

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 publicznego ¹⁾	Ochrona zdrowia psychicznego

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: Gdańskie Stowarzyszenie Inwalidów Narządu Ruchu "Solidarność" , Forma prawna: Stowarzyszenie Rejestrowe , Numer Krs: 0000046420 , Kod pocztowy: 80-172 , Poczta: Gdańsk , Miejscowość: Gdańsk , Ulica: Trzy Lipy 3 (pok. 1.13.3) , Numer posesji: 3 , Numer lokalu: 40 , Województwo: pomorskie , Powiat: Gdańsk , Gmina: m. Gdańsk , Strona www: , Adres e-mail: stowarzyszenie.s@wp.pl , Numer telefonu: 785646710 ,	
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)	Edyta Stobba Adres e-mail: estobba100@gmail.com Telefon: 609615801

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Zdrowie psychiczne najważniejsze			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	02.10.2026	Data zakończenia	31.12.2026

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

Opis zadania

Zadanie realizowane będzie od 02.10.2026 - do 31.12. 2026r. Działania tego zadania kierujemy głównie do 25 osób w wieku 60+ z terenu miasta Gdańska (społeczności lokalnej) będących w dość trudnej sytuacji związanej z psychiką jak i materialnej. Zadanie realizowane będzie w ciągu 3 miesięcy w Parku Naukowo Technologicznym w Gdańsku. Za prawidłową realizację zadania będzie odpowiadał: Koordynator, który odpowiedzialny jest za nabór beneficjentów - udzielanie i rozpowszechnianie wiadomości (korzystając z naszej bazy danych) o rodzaju wsparcia w ramach realizowanego zadania, oraz nadzór nad prawidłową realizacją zadania dla 25 osób. Listę beneficjentów ostatecznych dołączymy przy rozliczeniu projektu. Pomoc osobom wykluczonym społecznie, którzy doświadczają społecznej izolacji, może polegać na udzieleniu wsparcia w przezwycięzeniu problemów osobistych, podniesieniu kwalifikacji, wzmocnieniu samooceny wraz z jednoczesnym zainicjowaniem systemowych zmian poprawy jakości życia. W wywiadzie społecznym udało nam się zauważyć i wyodrębnić jak wielką wartość dla samych Seniorów i ich rodzin mają takie spotkania. Są to zazwyczaj osoby na podobnym poziomie życia co jednocześnie wpływa korzystniej na ich samopoczucie w grupie, gdyż nie mają powodów czuć się wykluczonymi lub gorszymi. Zadanie to ma na celu głównie umożliwienie osobom i rodzinom przezwycięzenie trudnych sytuacji życiowych, których nie są w stanie pokonać wykorzystując własne zasoby i możliwości. Zadaniem takiej właśnie pomocy społecznej jest także zapobieganie sytuacjom, które mogą skutkować wykluczeniem społecznym, przez podejmowanie działań zmierzających do życiowego usamodzielnienia osób i rodzin w trudnej sytuacji i ich integracji ze środowiskiem. Od wielu lat można zauważyć, że w Polsce przeważa społeczeństwo starzejące się, które w przeważającej części mieszka samotnie, ma ogromne poczucie osamotnienia i wykluczenia. Jest wiele form wsparcia dla takich osób ale z naszego doświadczenia i obserwacji widzimy, że największe korzyści przynosi spotkanie z drugim człowiekiem, pokazanie mu, że on też może i umie, tylko musi uwierzyć w swoje umiejętności i odpowiednio je wykorzystać. Taki rodzaj wsparcia pomoże naszym beneficjentom w 100% podnieść swoją jakość życia, nauczyć się czegoś nowego, zobaczyć nowe, ciekawe miejsca, pomoże otworzyć się na drugiego człowieka i zauważyć jego potrzeby jak i w sposób prawidłowy podejść do rozwiązań w momencie kryzysu psychicznego. Oferta zakłada zarazem wspieranie i doradzanie w rozwiązywaniu istniejących problemów danego uczestnika, motywowanie osoby do podejmowania aktywności w różnych obszarach, prowadzenie działań edukacyjnych w zakresie wiedzy niezbędnej do samodzielnego życia, organizowanie wsparcia specjalistów i usług społecznych, udzielanie informacji, wskazówek w zakresie rozwiązywania spraw życiowych, nawiązywanie współpracy z innymi osobami jak i na samym końcu zadbanie o własne zdrowie psychiczne. Przewidujemy możliwe efekty po przeprowadzonych warsztatach z psychologiem :nawiązanie relacji , poczucia przynależności, aktywizacji, możliwości wyrażania emocji, wzmocnianie pozytywnych doświadczeń, radzenia sobie ze stresem, dostrzeganie własnych zasobów, doświadczeń i kompetencji, zwiększenie świadomości o zmianach i przemijaniu, pomoc w odnalezieniu nowych celów i aktywności, ćwiczenie pamięci i koncentracji jak i aktywizacji poznawczej, zwiększenie poczucia bezpieczeństwa w zakresie zdrowia, samotności i przyszłości. Otoczenie beneficjentów ostatecznych samo zauważa korzystny wpływ proponowanych aktywności na wiele aspektów ich życia. Nasze działania, które proponujemy zamieścimy na naszej stronie internetowej, w mediach społecznościowych jak i na wykonanych ulotkach, które dostarczymy do punktów, gdzie jest najwięcej osób w wieku 60+ (przychodnie, kościoły itp.) Planujemy zorganizować 6 spotkań z psychologiem (po 2 spotkania 2 godzinne w każdym miesiącu do końca grudnia) . Zajęcia prowadzone będą przez psychologa w formie warsztatowej z wykorzystaniem rozmowy, ćwiczeń grupowych, treningów umiejętności oraz elementów psychoedukacji. Program uwzględni będzie specyficzne potrzeby osób starszych w szczególności związane ze zmianą

