biurowy (sporządzanie umów, płatności)	300,00		300,00
9.	Utworzenie i zredagowanie biuletynu	2400,00		2400,00
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		12900,00	7000,00	5900,00

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.

Data 03.06.2018

.....
Stowarzyszenie Działań Kulturalnych,
Edukacyjnych i Ekologicznych
"WZRASTAJ"
44-335 Jastrzębie Z, ul. Śląska 95/9

.....
Agnieszka Korbel
.....
WICEPREZES

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

oferta zarejestrowana pod numerem 16 w ewidencji -
Miejscu Sreccal prowadzonej przez Referat organizacji
Porządkowych.

.....
KIEROWNIK REFERATU

.....
Joanna Szalpek