

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 Miejski w Gdańsku
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	Zdrowie publiczne, w tym przeciwdziałanie uzależnieniom Promocja zdrowia i zapobieganie wybranym chorobom cywilizacyjnym

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: Projekt Pełni Szczęścia , Forma prawna: stowarzyszenie , KRS: 28105 , Kod pocztowy: 80-502 , Poczta: Gdańsk , Miejscowość: Gdańsk , Ulica: Al. Gen. Józefa Hallera , Numer posesji: 239 , Województwo: pomorskie , Powiat: Gdańsk , Gmina: m. Gdańsk , Strona www: https://www.facebook.com/profile.php?id=100063495731558 , Adres e-mail: projektpelniszczescia@gmail.com , Numer telefonu: 609273270 ,	
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)	Małgorzata Kuszaj Adres e-mail: malgorzata.kuszaj@wp.pl Telefon: 609273270

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Twórczo Offline – pracownia zdrowych nawyków cyfrowych			
2. Termin realizacji zadania²⁾	Data rozpoczęcia	02.08.2026	Data zakończenia	30.10.2026

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

Opis zadania

Zadanie publiczne w obszarze przeciwdziałania uzależnieniom behawioralnym i cyfrowym

Diagnoza problemu

Współczesne technologie cyfrowe stały się integralną częścią codziennego życia. Smartfony, media społecznościowe oraz komunikatory internetowe służą do pracy, komunikacji, zakupów, rozrywki i organizacji codziennych obowiązków. Jednocześnie coraz częściej obserwuje się zjawisko nadmiernego korzystania z urządzeń cyfrowych, prowadzące do pogorszenia koncentracji, obniżenia jakości relacji społecznych, ograniczenia aktywności fizycznej oraz zwiększenia poziomu stresu.

Problem ten dotyczy nie tylko dzieci i młodzieży. Coraz większą grupę osób zagrożonych stanowią dorośli mieszkańcy miast, osoby pracujące zdalnie, rodzice oraz seniorzy. W przestrzeni publicznej powszechnym zjawiskiem stało się ciągłe korzystanie ze smartfonów podczas podróży komunikacją miejską, spotkań towarzyskich czy czasu wolnego.

W ostatnich latach problem higieny cyfrowej został dostrzeżony również na poziomie krajowym.

„Narodowy Program Zdrowia na lata 2021–2026” wskazuje promocję zdrowia psychicznego oraz profilaktykę uzależnień jako jedno z kluczowych kierunków działań publicznych. Projekt wpisuje się bezpośrednio w te cele poprzez działania edukacyjne, profilaktyczne i aktywizujące mieszkańców. Również Miasto Gdańsk konsekwentnie realizuje działania służące wzmocnieniu zdrowia psychicznego mieszkańców, przeciwdziałaniu izolacji społecznej oraz rozwijaniu kompetencji umożliwiających radzenie sobie ze stresem i wyzwaniem współczesnego świata. Projekt odpowiada na te potrzeby poprzez połączenie profilaktyki uzależnień cyfrowych z aktywnością twórczą oraz integracją społeczną.

Dane publikowane przez NASK wskazują, że korzystanie z internetu i urządzeń mobilnych stało się nieodłącznym elementem codziennego życia Polaków. Coraz częściej obserwowane są trudności związane z zachowaniem równowagi pomiędzy funkcjonowaniem online i offline. Badacze higieny cyfrowej podkreślają, że nadmierne korzystanie z urządzeń ekranowych może prowadzić do pogorszenia koncentracji, problemów z odpoczynkiem, przeciążenia informacyjnego oraz ograniczania bezpośrednich kontaktów społecznych.

Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom zwraca uwagę na rosnące znaczenie uzależnień behawioralnych, w tym problemowego korzystania z internetu, mediów społecznościowych i smartfonów. Ekspertki podkreślają, że skuteczna profilaktyka powinna opierać się nie tylko na przekazywaniu wiedzy o zagrożeniach, ale przede wszystkim na tworzeniu atrakcyjnych alternatyw dla czasu spędzanego przed ekranami.

