



RPW/18236/2024 P
Data: 2024-04-30

Załączniki do rozporządzenia
Przewodniczącego Komitetu do spraw Pożytku
Publicznego z dnia 24 października 2018 r. (poz. 2055)

Załącznik nr 1

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 Konina
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	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	
Polski Związek Niewidomych koło w Koninie ul. Staszica 27, 62-500 Konin Forma prawna: stowarzyszenie KRS 0000074145 tel. 518 537 696 www.pzn-wielkopolska.org.pl e-mail: k.p@pzn-wielkopolska.org.pl Santander Bank 93 1090 1199 0000 0000 1902 6822	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Krzysztof Kozłowski, Prezes koła PZN w Koninie Tel. 518 537 696 e-mail: k.p@pzn-wielkopolska.org.pl Rafał Kozłowski, Sekretarz koła PZN w Koninie Tel. 518 537 696 e-mail: r.k@pzn-wielkopolska.org.pl

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.).

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	PROMOWANIE ZDROWEGO TRYBU ŻYCIA			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	04.07.2024	Data zakończenia	30.09.2024
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
<p>Niniejsze zadania kierowane są dla 30 osób niewidomych i niedowidzących oraz ich opiekunów. Projekt obejmuje członków PZN zamieszkujących na terenie miasta Konin . Jak wynika z naszej wiedzy osoby mimo wielu dodatkowych niesprawności są zainteresowane i chętne na wszelkie możliwości aktywności i spotkania grupowe oraz gotowe do wszelkich wyzwań i zadań z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej celem nabywania wiedzy i umiejętności.</p> <p>Proponujemy więc dla nich następujące zadania :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zajęcia dla 30 osób w dwóch grupach po 15 osób poprowadzone przez dietetyka polegające na zdobyciu wiedzy i nawyków zdrowego żywienia z warsztatami przygotowania dietetycznych posiłków. 2. Zajęcia dla 30 osób w dwóch 15-to osobowych grupach poprowadzone przez rehabilitanta polegające na nabyciu umiejętności prawidłowej techniki chodzenia czy marszu nordic – walking oraz nauką i pokazaniem wskazanych ćwiczeń usprawniających na świeżym powietrzu przed każdym spacerem. 3. Szkolenie dla 30 osób w dwóch po 15-to osobowych grupach poprowadzone przez terapeutę treningu pamięci , który nauczy , wyszczególni i wskaże metody oraz ćwiczenia umysłowe dla zachowania sprawności mózgu do zapamiętywania nawet w bardzo dojrzałym wieku. 4. Wyjście do muzeum w 30 osobowej grupie powiązane ze zwiedzaniem eksponatów oraz warsztatami polegającymi na własnoręcznym wyrobie i wypiekiem bułeczek. <p>Uzasadnienie działań w niniejszym projekcie.</p> <p>Ad.1. Istnieje potrzeba wiedzy na temat zdrowego odżywiania . Jest to ważne tym bardziej , że nasi członkowie posiadają wiele chorób towarzyszących w tym nadciśnienie , przebyte mikro udary czy cukrzyca.</p> <p>Zajęcia z dietetyką odbędą się w 2 grupach po 4 godziny każde , które polegały będą na:</p> <p>a/ wykładach teoretycznych na temat dotychczasowych złych nawyków , a rozpoczęcia nawyków zdrowego żywienia, zagrożeń chorób i skutków wywołanych niewłaściwym żywieniem,</p> <p>b/ warsztatach praktycznych gdzie pod okiem dietetyka , samodzielnie przygotowują zdrowe i dietetyczne posiłki typu zupa, surówka , przekąski czy koktajle .</p> <p>Polski Związek Niewidomych koło w Koninie nie posiada odpowiedniego lokalu z wymaganym zapleczem sanitarnym do przeprowadzenia powyższych zajęć warsztatowych. Dlatego po</p>				

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

uzgodnieniu terminu skorzystamy z podpisanej wcześniej umowy z Centrum Organizacji Pozarządowych w Koninie o użyczenie lokalu z wymaganym zapleczem.

