

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	Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	7) działalność na rzecz osób niepełnosprawnych

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 Dobre Znaki , Forma prawna: Fundacja , Numer Krs: 0001004182 , Kod pocztowy: 59-220 , Poczta: Legnica , Miejscowość: Legnica , Ulica: Tatarska , Numer posesji: 13 , Numer lokalu: 7 , Województwo: dolnośląskie , Powiat: Legnica , Gmina: m. Legnica , Strona www: fundacjadobreznaki.pl , Adres e-mail: dominika.gajlewicz@fundacjadobreznaki.pl , Numer telefonu: 883314509 ,	
Adres korespondencji: Kod pocztowy: 72-006 , Poczta: Mierzyn , Miejscowość: Mierzyn , Ulica: Tytusa , Numer posesji: 5e , Województwo: zachodniopomorskie , Powiat: policki , Gmina: Dobra (Szczecińska) ,	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Dominika Gajlewicz Adres e-mail: dominika.gajlewicz@fundacjadobreznaki.pl Telefon: 883314509

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Jak chorować żeby nie zwariować - warsztaty integracji społecznej dla kobiet dotkniętych chorobą nowotworową posiadających orzeczenie o niepełnosprawności.			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	21.10.2024	Data zakończenia	31.12.2024

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

Opis zadania

Zadanie polega na organizacji 3 (trzech) jednodniowych warsztatów integracji społecznej, połączonej ze wsparciem psychologicznym i wizerunkowym.

CEL DZIAŁANIA: przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i przyspieszenie powrotu do pełnosprawnego funkcjonowania kobiet zmagających się z konsekwencjami choroby nowotworowej, posiadających orzeczenie o niepełnosprawności.

Rodzaj zadania zgodnie z regulaminem naboru: zadanie nr 3. „Promowanie aktywności osób z niepełnosprawnościami w różnych dziedzinach życia społecznego i zawodowego”.

SKŁADOWE ZADANIA:

I) Spotkanie warsztatowe nr 1- około 4 h spotkanie z kobietami dotkniętymi chorobą nowotworową posiadającymi orzeczenie o niepełnosprawności, w trakcie którego odbędzie się:

1) spotkanie z psychologiem/trenerem kompetencji pod hasłem "Jak chorować i nie zwariować", na którym uczestniczkom zostanie przekazana wiedza dotycząca zrozumienia negatywnych emocji w chorobie i sposobów ich regulowania oraz o tym, jak znaleźć tzw. wtórne zyski, czyli pozytywne wynikające z choroby i niepełnosprawności, uporać się ze zmęczeniem i procesem leczenia.

Spotkanie przewidziane na 1h;

2) Warsztaty jogi twarzy przeprowadzone z wykwalifikowanym trenerem jogi. Warsztat przewidziany na 1h;

3) Warsztaty pod hasłem "Poznaj swoje talenty i mocne strony" prowadzone przez certyfikowanego trenera kompetencji miękkich i zarządzania biznesem. Warsztat przewidziany na 1h. Pozostała godzina wykorzystana będzie na rozmowy, konsultacje i integrację społeczną.

II) Spotkanie warsztatowe nr 2: około 4 h spotkanie z kobietami dotkniętymi chorobą nowotworową posiadającymi orzeczenie o niepełnosprawności, w trakcie którego odbędzie się: 1) spotkanie z psychologiem/trenerem kompetencji pod hasłem "Jak chorować i nie zwariować", na którym uczestniczkom zostanie przekazana wiedza dotycząca zrozumienia negatywnych emocji w chorobie i sposobów ich regulowania oraz o tym, jak znaleźć tzw. wtórne zyski, czyli pozytywne wynikające z choroby i niepełnosprawności, uporać się ze zmęczeniem i procesem leczenia. W zależności od faktu, czy na drugie spotkanie warsztatowe zgłoszą się kobiety z niepełnosprawnością nowe, czy też uczestniczące w poprzednich warsztatach, tematyka będzie bądź rozwinięciem i kontynuacją warsztatów nr 1 lub też dla nowych osób omówione zostaną zagadnienia dotyczące zarządzania emocjami jak na warsztacie pierwszym. Spotkanie przewidziane na 1h;

2) Warsztaty jogi twarzy przeprowadzone z wykwalifikowanym trenerem jogi. Warsztat przewidziany na 1h;

3) Warsztaty onkomakijażu prowadzone przez certyfikowaną makijażystkę. Pozostała godzina zostanie spożytkowana na integrację, rozmowy, konsultacje zgodnie z zapotrzebowaniem uczestniczek.