Badania prowadzone przez ekspertów zajmujących się higieną cyfrową wskazują na rosnące znaczenie problemu nadmiernego korzystania z urządzeń mobilnych oraz trudności w zachowaniu równowagi pomiędzy funkcjonowaniem online i offline. Coraz częściej podkreśla się wpływ przeciążenia cyfrowego na koncentrację, dobrostan psychiczny oraz relacje społeczne. Szczególnie niepokojącym zjawiskiem jest fakt, że coraz więcej osób nie potrafi funkcjonować bez ciągłego kontaktu z telefonem. Smartfon przestał pełnić wyłącznie funkcję narzędzia, a stał się stałym towarzyszem codzienności. Nawet krótkie chwile oczekiwania, podróży czy odpoczynku są często automatycznie wypełniane przeglądaniem treści cyfrowych. Powoduje to ograniczenie kontaktów interpersonalnych, osłabienie umiejętności odpoczynku oraz zmniejszenie zaangażowania w aktywności rozwijające zainteresowania i kompetencje społeczne.

Uzasadnienie projektu

Projekt „Twórczo Offline – pracownia zdrowych nawyków cyfrowych” odpowiada na potrzebę przeciwdziałania uzależnieniom cyfrowym poprzez tworzenie przestrzeni do budowania relacji,

rozwijania zainteresowań oraz doświadczania satysfakcji płynącej z działań niezwiązanych z technologią.

Proponowane warsztaty rękodzielnicze nie są przypadkowym wyborem. Każda z aktywności została dobrana w taki sposób, aby angażować uczestników wielowymiarowo – poznawczo, emocjonalnie, społecznie i manualnie. Praca twórcza wymaga koncentracji, cierpliwości, zaangażowania oraz obecności „tu i teraz”, co stanowi naturalne przeciwieństwo szybkich, krótkotrwałych bodźców dostarczanych przez media społecznościowe i aplikacje mobilne.

Tworzenie własnych przedmiotów pozwala uczestnikom odzyskać poczucie sprawczości, doświadczać satysfakcji z procesu, a nie wyłącznie z natychmiastowego efektu. Działania rękodzielnicze mają również pozytywny wpływ na redukcję stresu, poprawę koncentracji i budowanie dobrostanu psychicznego.

Projekt odpowiada także na problem samotności i osłabienia więzi społecznych. Wspólne tworzenie, rozmowa oraz współpraca podczas warsztatów będą sprzyjać integracji mieszkańców Gdańska i budowaniu lokalnych relacji opartych na bezpośrednim kontakcie.

Zgodność projektu z dokumentami strategicznymi

Projekt jest zgodny z założeniami Narodowego Programu Zdrowia, w szczególności w obszarze:

- promocji zdrowia psychicznego,
- profilaktyki uzależnień,
- wzmacniania zachowań prozdrowotnych,
- wspierania aktywności społecznej mieszkańców.

Projekt wpisuje się również w kierunki działań realizowanych przez Miasto Gdańsk w zakresie ochrony zdrowia psychicznego, których celem jest:

- wzmacnianie dobrostanu psychicznego mieszkańców,
- przeciwdziałanie izolacji społecznej,
- rozwijanie kompetencji radzenia sobie ze stresem,
- wspieranie aktywności społecznej,
- przeciwdziałanie uzależnieniom.

Cel główny

Przeciwdziałanie uzależnieniom cyfrowym oraz wzmacnianie dobrostanu psychicznego dorosłych mieszkańców Gdańska poprzez rozwijanie twórczych form aktywności offline, budowanie relacji społecznych oraz promowanie higieny cyfrowej.

Cele szczegółowe

- zwiększenie wiedzy uczestników na temat uzależnień behawioralnych i higieny cyfrowej,
- rozwijanie zdrowych nawyków korzystania z urządzeń elektronicznych,
- ograniczenie czasu spędzanego przed ekranami,
- rozwijanie zainteresowań i pasji niezwiązanych z technologią,
- przeciwdziałanie izolacji społecznej i samotności,
- wzmacnianie dobrostanu psychicznego uczestników,
- aktywizacja społeczna mieszkańców Gdańska,
- integracja międzypokoleniowa.

Grupa docelowa

Projekt skierowany jest do dorosłych mieszkańców Gdańska w wieku 30+.

Łączna liczba uczestników wyniesie 60 osób (w ujęciu zsumowanym / kumulatywnym).

