

## UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

### POUCZENIE co do sposobu wypełnienia 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

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta</b>	Zarząd Województwa Mazowieckiego
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym – wspieranie realizacji programów służących profilaktyce uzależnień i promocji zdrowego trybu życia

### II. Dane oferenta(-tów)

<b>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</b>	
Nazwa: ODDZIAŁ REJONOWY POLSKIEGO CZERWONEGO KRZYŻA W CIECHANOWIE Forma prawna: Stowarzyszenie Rejestrowe, Numer Krs: 0000225587, Kod pocztowy: 06-400, Poczta: Ciechanów, Miejscowość: Ciechanów, Ulica: Rzeczowska, Numer posesji: 11, Województwo: mazowieckie, Powiat: ciechanowski, Gmina: m. Ciechanów Strona www: <a href="http://pckciechanow.pl">http://pckciechanow.pl</a> Adres e-mail: <a href="mailto:pckciechanow@wp.pl">pckciechanow@wp.pl</a> Numer telefonu: 236725313 Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta	
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. Imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)</b>	Tomasz Kraskowski Adres e-mail: <a href="mailto:pckciechanow@wp.pl">pckciechanow@wp.pl</a> Numer telefonu: 602-773-026

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

<b>1. Tytuł zadania publicznego</b>	Aktywnie przeciwdziałamy uzależnieniom			
<b>2. Termin realizacji zadania publicznego<sup>2)</sup></b>	Data rozpoczęcia	01.08.2023r.	Data zakończenia	30.09.2023r.
<b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>				
<b>Grupa docelowa</b> Wsparciem objętych zostanie 15 osób objętych opieką PCK, zagrożonych problemem alkoholowym i z tego tytułu zagrożonych wykluczeniem społecznym. Są to osoby, które korzystają z różnych form wsparcia prowadzonych przez nasz Oddział, służących ich aktywizacji i integracji ze społeczeństwem. Są to osoby, które korzystają zarówno z naszego wsparcia materialnego, w formie wyżywienia, jak też edukacyjnego – prowadzimy dla nich zajęcia służące zapobieganiu uzależnieniom oraz rozwijające ich zainteresowanie światem. Z racji tej działalności na ich rzecz wiemy, że będą to głównie osoby z problemem marginalizacji społecznej, często z brakiem świadomości na temat własnego stanu zdrowia, którym				

<sup>1)</sup> 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.).

<sup>2)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

udział w projekcie pomoże wzmocnić zdolność do funkcjonowania w środowisku. Osoby te są nieaktywne zawodowo, przez co zamykają się w domu, nie wykazują zainteresowania światem, są więc też pomijane w działaniach innych osób lub instytucji. Dla części z nich alkohol staje się jedyną rozrywką, gdyż poczucie osamotnienia i odrzucenia przez społeczeństwo wzmacnia w nich skłonności do nadużywania alkoholu. W związku z powyższym bardzo ważną jest realizacja działań profilaktycznych służących profilaktyce uzależnień.

#### **Cele zadania:**

1. Zapobieganie wszelkim przejawom demoralizacji i uzależnień.
2. Ukazywanie zagrożeń jakie niosą z sobą uzależnienia.
3. Nauka i ćwiczenie zachowań asertywnych, a przede wszystkim mówienia „nie” bez zrywania dobrego kontaktu.
4. Zwalczanie patologii.
5. Uczenie się brania odpowiedzialności za zdrowie i życie własne oraz cudze.
6. Promowanie zdrowego stylu życia wśród uczestników programu.
7. Poznawanie sposobów radzenia sobie ze stresem i rozwiązywania problemów bez sięgania po substancje uzależniające.
8. Wzmacnianie poczucia własnej wartości.
9. Organizowanie wypoczynku i bezpiecznych form spędzania wolnego czasu.