III) Spotkanie warsztatowe nr 3: około 4 h spotkanie z kobietami dotkniętymi chorobą nowotworową posiadającymi orzeczenie o niepełnosprawności, w trakcie którego odbędzie się: 1) spotkanie z psychologiem/trenerem kompetencji pod hasłem "Jak chorować i nie zwariować", na którym uczestniczkom zostanie przekazana wiedza dotycząca zrozumienia negatywnych emocji w chorobie i sposobów ich regulowania oraz o tym, jak znaleźć tzw. wtórne zyski, czyli pozytywne wynikające z choroby i niepełnosprawności, uporać się ze zmęczeniem i procesem leczenia. W zależności od faktu, czy na kolejne spotkanie warsztatowe zgłoszą się kobiety z niepełnosprawnością nowe, czy też uczestniczące w poprzednich warsztatach, tematyka będzie bądź rozwinięciem i kontynuacją warsztatów nr 1 i 2 lub też dla nowych osób omówione zostaną zagadnienia dotyczące zarządzania emocjami jak na warsztacie pierwszym. Spotkanie przewidziane

na 1h;

2) Warsztaty jogi twarzy przeprowadzone z wykwalifikowanym trenerem jogi. Warsztat przewidziany na 1h;

3) Koncert relaksacyjny na misy i gongi przeprowadzony przez specjalistę od muzykoterapii. Koncert taki to dawka, uzdrawiających wibracji w formie dźwiękoterapii instrumentalnej. Podczas koncertu wykorzystane będą misy tybetańskie, gongi, instrumenty z całego świata zapewniając stan odprężenia, odpuszczenia napięć i harmonii.

Jak dowodzą badania i doświadczenie własne Fundacji wsparcie społeczne jest ważnym czynnikiem mającym wpływ na potraumatyczny rozwój u kobiet leczonych z powodu choroby nowotworowej. Między potraumatycznym rozwojem a wsparciem społecznym i jego dwoma elementami: wsparciem emocjonalnym i integracją społeczną, występuje istotna statystycznie pozytywna korelacja (Agnieszka Mazurkiewicz, Marta Studzińska-Makara, "Wsparcie społeczne a potraumatyczny rozwój u kobiet leczonych z powodu choroby nowotworowej", Medycyna Paliatywna, 2015, <https://www.termedia.pl/Wsparcie-spoeczne-a-potraumatyczny-rozwoj-u-kobiet-leczonych-z-powodu-choroby-nowotworowej,59,25624,0,0.html>). Projekt ma również za zadanie pokazać kobietom chorym na nowotwór, że nie zostają same z chorobą, że są też inne osoby mające podobne problemy, a wzajemne wsparcie może skutecznie poprawić funkcjonowanie w życiu w trakcie i po chorobie.

W każdym spotkaniu warsztatowym planuje się udział 15 kobiet posiadających orzeczenie o niepełnosprawności. Osoba z niepełnosprawnościami – osoba, której niepełnosprawność została potwierdzona

orzeczeniem o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności - osoby będące beneficjentem zadania.

Uczestnicy, osoby z orzeczeniem o niepełnosprawności będą pochodzić z powiatów: policki, stargardzki, miasta Szczecin.

Nabór beneficjentów do zadania będzie miał charakter otwarty i ciągły (do momentu wykorzystania dostępnej puli miejsc). Zgłoszenia od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 17:00, telefonicznie: 883 314 509, mailowo: dominika.gajlewicz@fundacjadobreznaki.pl.

Warsztaty odbywać się będą w przyjaznej przestrzeni, towarzyszyć będzie im bezpłatne poradnictwo w zakresie doboru bielizny specjalistycznej oraz protez dla amazoek.

