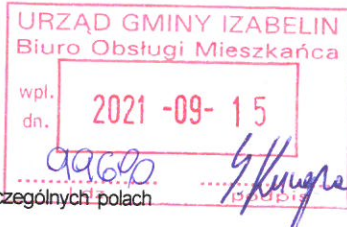


UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO



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 nie prawidłową. Przykład: „pobieranie*/niepobieranie*”.



I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Wójt Gminy Izabelin
2. Rodzaj zadania publicznego ¹	ochrony i promocji zdrowia (art. 4 ust. 1 pkt. 6 uodppiw)

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 DziałajMY! z siedzibą przy ul. Sierakowskiej 91, 05-080 Izabelin, wpisane do Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem 0000527128, http://dzialajmy.org/ , www.facebook.com/stowarzyszeniedzialajmy , stowarzyszenie@dzialajmy.org , tel. 604 511 603	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Olgiert Porębski 604 511 603

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Warsztaty rozwojowe dla mieszkańców Gminy Izabelin		
2. Termin realizacji zadania publicznego ²	Data rozpoczęcia	od dnia zawarcia umowy	Data zakończenia
			24.12.2021

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

Celem projektu jest wsparcie psychologiczno-rozwojowe dla mieszkańców Gminy Izabelin.

Warsztaty rozwojowe dla mieszkańców Gminy Izabelin to spotkania, których celem jest zdobycie wiedzy i wytrenowanie przez mieszkańców określonych umiejętności psychospołecznych (tzw. miękkich), które pomogą im uświadomić sobie swój potencjał, siłę do radzenia sobie w każdej sytuacji. Wychodzimy z założenia, że szczęśliwy człowiek to człowiek ze świadomością swojej mocy sprawczej, z jasno wytyczonymi celami życiowymi, żyjący w harmonii i akceptacji wewnętrznej, z silnym poczuciem swojej wartości, realizujący swoje marzenia i pasje, żyjący zgodnie ze swoimi wartościami, otwarty i uważny na innych ludzi, stale się rozwijający, czerpiący mądrość ze wszystkiego, co przynosi mu życie, umiejący się podnosić i iść dalej, żyjący tu i teraz, kochający siebie, dzielący się dobrą energią.

W życiu musimy systematycznie dbać nie tylko o naszą właściwą kondycję fizyczną, ale również o dobrą kondycję psychiczną, co wydaje się szczególnie istotne w obecnej, covidowej sytuacji. Ważne jest, aby umieć zachować zdrowy dystans do otaczającej nas rzeczywistości, wypracować sposoby radzenia sobie w stresujących sytuacjach, mieć silne poczucie własnej wartości, pozytywną energię, wewnętrzny spokój. Planowane warsztaty psychologiczno-rozwojowe stworzą mieszkańcom Gminy Izabelin bezpieczną przestrzeń, w której uczestnicy będą mogli wyrazić wszystko, co „leży im na sercu”, otrzymać uwagę, empatię, zrozumienie, wsparcie, wzmocnienie i inspirację do działania. Poczują się psychicznie silni. Warsztaty rozwojowe pomogą mieszkańcom uwierzyć w siebie, odkryć swoje potrzeby i wziąć za nie odpowiedzialność, lepiej zrozumieć własne emocje, wzmocnić poczucie własnej wartości, znaleźć siłę i energię do codziennego działania i wspierać swój rozwój osobisty. Umożliwią faktyczne dokonanie zmiany, wypracują konkretne umiejętności. Są również szansą na miłe spędzenie czasu, wyciszenie i uspokojenie emocji po trudnym dniu w pracy

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 2020 r. poz. 1057).

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

czy w domu. To również ważna przestrzeń do wymiany doświadczeń i czerpania inspiracji, która służy rozwojowi, budowaniu poczucia własnej wartości, radzeniu sobie z emocjami. Podczas warsztatów mieszkańcy będą mogli poczuć, że nie są sami w danej sytuacji oraz zaobserwować, jak z podobnymi trudnościami radzą sobie inni uczestnicy spotkań, znaleźć rozwiązania najlepsze dla siebie.

Proponowane przez nas warsztaty rozwojowe dla mieszkańców Gminy Izabelin są istotnym elementem działań z zakresu wspierania i ochrony zdrowia psychicznego oraz promujących zdrowie psychiczne.

Planowane warsztaty psychologiczno-rozwojowe będą miały również dodatkowy skutek, polegający na integracji i - mamy nadzieję także - aktywizacji mieszkańców naszej gminy do aktywnego działania w społeczności lokalnej, na czym Stowarzyszeniu DziałajMy! bardzo zależy.

Adresatami warsztatów rozwojowych są mieszkańcy Gminy Izabelin.

Warsztaty rozwojowe dla mieszkańców Gminy Izabelin podzielone zostały na dwie niezależne formy pracy w grupie: warsztaty psychologiczne (dla mężczyzn i dla kobiet) oraz Kręgi Kobiet (dla kobiet).

Warsztaty psychologiczne poświęcone zostaną trudnym relacjom i naszemu potencjałowi twórczemu.

