

29-04-2025

Załącznik nr 1

RPLW/56242/2025
Data: 2025-04-29

Ilość załączników

Podpis

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 Wałbrzycha
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	OCHRONA ZDROWIA

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	
Fundacja Dobrostan – przystań zdrowia KRS 0001026793 Ul. Żeromskiego 9/3, 58-302 Wałbrzych	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Magdalena Tumasz tel. 535 555 672 naszdobrostan@gmail.com

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Realizacja warsztatów terapii Simontonowskiej dla osób chorujących przewlekłe (rak i stwardnienie rozsiane i inne)			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	24.05.2025	Data zakończenia	15.06.2025
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
Zadanie: Realizacja warsztatów terapii Simontonowskiej dla osób chorujących przewlekłe i ich bliskich. Przede wszystkim planowany jest udział osób chorujących onkologicznie oraz na stwardnienie rozsiane.				
Odbiorcy : 15 (lub więcej) osób będących mieszkańcami Gminy Wałbrzych (weryfikacja na podstawie oświadczenia				

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.

podpisanego przez uczestników warsztatów o miejscu zamieszkania), chorujących przewlekłe (rak, stwardnienie rozsiane i inne).

Czas i termin realizacji: łączny czas trwania zajęć to 2 dni po osiem godzin dziennie (łącznie 16h) Warsztaty będą realizowane w weekend w okresie (dostosowanym do potrzeb i możliwości uczestników pomiędzy 24.05.2025 – 15.06.2025)

Plan warsztatów (przykładowy) :

Dzień I - I Sesja Terapeutyczna

9.-00-13.00 terapia simontonowska (warsztaty)

13.00- 14.00 przerwa obiadowa

14.00-17.00 terapia simontonowska (warsztaty jak radzić sobie z bólem)+planowany udział rehabilitanta

Dzień II - II Sesja terapeutyczna

9.-00-13.00 terapia simontonowska (warsztaty)

13.00- 14.00 przerwa obiadowa

14.00-17.00 terapia simontonowska (warsztaty) +zajęcia ze śmiechoterapii i/lub śpiew

Cel zadania:

Udzielenie specjalistycznej pomocy terapeutycznej dla osób w kryzysie choroby przewlekłej (rak i stwardnienie rozsiane) poprzez ich udział w programie terapii simontonowskiej . Uczestnicy zdobędą wiedzę i umiejętności w zakresie: poprawy jakości swojego życia, radzenia sobie ze stresem, radzenia sobie z bólem fizycznym, emocjonalnym i niepełnosprawnością, Chorzy oraz ich bliscy otrzymają narzędzia poprawiające ich komunikację oraz dialog z personelem medycznym. Terapia simontonowska podnosi także poziom zaangażowania chorującego w proces leczenia szczególnie w okresach kiedy spada poziom nadziei.

Program warsztatów terapii simontonowskiej:

- I. Podnoszenie energii poprzez poznanie czynności witalnych pacjentów
- II. Udoskonalanie systemu wsparcia i umiejętności komunikacji
- III. Poznanie pięciu zasad zdrowego myślenia i nabycie umiejętności rozpoznawania niezdrowych przekonań – ABCD Emocji
- IV. Radzenie sobie ze stresem, znaczenie choroby
- V. Integrowanie zdrowia i choroby, życia i śmierci
- VI. Skuteczne radzenie sobie z trudnymi emocjami
- VII. Radzenie sobie z objawami choroby i leczeni
- VIII. Joga śmiechu i rola zabawy w podnoszeniu jakości życia

Warsztaty terapii simontonowskiej będą realizowane w **Centrum Zdrowia Psychicznego (Klub Pacjenta w Specjalistycznym Szpitalu im. dr Alfreda Sokołowskiego w Wałbrzychu) przy ulicy Batorego 4.** Centrum Zdrowia Psychicznego udzieli przestrzeni do realizacji zadania w ramach umowy partnerskiej (NIEODPŁATNIE)

Dla uczestników zapewnione będą w każdy dzień zajęć przerwy kawowe oraz przerwa obiadowa, stały dostęp do terapeutów simontonowskich.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Poprawa jakości życia w chorobie	15	Ankieta pre- i ankieta post-
Wzrost umiejętności radzenia sobie z chorobą przewlekłą	15	Ankieta pre- i ankieta post-
Wzrost zaangażowania chorego w proces leczenia i utrzymania zdrowia	15	Ankieta pre- i ankieta post-

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

Fundacja została utworzona w dniu 27.03.2023r, Posiada doświadczenie w zakresie realizacji zadań publicznych. W latach 2023-2024 zrealizowano warsztaty „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców” w ramach projektu organizowanego przez Gminę Wałbrzych.

Od 2020 roku w mieście Wałbrzych we współpracy z MOPS Joanna Delegiewicz i Magdalena Tumas realizowały warsztaty psychoedukacyjne oparte na terapii simontonowskiej. Od 2023 roku po uzyskaniu uprawnień certyfikowanych terapeutów realizowały grupową terapię simontonowską w Klubie „Senior+ „przy ul. Andersa 162A. Łącznie szacuje się że ok 120 chorujących mieszkańców (w tym ich bliscy) wzięło udział w warsztatach terapii simontonowskiej.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
2.	Koszt 2 catering -obiad i przerwa Kawowa	2000		
3.	Koszt 3 zajęcia jogi lub śmiechoterapii	500		
4.	Koszt 4 zajęcia z rehabilitantem	500		
5.	Koszt 5 Rekruter i osoba odpowiedzialna za promocję zadania w social mediach (umowa wolontarytyczna)	500		
6.	Koszt Terapeuta I	1000		
7.	Koszt Terapeuta II	1000		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		5500	5000	500

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;

