

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: „pobieranie*/niepobieranie**”.

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta	Prezydent Miasta Puławy
2. Rodzaj zadania publicznego ¹	6) ochrony i promocji zdrowia, w tym działalności leczniczej w rozumieniu ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej

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: Stowarzyszenie "Tym Sposobem", Forma prawna: Stowarzyszenie Rejestrowe, Numer Krs: 0000578278, Kod pocztowy: 24-100, Poczta: Puławy, Miejscowość: Puławy, Ulica: Marii Skłodowskiej-Curie, Numer posesji: 4, Województwo: lubelskie, Powiat: puławski, Gmina: Puławy Strona www: - Adres e-mail: tymsposobem@gmail.com Numer telefonu: 81 8863755	
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)	Monika Tusińska Adres e-mail: mtusinska@o2.pl Telefon: 695888047

Urząd Miasta Puławy
ul. Lubelska 5, 24-100 Puławy

RPP. 23780.2023

Wpłynęło dn. 25-10-2023

Przyjęto przez:

Barbara Piątek



00Y001IMR4

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Warsztaty „Zdrowe JA” - autorski program o charakterze profilaktyki zdrowia psychicznego			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²	Data rozpoczęcia	07.11.2023 r.	Data zakończenia	19.12.2023 r.
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
Przeprowadzenie 16 godzinnych warsztatów w ciągu 4 tygodni dla grupy max. 13 osobowej o charakterze zamkniętym. 3 spotkania prowadzone będą przez doświadczoną pedagogkę, trenerkę. Zajęcia mają na celu uświadomienie uczestnikom, iż kształtowania optymizmu, redukcji napięć i stresu, pozytywnego myślenia, zdrowego stylu życia, budowania i utrzymywania zdrowych relacji - można się nauczyć poprzez tworzenie nowych nawyków (w tym myślowych). Powyższe zaś są fundamentami zdrowia psychicznego. Spotkanie z psychologiem ma na celu ukierunkowanie działań promujących zdrowie, a tym samym redukcję zagrożeń dla zdrowia psychicznego. Będzie również możliwość zaczerpnienia wiedzy gdzie szukać pomocy, jeśli jest to niezbędne. Jednocześnie, podczas trwania cyklu uczestnicy będą mieli możliwość uczestniczenia w zamkniętej grupie w mediach społecznościowych (MSG), dzięki czemu istnieje możliwość konsultacji dotyczących treści poruszanych na zajęciach z prowadzącą warsztaty trenerką.				
CEL:				

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.

Cel główny:
kształtowanie postaw optymizmu, redukcja napięć.

Cele szczegółowe:

- zapoznanie ze sposobami budowania poczucia własnej wartości,
- uczenie uważności i świadomego podejścia do rzeczywistości,
- uczenie pozytywnego myślenia,
- rozwijanie umiejętności związanych z kontrolowaniem stresu (rozpoznawanie emocji, uczuć, wybaczenie sobie),
- trenowanie metod skutecznego komunikowania się (elementy metody porozumienia bez przemocy).

MIEJSCE REALIZACJI:

Wynajęta sala na terenie Puław

ODBIORCY:

Program jest adresowany do osób dorosłych, powyżej 35 roku życia, mieszkańców Miasta Puławy, mających potrzebę zmiany swoich stanów emocjonalnych lub/i poszukujących zadowolenia z życia.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Przeprowadzenie warsztatów, dla maksymalnie 13 osobowej grupy.	4 - tygodniowe warsztaty dla max 13 uczestników dorosłych (35+), mieszkańców Miasta Puławy podczas których zostaną oni uświadomieni w jaki sposób rozwój osobisty, - jako trwały element życia, jest niezbędny dla zdrowia psychicznego.	Lista obecności, fotografie

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

Stowarzyszenie „Tym Sposobem” od 2016 roku wielokrotnie realizowało zadania publiczne - program profilaktyczny pn. „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców” oraz autorskie programy o charakterze profilaktycznym pn.: „Szczęśliwa Mama”, „Zdrowe JA - promocja zdrowia psychicznego”, „Bliżej Siebie”, „Łamanie 4 Ściany” wspierane przez Miasto Puławy oraz Kazimierz Dolny.

Zasoby:

Wkład osobowy jest silnym zapleczem Oferenta: psycholog i pedagog - trener, realizujący zadanie są doświadczonymi specjalistami w zakresie pracy z osobami dorosłymi. Są wieloletnimi pracownikami Poradni Psychologiczno - Pedagogicznej im. prof. K. Dąbrowskiego w Puławach. Psycholog jest doktorem nauk humanistycznych w zakresie psychologii, trenerem i terapeutą Studenckiej Szkoły Higieny Psychiczej i Stowarzyszenia Aktywnego Rozwoju Osobowości o specjalizacji psychoterapii rozwojowej i personalistycznej. Zajmuje się pomocą psychologiczną skierowaną do młodzieży i dorosłych. Jest autorem publikacji naukowych z dziedziny psychologii twórczości, wychowawczej i egzystencjalnej. Pedagożka jest trenerką, terapeutą pedagogicznym, oligofrenopedagogiem, realizatorem rekomendowanym przez Ośrodek Rozwoju Edukacji w Warszawie do prowadzenia programu profilaktycznego „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców”. Przez ponad 12 lat opracowywała i realizowała różnorodne warsztaty autorskie, w tym najpopularniejszy „Szczęśliwa Mama”. Absolwentka półrocznego kursu „Szlif trenerski” prowadzonego przez Iwonę Majewską - Opietkę. Następnie współprowadząca z Iwoną Majewską - Opietką kurs „Trener Mentor” dla przyszłych trenerów

na bazie koncepcji „Logodydaktyka”. Członkini stowarzyszenia „Tym Sposobem” od momentu założenia.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie trenera	1000	1000	
2.	Wynagrodzenie trenera	2630	2630	
3.	Zakup materiałów piśmienniczych	45	30	15
4.	Wynajęcie sali	640	640	
5.	Koszty księgowo	400	400	
6.	Koszty koordynacji	300	300	
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		5015	5000	

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(-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.

Puławy 25.10.2023r.
Data
Beata Michalik-Siedlce
.....
(podpis osoby upoważnionej lub podpisy
osób upoważnionych do składania oświadczeń
woli w imieniu oferentów)

STOWARZYSZENIE
„TYM SPOSOBEM”
24-100 Puławy, ul. Skłodowskiej Curie 4
Tel. 81 886 37 55
NIP 716-281-76-11, KR. 00057827P