Szczególną grupę odbiorców stanowić będą:

- osoby pracujące,
- rodzice,
- osoby odczuwające przeciążenie informacyjne,
- seniorzy,
- osoby zagrożone izolacją społeczną.

Metody realizacji zadania

Projekt będzie realizowany metodą aktywnego uczestnictwa, bazującą na doświadczeniu, twórczym działaniu, integracji społecznej oraz budowaniu zdrowych nawyków związanych z korzystaniem z technologii.

Świadomy początek – chwila dla siebie

Każde spotkanie rozpocznie się od krótkiego, około 10–15 minutowego modułu wprowadzającego. Pierwszym elementem będzie krótka dawka wiedzy dotyczącej uzależnień behawioralnych, higieny cyfrowej oraz wpływu nowych technologii na codzienne funkcjonowanie. Uczestnicy poznają praktyczne wskazówki dotyczące ograniczania czasu ekranowego, świadomego korzystania ze smartfonów oraz budowania równowagi pomiędzy światem online i offline.

Następnie prowadzący zaprosi uczestników do krótkiego ćwiczenia relaksacyjnego, oddechowego lub elementów treningu uważności. Celem będzie wyciszenie, zatrzymanie się w codziennym pośpiechu oraz świadome przejście z obowiązków zawodowych i rodzinnych do przestrzeni twórczego działania.

Ważnym założeniem projektu jest stworzenie uczestnikom bezpiecznej przestrzeni, w której będą mogli pozostawić za drzwiami codzienne obowiązki, napięcia i stres, a swoją uwagę skierować na siebie, własne potrzeby i twórcze doświadczenie. Takie rozpoczęcie warsztatów będzie stanowiło praktyczny trening uważności oraz jeden z elementów profilaktyki przeciążenia cyfrowego.

Strefa Offline – praktyczny trening higieny cyfrowej

Stałym elementem wszystkich spotkań będzie funkcjonowanie „Strefy Offline”.

Na początku warsztatów uczestnicy zostaną zaproszeni do dobrowolnego odłożenia telefonów komórkowych na specjalnie przygotowany stolik znajdujący się w sali warsztatowej. Telefony pozostaną dostępne w sytuacjach wymagających kontaktu, jednak nie będą znajdowały się bezpośrednio przy stanowiskach pracy.

Rozwiązanie to nie będzie miało charakteru zakazu, lecz świadomego działania edukacyjnego i profilaktycznego. Wiele zachowań związanych z korzystaniem ze smartfonów ma charakter automatyczny i nawykowy. Pozostawienie telefonu poza zasięgiem ręki ogranicza odruchowe sprawdzanie powiadomień oraz pozwala uczestnikom skupić się na wykonywanym zadaniu, rozmowie i kontakcie z innymi osobami.

Dzięki temu uczestnicy będą mogli doświadczyć, jak zmienia się poziom koncentracji, komfort psychiczny oraz jakość relacji społecznych podczas funkcjonowania bez ciągłego kontaktu z urządzeniem cyfrowym. Profilaktyka uzależnień będzie realizowana nie tylko poprzez zdobywanie wiedzy, ale również poprzez praktyczne ćwiczenie nowych nawyków.

Paszport Offline

Każdy uczestnik otrzyma indywidualny „Paszport Offline”, który będzie towarzyszył mu przez cały okres realizacji projektu.

W paszporcie uczestnicy będą mieli możliwość zapisywać:

- aktywności wykonywane bez telefonu,
- własne obserwacje dotyczące korzystania z urządzeń cyfrowych,
- refleksje dotyczące samopoczucia,
- nowe zainteresowania i umiejętności zdobyte podczas projektu.

Paszport będzie pełnił funkcję motywacyjną, edukacyjną.

Opis działań

MODUŁ I – TWÓRCZO OFFLINE

1. Makrama „Węzeł zamiast scrollowania”
2. Świece sojowe „Zapach offline”
3. Ceramika malowana
4. Las w słoiku
5. Biżuteria handmade
6. Upcykling
7. Haft i szydełkowanie
8. Scrapbooking
9. Naturalne kosmetyki DIY
10. Eko-dekoracje i ozdoby sezonowe

Każdy warsztat będzie stanowił praktyczną alternatywę dla czasu ekranowego, rozwijając kreatywność, koncentrację, cierpliwość oraz kompetencje społeczne uczestników.