sytuacji życiowej, przejściem na emeryturę, ograniczeniem aktywności, utratą bliskich, samotnością, zmianami zdrowotnymi oraz koniecznością odnalezienia się w nowej sytuacji życiowej. Program będzie miał charakter profilaktyczny, wspierający i aktywizujący. Planujemy na każde warsztaty zakup dodatkowych materiałów edukacyjnych (decyzja co do zakupu danych pomocy będzie realizowana zgodnie z zaleceniami psychologa) jak i zorganizowanie poczęstunku połączonego z kawą lub herbatą.

Miejsce realizacji

Zadanie będzie realizowane od 02.10.2026 do 31.12.2026 wśród grupy 25 osób, głównie 60+ (lokalna społeczność) nieodpłatnie w udostępnianej dla naszego stowarzyszenia przestrzeni w Parku Naukowo - Technologicznym w Gdańsku. Przestrzeń posiada dostęp do kuchni, toalety i jest wolna od jakichkolwiek barier architektonicznych. W tym nowoczesnym budynku są windy, które bez problemu ułatwią dojazd na zajęcia i warsztaty każdemu uczestnikowi bez względu na jego stan fizyczny. Obiekt dostępny jest również dla osób z niepełnosprawnością co pozwoli nam dotrzeć do większej liczby osób wykluczonych z życia społecznego. Udostępniony obiekt pozwala skorzystać nam bez żadnych ograniczeń z : sali konferencyjnej, która pomieści nawet do 40 osób wyposażonej w rzutnik multimedialny, jak i wszystkie niezbędne narzędzia do odbycia wykładów i warsztatów, pomieszczenia kuchennego ogólnodostępnego, gdzie będzie można przygotować napoje jak i swobodnie rozłożyć przygotowane posiłki, toalety która nie posiada żadnych ograniczeń architektonicznych. Ten nowoczesny obiekt pozwoli nam zrealizować powyższe zadanie w sposób odpowiedni, bezpieczny i komfortowy dla każdego uczestnika. Cały budynek spełnia na najwyższym poziomie dostępność informacyjno-komunikacyjną, architektoniczną i cyfrową. Spotkania mogą się odbywać w godzinach dogodnych dla uczestników, tak aby zapewnić im jak najwyższy poziom zadowolenia i samorozwoju. Do samego miejsca jest bardzo dobry dojazd komunikacją miejską z różnych dzielnic Gdańska.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Uczestnictwo 25 osób ze społeczności lokalnej z miasta Gdańska	95%	lista obecności
Zwiększenie wiedzy o zdrowiu psychicznym , zwiększenie kontaktów społecznych i radzenia sobie ze stresem	80-100%	anonimowa ankieta
Spotkanie ewaluacyjne	90-100%	rozmowy z uczestnikami, ocena stopnia realizacji zakładanych celów - protokół sporządzony przez koordynatora projektu