W ramach realizacji zadania Fundacja nie będzie pobierać żadnych wpłat i opłat od uczestników warsztatów. Na potrzeby oszacowania kosztów projektu korzystano z taryfikatora (załącznik nr 29 do regulaminu wyboru projektów) stosowanego przez Fundusze Europejskie dla Pomorza 2021-2027, przy czym stawki wynagrodzeń dla personelu w zadaniach merytorycznych przyjęto niższe o 25 % od założonych w taryfikatorze.

Zastosowanie zasad zapewnienia dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami:

- dostępność architektoniczna – warsztaty odbywają się w lokalizacji przyjaznej dla osób niepełnosprawnych, tj. pozbawionych barier architektonicznych, na terenie centrum handlowego Nowy Turzyn, wyposażonego m.in. w windy;
- dostępność cyfrowa – strona internetowa Fundacji spełnia wymagania dostępności cyfrowej zgodnie ze standardem WCAG 2.1; prezentowana informacja jest w pełni dostępna zarówno za pomocą klasycznych metod, np. wyświetlana na ekranie komputera, ale również odczytywana w całości za pomocą możliwie najszerzej liczby narzędzi;
- dostępność informacyjno-komunikacyjna – deklarujemy, iż na wniosek osoby ze szczególnymi potrzebami, komunikacja będzie odbywać się w formie określonej w tym wniosku.

Miejsce realizacji

Galeria Nowy Turzyn, Sklep dla Amazonek Femeni, ul. Bohaterów Warszawy 40
70-342 Szczecin , zachodniopomorskie.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Aktywizacja społeczna kobiet doświadczonych chorobą nowotworową i poprawa kompetencji psychologicznych, niezbędnych dla zapobiegania kryzysowi psychicznemu podczas walki z chorobą i niepełnosprawnością.	45 kobiet posiadających orzeczenie o niepełnosprawności na skutek choroby nowotworowej	listy obecności

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

Charakterystyka oferenta

Nasza fundacja powstała z myślą o tym, że każdy zasługuje na wsparcie, gdy staje w obliczu wyzwań zdrowotnych. Działamy na rzecz poprawy jakości życia oraz przywracania nadziei tym, którzy doświadczili chorób, niepełnosprawności, urazów czy trudności psychicznych. W ramach zrealizowanych projektów świadczylśmy i świadczymy usługi doradcze, zarówno w formie warsztatowej, jak i poradnictwa indywidualnego. Działalność na rzecz osób z niepełnosprawnościami Fundacja ma wpisaną w statut organizacji.

Dotychczasowa działalność to m.in.:

1. Otrzymanie dotacji w ramach Programu NOWEFIO 2023 na projekt pn. „Onkojoga dla poprawy dobrostanu kobiet z doświadczeniem onkologicznym”.
2. Niemniejszym sukcesem od samego otrzymania dofinansowania jest powodzenie projektu oraz pozytywna opinia jego założeń, wydana przez Radę Naukową European Association for Cancer Education (międzynarodowa organizacja zrzeszająca lekarzy onkologów).
3. Fundacja była prelegentem na dorocznym sympozjum EACE w Dolnośląskiej Izbie Lekarskiej, gdzie zyskała przychylność środowiska medycznego, wsparcie w postaci współpracy merytorycznej z dr Radosławem Tarkowskim (prezydentem EACE i jednym z najlepszych chirurgów onkologicznych w Polsce), szwedzką placówką rehabilitacji onkologicznej w Lund, oraz z prof. Edytą Zierkiewicz (psychoonkolożką) i dr Przemysławem Zarzecznym (lekarzem prehabilitacji w WSS w Legnicy).
4. Otrzymanie odznaczenia Znak Jakości Ekonomii Społecznej i Solidarnej 2023 w kategorii Debiut.
5. Partnerstwo z Collegium Witelona w Legnicy i WSS w Legnicy oraz pilotaż badań nad metodą Onkojogi jako istotnego wsparcia w procesie leczenia onkologicznego. Projekt trwa i zakłada porównanie subiektywnych i obiektywnych rezultatów aktywności psychoruchowej, opracowaną

przez Fundację metodą. Wstępne wnioski potwierdzają nadzwyczajną skuteczność regularnych zajęć Onkojogi,

6. Otrzymanie w 2023 r. dotacji w ramach Programu Aktywni Obywatele – Fundusz Regionalny, dzięki któremu Fundacja zyska profesjonalną ofertę fundraisingową, opracuje strategię rozwoju, podzieli obowiązki pomiędzy pracowników Fundacji i zyska na wydajności

i wykorzystaniu potencjału, nawiąże kolejne partnerstwa oraz umowy wolontariackie.