Zaproponowane formy rękodzieła zostały dobrane ze względu na ich wysoki potencjał angażowania uwagi, koncentracji i aktywności manualnej. W przeciwieństwie do aktywności cyfrowych opierających się na szybkiej zmianie bodźców, działania rękodzielnicze wymagają cierpliwości, skupienia i zaangażowania w proces. Uczestnicy doświadczają satysfakcji wynikającej z tworzenia własnego dzieła, co wzmacnia poczucie sprawczości i stanowi zdrową alternatywę dla krótkotrwałej gratyfikacji dostarczanej przez media społecznościowe i aplikacje mobilne.

MODUŁ II – CYFROWY DETOKS

Spotkanie edukacyjne prowadzone przez psychologa lub specjalistę profilaktyki uzależnień.

Tematy:

- Jak działa uzależnienie od smartfona?
- Mechanizmy mediów społecznościowych.
- Higiena cyfrowa osób dorosłych.
- Jak odzyskać czas dla siebie?
- Jak budować zdrowe nawyki cyfrowe?
- Jak radzić sobie ze stresem bez korzystania z telefonu?

MODUŁ III – PODSUMOWANIE PROJEKTU.

W programie:

- Spotkanie integracyjne, ewaluacyjne
- strefa rozmowy bez telefonów,
- prezentacja efektów projektu

Harmonogram

- promocja projektu, rekrutacja uczestników - sierpień
- przygotowanie materiałów. Sierpień , wrzesień
- realizacja warsztatów rękodzielniczych sierpień- październik
- spotkanie edukacyjne, "cyfrowy detoks"- październik
- ewaluacja projektu, podsumowanie rezultatów- październik

Wartość społeczna projektu

Projekt nie ogranicza się wyłącznie do przekazania wiedzy o uzależnieniach cyfrowych. Jego celem jest stworzenie uczestnikom warunków do doświadczenia alternatywnego sposobu funkcjonowania, opartego na relacjach, twórczości, uważności i aktywnym uczestnictwie w życiu społecznym.

Dzięki działaniu w projekcie mieszkańcy Gdańska:

- nauczą się rozpoznawać własne nawyki związane z korzystaniem z urządzeń cyfrowych,

- poznają praktyczne sposoby ograniczania czasu ekranowego,
- rozwiną nowe zainteresowania i kompetencje,
- zwiększą swoją aktywność społeczną,
- wzmocnią odporność psychiczną i umiejętność radzenia sobie ze stresem,
- nawiążą nowe relacje społeczne.

Ewaluacja

Ewaluacja zostanie przeprowadzona poprzez:

- ankiety przed rozpoczęciem projektu,
- ankiety końcowe,
- analizę frekwencji,
- obserwację uczestniczącą,
- rozmowy podsumowujące z uczestnikami.

Ryzyka i sposoby przeciwdziałania

Niska frekwencja – współpraca z bibliotekami, radami dzielnic, klubami seniora i lokalnymi partnerami.

Rezygnacja uczestników – atrakcyjna formuła zajęć, możliwość zabrania wykonanych prac oraz budowanie atmosfery wspólnoty.

Niewystarczające efekty projektu – połączenie edukacji, praktycznych doświadczeń,

Trudność w dotarciu do seniorów – współpraca z organizacjami seniorskimi, domami sąsiedzkimi oraz centrami aktywności lokalnej.

Promocja projektu

Promocja prowadzona będzie poprzez:

- media społecznościowe Stowarzyszenia Projekt Pełni Szczęścia,
- rady dzielnic,
- biblioteki,
- kluby seniora,
- plakaty i ulotki,
- lokalne media.

Hasło projektu:

„Nie wszystko, co ważne, dzieje się w telefonie. Twórz. Spotykaj się. Żyj offline.”

Trwałość rezultatów

Uczestnicy projektu zdobędą umiejętności i doświadczenia, które będą mogli wykorzystywać po zakończeniu realizacji zadania. Poznane techniki rękodzielnicze staną się alternatywną formą spędzania czasu wolnego, a zdobyta wiedza dotycząca higieny cyfrowej pomoże budować zdrowe nawyki korzystania z technologii.

Nawiązane relacje społeczne, wymiana doświadczeń oraz poczucie wspólnoty będą sprzyjały dalszej aktywności mieszkańców w lokalnej społeczności, także po zakończeniu projektu

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.