1. Relacje - jak tworzyć, zmieniać na lepsze i czego unikać.
2. Wszyscy jesteście artystami - jak odkryć w sobie moc twórczą i z niej korzystać.

Terminy warsztatów:

30.10.2021 r. godz. 10.00-17.00 – Trudne relacje

20.11.2021 r. godz. 10.00-17.00 – Kreatywność

Grupa warsztatowa: może liczyć do 15 osób

Miejsce warsztatów:

Willa Europa, ul. Matejki 25, 05-080 Izabelin

Prowadząca warsztaty:

Beata Chmielewska – psycholog, psychoterapeuta

Kręgi adresowane są do kobiet zainteresowanych pogłębianiem świadomości na temat swoich relacji z samą sobą oraz innymi kobietami. Poszerzając swoją świadomość i rozwijając siebie możemy inspirować zmiany we własnych rodzinach, dzielić się miłością i pragnieniem pokoju z naszymi dziećmi, bliskimi i wszystkimi, których spotykamy na swojej drodze. Nieprzypadkowo są to Kręgi – spotkania, podczas których uczestniczki siadają obok siebie, tworząc kształt koła. W takiej konfiguracji nie ma lepszych i gorszych, równych i równiejszych. Wszystkie są tak samo ważne.

Tematy Kręgów:

Krąg I

Temat: Kobiecość, dlaczego warto wrócić do łagodności

Cel: rola kobiety w życiu społecznym i rodzinnym, cykle życia kobiety - obserwacja stanów uczuciowych w procesie dojrzewania, pełni i przekwitania

Krąg II

Temat: Energia emocji – czym są stany emocjonalne i jak z nimi pracować

Cel: zrozumienie swoich stanów emocjonalnych, nauka nazywania przepływających uczuć, odkrywanie darów świadomej komunikacji emocji i uczuć

Krąg III

Temat: Strata, śmierć, odchodzenie, odrzucenie - jak oswoić trudne doświadczenia

Cel: nauka czym jest strata, jak radzić sobie z procesem przemijania, żegnania, bycia odrzuconą

Krąg IV

Temat: Relacje – jak tworzyć harmonijne związki

Cel: głębsze zrozumienie wyborów swoich partnerów, zauważanie ról w relacjach, komunikacja bez przemocy, roszczeń i oczekiwań

Terminy Kręgów Kobiet:

30.09.2021 r., godz. 19.00-22.00

28.10.2021 r., godz. 19.00-22.00

25.11.2021 r., godz. 19.00-22.00

17.12.2021 r., godz. 19.00-22.00

Grupa spotkaniowa: może liczyć do 15 osób

Miejsce:

Willa Europa, ul. Matejki 25, 05-080 Izabelin

Prowadząca Kręgi Kobiet:

Miriam May - terapeutka i mentorka

Na warsztaty i Kręgi Kobiet będą obowiązywały telefoniczne zapisy. Prowadzić je będzie p. Justyna Pietrak, tel. 600 223 632

Udział w warsztatach i Kręgach będzie nieodpłatny dla uczestniczek i uczestników.

Informacja o warsztatach i kręgach zostanie rozpowszechniona w mediach społecznościowych.

Mając na względzie sytuację epidemiologiczną w kraju, warsztaty i kręgi będą prowadzone z zachowaniem zasad bezpieczeństwa epidemiologicznego, a sposób ich realizacji będzie dostosowany do wprowadzanych w tym zakresie wytycznych, wynikających z aktualnego stanu prawnego obowiązującego w związku z ogłoszonym stanem epidemii na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Zorganizowanie dwóch warsztatów psychologicznych dla mieszkank Gminy Izabelin	15-20 osób	Lista obecności
Zorganizowanie pięciu kręgów kobiet dla mieszkank Gminy Izabelin	15-20 osób	Lista obecności

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

Stowarzyszenie DziałajMy! jest lokalną organizacją pozarządową, skupioną na integracji i aktywizacji obywatelskiej mieszkańców Gminy Izabelin. Wśród celów statutowych Stowarzyszenia jest również rozwój profilaktyki zdrowotnej. Warsztaty, których dotyczy niniejsza oferta, są możliwe dzięki wiedzy i doświadczeniu osób prowadzących. Były już w naszej gminie organizowane w podobnej formule i cieszyły się dużym zainteresowaniem. Stowarzyszenie DziałajMy! pragnie umożliwić kontynuowanie organizacji warsztatów w roku bieżącym i z tego względu, we wszystkich kwestiach formalnych, księgowych i administracyjnych, wspiera inicjatorkę tego przedsięwzięcia, tj. Panią Justynę Pietrak. – lekarza rodzinnego, prowadzącego Specjalistyczną Przychodnię Lekarską „JUNIPERUS” w Izabelinie (ul. Kościuszki 41, 05-080 Izabelin).

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie dla prowadzącej warsztaty psychologiczne	3.000,00		
2.	Wynagrodzenie dla prowadzącej Kręgi Kobiet	3.750,00		
3.	Koszt 3			
4.	Koszt 4			
5.	Koszt 5			
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		6.750,00	6.750,00	0

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.



.....
Olgierd Porębski

Data Izabelin, 14 września 2021 r.



.....
Paweł Sielczak

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