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

Charakterystyka oferenta

Jesteśmy organizacją działającą od 36 lat, w tym od 2001 roku organizacją pożytku publicznego działającą na rzecz osób niepełnosprawnych, wykluczonych, starszych i samotnych. Od ponad 17 lat prowadzimy dofinansowany przez PFRON Punkt Informacji, w tym poradnictwo prawne i psychologiczne. Realizujemy zadania z zakresu rehabilitacji przy wsparciu Urzędu Marszałkowskiego od ponad 10 lat, dążymy do zachowania ciągłości i systematyczności proponowanych form wsparcia, co w konsekwencji gwarantuje ich dużą skuteczność i efektywność. Realizowaliśmy zadania w zakresie integracji i kultury organizując wycieczki do Warszawy, Krakowa, Częstochowy, Fromborka, Stegny, Łeby, Chojnic. W ramach projektów dofinansowujemy wyjazdy integracyjne, warsztaty (ceramiczne, kulinarne, zdobnicze i psychologiczne), wspólne wyjścia do teatrów i restauracji (organizujemy comiesięczne spotkania przy kawie i poczęstunku, na których nasi podopieczni mają możliwość wymienić się doświadczeniami i otworzyć na drugiego człowieka. Nasze wszystkie działania są skierowane do osób, które bardzo tego potrzebują i widzimy, że działania te przynoszą pozytywne skutki, co niezmiennie nas cieszy i motywuje do kolejnych działań. W dużej mierze są to osoby z okolic jak i samego Gdańska.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

W zeszłym roku (2025) realizowaliśmy 7 miesięczny cykl spotkań z psychologiem, lekarzem i fizjoterapeutą, co odbiło się bardzo pozytywnym odbiorem. Uczestnicy tego zadania wynieśli z tych spotkań bardzo wiele, zmienili swoje myślenie i nastawienie w stosunku do życia i drugiego człowieka. Realizowaliśmy różnego rodzaju warsztaty ceramiczne, zdobnicze, kulinarne.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Zasoby kadrowe

Koordinator - osoba posiadająca wyższe wykształcenie ukierunkowane na osoby starsze i wykluczone - odpowiedzialny za nabór beneficjentów jak i prawidłową realizację zleconego zadania.
Księgowa - osoba, która posiada uprawnienia i wykształcenie wyższe do prowadzenia i rozliczenia dokumentacji księgowej.
Prowadząca warsztaty - dyplomowany psycholog. Osoba wysoce empatyczna i spokojna.

Zasoby rzeczowe

Biuro Stowarzyszenia wyposażone w stanowisko do obsługi tego projektu z telefonem, kserokopiarką, skanerem oraz dostępem do internetu. Pomieszczenie bez barier architektonicznych z łatwym dojazdem środkami transportu miejskiego. Z pełnym węzłem sanitarnym (dostosowanym dla osób niepełnosprawnych ruchowo). Do realizacji tego zadania stowarzyszenia udostępniła stanowisko biurowe w ramach własnych kosztów utrzymania tego pomieszczenia. Dodatkowo będziemy korzystać z pomieszczenia w Parku Naukowo Technologicznym (nieodpłatnie). Udostępniony obiekt pozwala skorzystać nam bez żadnych ograniczeń z : sali konferencyjnej, która pomieści nawet do 40 osób wyposażonej w rzutnik multimedialny, jak i wszystkie niezbędne narzędzia do odbycia wykładów i warsztatów, pomieszczenia kuchennego ogólnodostępnego, gdzie będzie można przygotować napoje jak i swobodnie rozłożyć przygotowane posiłki, toalety która nie posiada żadnych ograniczeń architektonicznych. Ten nowoczesny obiekt pozwoli nam zrealizować powyższe zadanie w sposób odpowiedni, bezpieczny i komfortowy dla każdego uczestnika. Cały

budynek spełnia na najwyższym poziomie dostępność informacyjno-komunikacyjną, architektoniczną i cyfrową.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie psychologa	3 600,00		
2.	Poczęstunek	1 000,00		
3.	Koordynator	1 500,00		
4.	Księgowa	500,00		
5.	Materiały do zajęć	700,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		7 300,00	7 300,00	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.