Miejsce realizacji

Miejsce realizacji projektu

Siedziba stowarzyszenia al. gen. Hallera 239 w Brzeźnie, lokal o powierzchni 25 m kw, w tym biuro i

sala warsztatowa, w której odbywają się zajęcia. Lokal wyposażony w meble i sprzęt biurowy, sala warsztatowa to: 2 stoły składane, i, 4 laptopy, drukarka kolorowa, kserokopiarka, krzesła, czajnik, rzut multimedialny i szkoleniowy.

Miejsce dostępne dla osób z niepełnosprawnościami (brak schodów i progów). Teren, na którym znajduje się siedziba – ogrodzony, i znajduje się parking.

Miejsce dobrze skomunikowane. Dojazd autobusami i tramwajami (148,149,158,5,3). Z przystanków do siedziby wiedzie oświetlona droga, nawierzchnia asfaltowa po całkowitej wymianie w 2019 r.

Siedziba Rady Osiedla Brzeźno- bezpłatnie udostępniana duża sala na zajęcia, miejsce dostępne dla osób z niepełnosprawnościami, duża ilość stołów, krzesel, w razie potrzeby wolnej przestrzeni, miejsce na ekran i rzutnik multimedialny, blisko siedziby stowarzyszenia.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Udział mieszkańców Gdańska w warsztatach profilaktycznych i rękodzielniczych promujących aktywności offline	60 osób (w ujęciu zsumowanym / kumulatywnym)	Listy obecności
Realizacja cyklu warsztatów rękodzielniczych stanowiących alternatywę dla czasu ekranowego	60 osób (w ujęciu zsumowanym / kumulatywnym)	Listy obecności, harmonogram
Wzrost wiedzy uczestników dotyczącej higieny cyfrowej i uzależnień behawioralnych	minimum 80% uczestników deklaruje wzrost wiedzy	ankiety przed i po projekcie
Zwiększenie liczby aktywności realizowanych offline przez uczestników	minimum 70% uczestników zadeklaruje	Ankiety ewaluacyjne

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

Charakterystyka oferenta

Stowarzyszenie od 1998 roku aktywnie działa w środowisku gdańskim na rzecz min. społeczności lokalnej, seniorów, osób z niepełnosprawnościami.... Na przestrzeni wielu lat realizowane były projekty związane z samorozwojem, kulturą i sztuką min: Sztuka formą terapii, Arteplastyka twórczy rozwój osób z niepełnosprawnościami, Hand Made dla każdego, Rękodzieło to też hit, Fan Eco Recykling, Ja też mogę -ja też potrafię i inne.

Stowarzyszenie prowadzi od lat również akcje integracyjne dla środowiska lokalnego. Od początku otrzymuje dofinansowania i dotacje na realizację tych zadań ze środków UM GDAŃSK, MOPR, ROPS, PFRON. Wszystkie dotacje zostały poprawnie wykorzystane i rozliczone.

Stowarzyszenie posiada doświadczenie w organizacji warsztatów rękodzielniczych, warsztatów edukacyjnych promujących pracę mózgu, działań integracyjnych i aktywizujących mieszkańców. W codziennej działalności wykorzystuje twórczość, rękodzieło i działania artystyczne jako narzędzia budowania dobrostanu psychicznego, integracji społecznej oraz rozwoju osobistego. Projekt stanowi rozwinięcie dotychczasowych doświadczeń organizacji i wykorzystuje sprawdzone metody pracy z grupami osób dorosłych i seniorów.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Od 1998 roku stowarzyszenie organizuje zajęcia rozwojowe, edukacyjne i twórcze dla społeczności lokalnej. Pierwotnie w formie kółka plastycznego, potem wieloletnich projektów.

Zdobyte doświadczenie pozwala na orientację w sferze możliwości, oczekiwań, ograniczeń, zasobów, wielopłaszczyznowych korzyści realizacji działań twórczych dla społeczności lokalnej.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

wkład osobowy

1. planowane zadania w projekcie – instruktorka terapii ekspresyjnych, arteterapeutka, animatorka społeczna oraz opracowanie "Paszportu Offline"

Instruktorka przeprowadzi 9 warsztatów rękodzielniczych w ramach projektu. Osoba ma wieloletnie doświadczenie w pracy z grupami o różnych potrzebach, jak również jest rękodzielniczką -artystką realizującą wiele warsztatów dla społeczności lokalnych.