Ad.2. Chcemy osiąść wiedzę na temat prawidłowego spaceru nordic – walking . Wielu z nas ma już słabe stawy , mięśnie , biodra , kolana . Dotychczas każdy z nas spaceruje samodzielnie przy „kijkach” jak potrafi często męcząc się poprzez nieprawidłowy oddech , a nawet potykając się o kijek. Istnieje potrzeba nabycia umiejętności prawidłowego chodzenia i nauczania się synchronizacji noga – kij - oddech. Trening z rehabilitantem musi być rozpoczęty omówieniem techniki chodzenia, następnie rozgrzewką mięśni nóg i ramion , rozruszaniem dłoni i nadgarstków oraz wykonaniem kilku minut ćwiczeń rozciągających. Nauka prawidłowego spaceru pod okiem fachowca dla późniejszych samodzielnych spacerów jest więc zasadna. Nauka chodzenia przy użyciu kijków odbywała się będzie w pobliskim staromiejskim XIX wiecznym 10 ha parku położonym zaledwie kilkaset metrów od naszej siedziby koła PZN w Koninie. Dodatkowe atrakcje spaceru umili oglądanie zwierząt i ptaków zamieszkanych w mini zoo. Lekcje z rehabilitantem korzystnie wpłynę na poprawę samopoczucia, kondycji psychofizycznej oraz integrację społeczną.

Ad.3. Większość naszych członków to osoby w wieku powyżej 60+. Wiek wiąże się nie tylko z naturalnym pogarszaniem się ogólnego stanu zdrowia ale również pogarszaniem pamięci. Starsze osoby o zdrowych oczach na swój sposób ćwiczą mózg rozwiązując krzyżówki, grając w gry planszowe lub karciane. Niestety, z naszą dysfunkcją wzroku musimy radzić sobie inaczej, bo wiemy, że dla nas istnieją inne możliwości . Musimy więc poznać różne metody treningu mózgu, dzięki którym można ćwiczyć pamięć . Wtedy na długo można zachować sprawność psychiczną. Pomoc tu przyniesie terapeuta treningu pamięci. Ze względu na różnorodność grupy wiekowej taki terapeuta treningu pamięci fachowo poprowadzi zajęcia dobierając rodzaj, typ , podejście , mentalność i przebieg z uczestnikami spotkania. Przedmiotowe zajęcia będą bardzo przydatne, a zatem pomogą rozwijać pamięć, wyjaśniać funkcjonowanie mózgu w poszczególnych cyklach życia i dadzą wskazówki jak ćwiczyć pamięć w dniu codziennym. Przedmiotowe lekcje planujemy w naszej świetlicy w dwóch spotkaniach .

Ad.4. Wielu naszych członków mimo zamieszkiwania na terenie miasta Konina, ze względu na niepełnosprawność wzroku od dzieciństwa lub nabytą w późniejszym wieku, nigdy nie zwiedzało miejscowego Muzeum Okręgowego. Zaplanowaliśmy więc wspólne wyjście z przewodnikiem, który przygotuje sposób oprowadzenia całej 30 osobowej grupy z uwzględnieniem elementów audio deskrypcji. Aby uatrakcyjnić wyjście do muzeum zaplanowaliśmy warsztaty polegające na pieczeniu bułeczek w skansenie etnograficznym. Własnoręcznie wyrobione bułeczki po upieczeniu posmarujemy własnej produkcji smalcem przełożonym ogóreczkiem i z niewątpliwym apetytem skonsumujemy na miejscu.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
5. Ad 1. Zajęcia teoretyczne poprowadzone przez dietetyka wraz z warsztatami	8 godzin dla dwóch 15-osobowych grup Zdobycie wiedzy, nawyków zdrowego żywienia z warsztatami przygotowania dietetycznych posiłków	Lista obecności. Umowa z prowadzącym. Faktura. Materiał fotograficzny
Ad 2. Zajęcia prowadzone przez rehabilitanta umiejętności techniki chodzenia spaceru nordic – walking ze wskazaniem ćwiczeń.	6 godzin dla dwóch 15-osobowych grup w tym po 1 godzinie ćwiczeń dla każdej z grup Zajęcia nauczą techniki chodzenia spaceru nordic-walking oraz ćwiczeń usprawniających ruchowych na powietrzu.	Lista obecności Umowa z prowadzącym. Faktura. Materiał fotograficzny
Ad 3. Szkolenie poprowadzone przez terapeutę treningu pamięci	5 godzin dla dwóch 15 osob. grup po 2,5 godziny Szkolenie nauczy i podpowie jakimi metodami ćwiczyć umysł i cieszyć się pamięcią do późnego wieku.	Lista obecności Umowa z prowadzącym. Faktura. Materiał fotograficzny
Ad. 4 Wyjście do muzeum z warsztatami wyrobienia i upieczenia bułeczek.	3 godziny 1 grupa 30 osobowa Zdobycie wiedzy na temat eksponatów zgromadzonych w miejscowym muzeum. Integracja grupy na zajęciach warsztatowych.	Lista obecności Faktury Materiał fotograficzny

