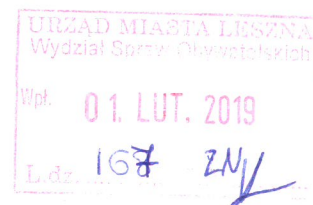


UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO



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 adresowana jest oferta	URZĄD MIASTA LESZNA			
2. Tryb, w którym złożono ofertę	Art. 19a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie			
3. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	OCHRONA I PROMOCJA ZDROWIA			
4. Tytuł zadania publicznego	W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH			
5. Termin realizacji zadania publicznego²⁾	Data rozpoczęcia	05.02.2019	Data zakończenia	30.04.2019

II. Dane oferenta (-ów)

1. Nazwa oferenta (-ów), forma prawna, numer Krajowego Rejestru Sądowego lub innej ewidencji, adres siedziby oraz adres do korespondencji (jeżeli jest inny od adresu siedziby)	
Stowarzyszenie POZYTYWKA ul. Niepodległości 128/8 64-100 Leszno EWIDENCJA STOWARZYSZEŃ ZWYKŁYCH PREZYDENTA MIASTA LESZNA 2/2017	
2. Inne dodatkowe dane kontaktowe, w tym dane osób upoważnionych do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. numer telefonu, adres poczty elektronicznej, numer faksu, adres strony internetowej)	osoba do kontaktu: Joanna Patelka, tel. 605 936 660

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Opis zadania publicznego proponowanego do realizacji wraz ze wskazaniem, w szczególności celu, miejsca jego realizacji, grup odbiorców zadania oraz przewidywanego do wykorzystania wkładu osobowego lub rzeczowego
Zadanie obejmuje cykl 3 spotkań, raz w z miesiącu o tematyce zdrowotnej: 1. OD SMUTKU DO NADZIEI (05.02-28.02.2019) 23 lutego obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Walki z Depresją. Dlatego właśnie w lutym chcemy przeprowadzić szkolenie, na temat rozpoznania i leczenia depresji. W Polsce na depresję cierpi 1,5 miliona osób. Tylko połowa z nich się leczy (dane medeonet.pl). Według ekspertyz WHO, depresja znajduje się na czwartym miejscu wśród najbardziej powszechnych chorób, szacuje się, że w 2020 wysunie się na miejsce drugie. Depresja jest groźna dlatego, że sam chory zazwyczaj jej u siebie nie widzi, lub jeśli widzi, wstydzi się poprosić o pomoc specjalistę. Szkolenie poprowadzi doświadczony psycholog, który wyjaśni czym różni się smutek, przygnębienie od depresji. Jak należy się zachować, jeśli podejrzewamy u kogoś depresję. Jak leczy się depresję? Jakie są szanse wyleczenia się z depresji? Czy wizyta u psychiatry to wstyd? Wczesne rozpoznanie może zmienić czyjeś życie. Cel szkolenia: wzrost wiedzy min. 15 uczestników na temat metod rozpoznawania depresji oraz możliwych form pomocy dla osób z depresją

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.

²⁾ Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

Miejsce realizacji: Leszno

Grupa odbiorców: mieszkańcy Leszna, ew. bliskiej okolicy (15 - 20 uczestników)

Wkład osobowy: koordynator projektu

Wkład rzeczowy (w razie potrzeby): rzutnik, tablica flipchart

2. BÓLE KRĘGOSŁUPA - EPIDEMIA XXI WIEKU (01.03-31.03.2019)

Schorzenia kręgosłupa uznawane są już za choroby cywilizacyjne. Większość naszych problemów z kręgosłupem zaczyna się w dzieciństwie. Choć to przykre – z wiekiem jest już tylko gorzej. Kręgosłup utrzymuje nas w pionowej pozycji, dźwiga głowę oraz umożliwia wykonywanie codziennych czynności. Aby jednak mógł dobrze pełnić swoją funkcję, wszystkie zespolone z nim więzadła i mięśnie muszą być mocne i sprawne. Zwykle kiepski stan kręgosłupa fundujemy sobie na własne życzenie. Większość z nas prowadzi siedzący tryb życia, a na sport nie mamy ochoty ani czasu. Dźwigamy ciężkie torby na jednym ramieniu, stoimy, chodzimy, siedzimy niedbale. Na dodatek żyjemy w stresie i ciągłym pośpiechu. W efekcie nadmiernie obciążamy kręgosłup, a to prowadzi do różnych dolegliwości: od bólu głowy do drętwienia nóg.

Z wieloma można sobie poradzić samemu. Wystarczy pamiętać o kilku zasadach, przestrzegać ich w codziennym życiu a poświęcenie kilku minut na ćwiczenia, może uwolnić nas od bólu

Szkolenie poprowadzi doświadczony rehabilitant/fizjoterapeuta, który wyjaśni nam jak dbać o kręgosłup, aby jak najdłużej uchronić organizm od różnych dolegliwości oraz jak poradzić sobie z bólami kręgosłupa, zaleci niezbędne ćwiczenia.