* umowa zlecenie, 10 warsztatów, 30 godzin

* szkolenia/kursy/- Kurs terapii ekspresyjnych-arteterapeuta; Arteplastyka dla osób niepełnosprawnych; Kurs kwalifikacyjny Projektowanie i wytwarzanie wyrobów odzieżowych; Kurs treningu antydyskryminacyjnego i równościowego; szkolenie z pierwszej pomocy przy napadzie padaczki; szkolenie z zakresu metodologia projektów; szkolenie z zakresu pracy zespołowej, komunikacji i znaczenia mediów dla NGO; szkolenie z budowania strategii organizacji; kurs księgowości dla NGO; szkolenie z zakresu rozliczania projektów; szkolenie z zakresu pisanie projektów, zarządzania projektem; szkolenie z zakresu prowadzenie organizacji pozarządowej; szkolenie z zakresu pozyskiwania funduszy; Kurs rachunkowości i zastosowania komputera w księgowości; szkolenie komputerowe w zakresie obsługi komputera i księgowości komputerowej; Kurs dokształcenia z zakresu zasady gospodarki finansowej przedsiębiorstwa, księgowość; trener antydyskryminacyjny i równościowy

* doświadczenie jako animator społeczny od 1998 w stowarzyszeniu, później jako arteterapeutka; współpraca z: Fundacją Wspólnota Gdańska, Fundacja Sprawni Inaczej, Muzeum Etnograficzne w

Gdańsku, gdańskie szkoły, biblioteki, Rada Dzielnicy Brzeźno,

2. planowane zadania w projekcie – projekt ulotek i plakatu projektu, praca w social – mediach, promocja warsztatów działań w internecie, k

* praca nieodpłatna, członka stowarzyszenia

* doświadczenie zawodowe – artysta grafik, zajmująca się grafikami w stowarzyszeniu od ponad 15 lat

3. psycholog- poprowadzi spotkanie edukacyjne „Cyfrowy detoks”, 2 godziny

4. planowane zadania w projekcie- koordynatorka projektu koordynator

* doświadczenie zawodowe (w latach)- koordynatorka mniejszych projektów od 2018 roku, od 2021 roku koordynatorką głównych projektów stowarzyszenia. Ze stowarzyszeniem związana od 2015 roku jako wolontariuszka, od 2018 roku prowadzi koordynację działań w stowarzyszeniu (wpierw małe , od 2021 duże projekty) .

* praca nieodpłatna, członka stowarzyszenia

Rzeczowy wkład własny: lokal Hallera 239 siedziba stowarzyszenia i lokal użyczony przez Radę Dzielnicy Brzeźno,

laptop, rzutnik, ekran multimedialny, kserokopiarka, drukarka kolorowa, inne drobne sprzęty do prac manualnych

uwagi do budżetu

ad.1 200 zł – pozwoli dotrzeć do grupy docelowej i zrekrutować uczestników projektu.

od. 2 6 000 zł – umożliwi realizację 10 warsztatów rękodzielniczych dla minimum 60 mieszkańców Gdańska.

ad. 3 300 zł – .pozwoli uczestnikom prowadzić zapiski, i śledzić postępy

as.4 400 zł - umożliwi przeprowadzenie spotkania edukacyjnego

ad.5 2900 pozwoli uczestnikom samodzielnie wykonać prace rękodzielnicze stanowiące praktyczną alternatywę dla aktywności ekranowych

ad. 6 200 zł - pozwoli stworzyć przyjazną przestrzeń sprzyjającą integracji, budowaniu relacji społecznych

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	promocja, druk ulotek, A3-usługa, 200 A4- własna drukarka kolorowa	200,00		
2.	wynagrodzenia prowadzących 10*3 godz*200zł warsztaty	6 000,00		
3.	opracowanie Paszportu Offline	300,00		

4.	psycholog cyfrowy detoks	400,00		
5.	materiały dydaktyczne . 10 warsztatów	2 900,00		
6.	Poczęstunek 11 spotkań	200,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00	10 000,00	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. inne dokumenty istotne dla oceny oferty (fakultatywny)

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.