6. Krótka charakterystyka Oferenta, jego doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie oraz zasobów, które będą wykorzystane w realizacji zadania
<p>Polski Związek Niewidomych to największa w Polsce i w Wielkopolsce organizacja członkowska. Działamy nieprzerwanie od 1951r. na rzecz osób niewidomych i niedowidzących oraz ich rodzin i opiekunów. Zrzeszamy osoby w każdym wieku dla których realizujemy działania statutowe. Koło PZN w Koninie liczy obecnie 189 członków. Zrzeszamy naszych członków w celu ich społecznej integracji, rehabilitacji, ochrony interesów zawodowych, ekonomicznych i społecznych, przeciwdziałania ich dyskryminacji. PZN Konin reprezentuje członków wobec organów</p>

organizacji rządowej i samorządu terytorialnego. Realizujemy swoje zadania poprzez współpracę z innymi organizacjami zrzeszającymi niewidomych i słabo widzących. PZN Konin organizuje dla swoich członków szkolenia z zakresu rehabilitacji podstawowej, organizuje różnego rodzaju spotkania integracyjne, pikniki spotkania z okazji świąt z udziałem zaproszonych gości. Organizujemy dla członków koła i ich opiekunów jednodniowe i kilkudniowe wycieczki w celu zwiedzania i poznawania nowych regionów naszego kraju. W ciągu całego roku członkowie często spotykają się w biurze lub na świetlicy przy kawie, herbacie i słodczykach. Jest to dobra forma zarówno integracji jak i rehabilitacji, a przy okazji możliwości przekazania różnych spraw organizacyjnych koła, pomocy w załatwianiu spraw członków oraz udzielaniu porad. Ponadto mała grupa członków miała już możliwość korzystania ze szkoleń organizowanych przez rehabilitantów z Okręgu Wielkopolskiego PZN z orientacji przestrzennej, czynności życia codziennego, podstawy obsługi komputera czy spotkania z treningu pamięci. Dlatego zasadne jest aby z powyższych zaprojektowanych przez nas zadań mogła skorzystać większa liczba członków, które ze względów dodatkowej niesprawności nie mogły dotąd uczestniczyć w szkoleniach zamiejscowych. Podczas podejmowanych działań koło nasze może liczyć na wsparcie organizacyjne i merytoryczne Zarządu Okręgu w Poznaniu oraz specjalistów do spraw rehabilitacji.

Powołując się na Dz.U.poz.1945 z 2 grudnia 2016 roku oraz zał. Nr 1 do obwieszczeniu Min. Rodz. Pracy i Polityki Społecznej z 17.XI.2016 oraz par. 1 pkt 5 Rozporządzenia Min. Rodz. Pracy i Polityki Społecznej z dnia 7 lutego 2008 r. wszystkie zaplanowane działania w niniejszym wniosku mają charakter zadań z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych zlecanych fundacjom oraz organizacjom pozarządowym. Mają na celu prowadzenie grupowych zajęć, nabycie wiedzy i umiejętności nowych i nieznanych wyzwań. Poprzez grupowe uczestniczenie w zajęciach osoby niepełnosprawne nabędą i poprawią umiejętność samodzielnego funkcjonowania. Poprzez nabytą wiedzę na przedstawionych szkoleniach poprawią nawyki zdrowego odżywiania się, chętnie i prawidłowo nie męcząc się będą korzystać ze spacerów nordic-walking, ćwiczyć pamięć metodami wyuczonymi na szkoleniu. Przedstawione działania będą możliwe dzięki wsparciu ze środków zadania publicznego, z którego PZN w Koninie do tej pory nigdy nie korzystał.

IV.Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Dietetyk.Wynagrodzenie za poprowadzenie zajęcia oraz warsztaty dla 2 grup	800,00		
	Produkty żywnościowe	900,00		
	Jednorazowe naczynia gastronomiczne	230,00		

2	Rehabilitant Wynagrodzenie zajęcia poprowadzenia ćwiczeń ze spacerem nordic-walking	600,00		
3	Wynagrodzenie za szkolenie dla terapeuty treningu pamięci	500,00		
4	Wyjście do muzeum Bilety 30 osób x 23 zł	690		
	Przewodnik	70,00		
	Warsztaty 30 os x 7zł	210,00		
5	Serwis kawowy dla uczestników warsztatów 6 spotkań	1200,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		5200,00	5200,00	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(-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.
- 8) Oświadczamy, że do obsługi przyznanej dotacji przeznaczamy rachunek bankowy o nr Santander Bank
93 1090 1199 0000 0000 1902 6822

.....
.....
.....

Data 30.04.2024

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

Polski Związek Niewidomych
Zarząd Koła Powiatowego
62-500 Konin, ul. Staszica 27
tel. 518 537 866

POLSKI ZWIĄZEK NIEWIDOMYCH
PRZYKŁAD KONIN

.....
.....