Cel szkolenia: wzrost wiedzy min. 15 uczestników na temat dolegliwości kręgosłupa i sposobów radzenia sobie z jego bólem

Miejsce realizacji: Leszno

Grupa odbiorców: mieszkańcy Leszna, ew. bliskiej okolicy (15 - 20 uczestników)

Wkład osobowy: koordynator projektu

Wkład rzeczowy (w razie potrzeby): rzutnik, tablica flipchart

3. RUCH I DIETA (01.04-30.04.2019)

Światowy Dzień Zdrowia obchodzony jest co roku 7 kwietnia w rocznicę powstania Światowej Organizacji Zdrowia. W związku z tym wydarzeniem chcemy przeprowadzić szkolenie na temat zdrowego stylu życia, którego podstawą jest aktywność fizyczna i odpowiednia dieta, które pomagają w zachowaniu pełni zdrowia i kondycji. Brak ruchu oraz nieprzestrzeganie odpowiednich zasad żywienia może prowadzić do wystąpienia wielu groźnych, powszechnie występujących chorób cywilizacyjnych takich jak otyłość, cukrzyca typu II, nadciśnienie tętnicze, choroby układu sercowo-naczyniowego.

Szkolenie poprowadzi certyfikowany trener personalny, który objaśni jakie są zasady zdrowego stylu życia, jakie formy aktywności fizycznej uprawiać i jak zdrowo się odżywiać

Cel szkolenia: wzrost wiedzy min. 15 uczestników na temat aktywności fizycznej, zdrowego odżywiania i ich wpływu na zdrowie człowieka

Miejsce realizacji: Leszno

Grupa odbiorców: mieszkańcy Leszna, ew. bliskiej okolicy (15 - 20 uczestników)

Wkład osobowy: koordynator projektu

Wkład rzeczowy (w razie potrzeby): rzutnik, tablic flipchart

2. Zakładane rezultaty realizacji zadania publicznego

Wzrost wiedzy i świadomości u co najmniej 45 uczestników na temat współczesnych problemów zdrowotnych w tym:

- u co najmniej 15 uczestników na temat depresji i możliwych form pomocy dla osób zmagających się z tą chorobą,

- u co najmniej 15 uczestników na temat jak poradzić sobie z bólami kręgosłupa oraz jak dbać o kręgosłup, aby

jak najdłużej uchronić organizm od różnych dolegliwości
 - u co najmniej 15 uczestników na temat aktywności fizycznej, zdrowego odżywiania i ich wpływu na zdrowie człowieka

Sposób pomiaru: listy obecności, karta aktywności trenera, obserwacje koordynatora, dokumentacja fotograficzna

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego (w przypadku większej liczby kosztów istnieje możliwość dodania kolejnych wierszy)

Lp.	Rodzaj kosztu	Koszt całkowity (zł)	do poniesienia z wnioskowanej dotacji ³⁾ (zł)	do poniesienia ze środków finansowych własnych, środków pochodzących z innych źródeł, wkładu osobowego lub rzeczowego ⁴⁾ (zł)
1	Psycholog (prowadzący szkolenie) RACHUNEK/FAKTURA	300,00	300,00	0
2	Rehabilitant (prowadzący szkolenie) RACHUNEK/FAKTURA	300,00	300,00	0
3	Trener personalny (prowadzący szkolenie) RACHUNEK/FAKTURA	300,00	300,00	0
4	Wynajem sali na 3 spotkania FAKTURA	600,00	600,00	0
5	Poczęstunek (catering) na 3 spotkania FAKTURA	900,00	900,00	0
6	Koordinacja/przygotowanie spotkań (promocja, rekrutacja, rozliczenie) 15hx15,00 zł (WOLONTARIAT)	225,00	0,00	225,00
7	Zakup naczyń jednorazowych / serwetek	100,00	100,00	0
8	Zakup notatników i długopisów dla uczestników/ zakup papieru do flipchart i flamastrów	100,00	100,00	0
Koszty ogółem:		2 825,00	2 600,00	225,00

Oświadczam(-y), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta;
- 2) w ramach składanej oferty przewidujemy pobieranie*/niepobieranie* świadczeń pieniężnych od adresatów zadania;
- 3) wszystkie podane w ofercie oraz załącznikach informacje są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 4) oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)*/zalega (-ją)* z opłaceniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 5) oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)*/zalega (-ją)* z opłaceniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne.

Bernadetta Ratajczak
 Członek Zarządu

Małgorzata Poloczak
 Członek Zarządu

Witold Wachowiak
 Członek Zarządu

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

Data 01.02.2019

Załącznik:

W przypadku gdy oferent nie jest zarejestrowany w Krajowym Rejestrze Sądowym – potwierdzona za zgodność z oryginałem kopia aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji.

³⁾ Wartość kosztów ogółem do poniesienia z dotacji nie może przekroczyć 10 000 zł.

⁴⁾ W przypadku wsparcia realizacji zadania publicznego.