7. Otwarcie poradni dla osób dotkniętych niepełnosprawnością, chorobą nowotworową i kryzysem psychicznym we Wrocławiu.

8. Realizacja dwóch projektów współfinansowanych przez Fundację DKMS: Twój (ONKO)Rozwój ! i Twój (RAK) Ruch!

9. W kwietniu 2024 r. Fundacja była prelegentem i uczestnikiem II Interdyscyplinarnej Konferencji Medycyny Okołooperacyjnej w Gdańsku, której głównym tematem była prehabilitacja.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja zrealizowała i rozliczyła w latach 2023-2024 projekt z Programu Aktywni Obywatele - Fundusz Regionalny, w ramach którego przeprowadzono comiesięczne warsztaty terapeutyczne i oddechowe, a także moderowano grupę wsparcia, dająca możliwość na inspirujące rozmowy, trenowanie życia społecznego i budowanie relacji w trakcie choroby i po jej zakończeniu. Hasło warsztatów i grupy wsparcia: „Dusza szuka towarzystwa, a psyche korzysta” doskonale obrazuje efekty, które udało się osiągnąć dzięki tej wspólnej integracyjnej inicjatywie. W ramach w/w projektu wykonano także sesję zdjęciową z udziałem pacjentek onkologicznych oraz warsztaty z dr hab. Edyta Zierkiewicz pod hasłem „Jak chorować i nie zwariować” w Legnicy. Obecnie Fundacja realizuje projekty dofinansowane przez DKMS, w ramach których odbywają się warsztaty z kosmologiem, wspierające spotkania tzw. "onkokawki" i zajęcia grupowe onkojogi.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

1. Zasoby kadrowe:

-psycholog/trener kompetencji z doświadczeniem w pracy z osobami chorymi i niepełnosprawnymi, odpowiedzialny za warsztaty psychologiczne „Jak chorować i nie zwariować”

-certyfikowany trener kompetencji miękkich i zarządzania biznesem, odpowiedzialny za warsztaty pod hasłem "Poznaj swoje talenty i mocne strony"

-trener jogi z doświadczeniem w pracy z osobami niepełnosprawnymi i chorymi onkologicznie, odpowiedzialny za warsztaty jogi twarzy

-certyfikowana makijażystka, odpowiedzialna za warsztaty onkomakijażu

- specjalista od muzykoterapii.

Stawki godzinowe przyjęto przy wykorzystaniu Taryfikatora towarów i usług (zał. 29 do Regulaminu wyboru projektów) Fundusze Europejskie dla Pomorza.

2. miejsce realizacji - planuje się skorzystanie z przestrzeni sklepu dla Amazonek zlokalizowanego w centrum handlowym Nowy Turzyn w ramach współpracy sklepu z Fundacją.

3. materiały promocyjne - ulotki - zasoby własne Fundacji.

Promocja i rekrutacja zostanie przeprowadzona w ramach zasobów własnych Fundacji i nawiązanych kontaktów w branży ochrony zdrowia.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie psychologa/trenera kompetencji	450,00		
2.	Wynagrodzenie trenera kompetencji miękkich/coucha	150,00		
3.	Wynagrodzenie trenera jogi twarzy	450,00		
4.	Wynagrodzenie makijażystki	400,00		
5.	Wynagrodzenie specjalisty od muzykoterapii	400,00		
6.	Koordinacja i rozliczenie projektu	800,00		
7.	Koszty obsługi księgowej	300,00		
8.	Koszty poczęstunku podczas warsztatów (kawa, herbata, zdrowe przekąski)	900,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		3 850,00	3 850,00	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. Załącznik nr 2 - W przypadku gdy oferent nie podlega wpisowi w Krajowym Rejestrze Sądowym – potwierdzona za zgodność z oryginałem kopia aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji, ewentualnie inny dokument potwierdzający osobowość prawną oferenta
(*fakultatywny*)
2. Załącznik nr 1. Potwierdzenie złożenia oferty (*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.