#### **Opis realizacji zadania:**

Zadanie zrealizowane zostanie poprzez przeprowadzenie 12-godzinnego programu z zakresu profilaktyki alkoholowej dla osób zagrożonych uzależnieniem, w trakcie 2-dniowego wyjazdu edukacyjno-aktywizującego. Wyjazdowa forma realizacji zadania sprzyjać będzie podniesieniu jakości przekazu, pomoże w integracji grupy, a dodatkowym efektem będzie zainteresowanie uczestników aktywnym spędzaniem wolnego czasu. Zajęcia służyć będą omówieniu społecznych skutków nadużywania alkoholu i jego wpływu na organizm. Będą to zajęcia ze specjalistą z zakresu profilaktyki społecznej i promocji zdrowego trybu życia. Program obejmował będzie następujące tematy:

1. Wyposażenie uczestników w wiedzę z zakresu niszczycielskiego wpływu alkoholu na organizm człowieka.
2. Wspólne znalezienie przyczyn i konsekwencji sięgania po alkohol.
3. Obalenie mitów dotyczących wpływu alkoholu na człowieka.
4. Zapoznanie z zagrożeniami wynikającymi z sięgania po alkohol.
5. Wypracowane alternatywnych sposobów radzenia sobie z trudnościami.
6. Uświadomienie innych, zdrowych form spędzania wolnego czasu.
7. Wzmocnienie poczucia własnej wartości.
8. Doskonalenie asertywnych sposobów zachowań w środowisku osób spożywających alkohol.
9. Wykształtowanie kompetencji chroniących uzależnieniem
10. Wyrabianie umiejętności spędzania czasu wolnego
11. Dostarczenie uczestnikom wiedzy i umiejętności w zakresie uzależnień, wzmocnienie samokontroli oraz dostarczenie narzędzi pomocnych w przeciwdziałaniu uzależnieniom.
12. wyposażenie uczestników w podstawowe kompetencje społeczno-emocjonalne, które pomagają radzić sobie w sytuacjach trudnych i dobrze funkcjonować w relacjach z innymi oraz unikać zachowań ryzykownych

Chcemy wykorzystać naturalne walory przyrodnicze miejsca realizacji wyjazdu do promocji zdrowego i aktywnego spędzania wolnego czasu poprzez: przeprowadzenie zajęć nordic walking (posiadamy kijki) oraz spaceru nadmorską plażą. OR PCK w Ciechanowie zapewni uczestnikom zadania niezbędne materiały piśmienne (papier, notatniki, długopisy, flamastry itp.). Transport zapewni firma związana z PCK, która przewiezie uczestników non profit, z pokryciem jedynie kosztów własnych.

#### **Miejsce realizacji zadania:**

Ośrodek Wypoczynkowo -Szkoleniowy „WIKING”- ul. Rybacka 12, 82-103 Jantar Ośrodek „ WIKING” znajduje się na gęsto zalesionym terenie. Położony jest w pobliżu morza. Miejscowość Jantar usytuowana jest na pograniczu Mierzei Wiślanej i Żuław Wiślanych, tam, gdzie zaczynał się Szlak Bursztynowy. Jantar leży wśród mieszanych lasów, które schodzą aż do

morza. Panuje tu specyficzny mikroklimat, morskie powietrze pełne jodu, olejków eterycznych i miocytów poprawia samopoczucie, a szczególnie jest korzystne dla osób chorujących na serce, płuca i z problemami układu nerwowego. Ośrodek „ WIKING” znajduje się na gęsto zalesionym terenie. Położony jest w pobliżu morza (ok.600 m). Do szerokiej plaży w Jantarze plaży wiedzie ścieżka przez piękny sosnowy las. Walory te chcemy wykorzystać organizując zajęcia rekreacyjne.

**Organizując zadanie zapewniamy dostępność osobom ze szczególnymi potrzebami, które mogą uczestniczyć na zasadzie równości z innymi osobami.**

a) w zakresie dostępności architektonicznej: zakwaterowanie w Ośrodku Wiking będzie w pokojach w budynku na parterze, wolnym od barier poziomych i pionowych przestrzeni komunikacyjnych. Część pokoi ma łazienki dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych. W ramach zadania jego uczestnikom udostępniona zostanie informacja o rozkładzie pomieszczeń w budynku, w którym będzie zakwaterowanie (plan budynku + sposób głosowy). W ramach zadania zapewniamy wstęp do pomieszczenia w którym będzie realizowane zadanie osobie korzystającej z pomocy psa asystującego. zajęcia prowadzone będą na parterze budynku z podjazdem dla osoby na wózku inwalidzkim. Osoby ze szczególnymi potrzebami zapewnione będą miały możliwość ewakuacji z miejsca gdzie będą zakwaterowane oraz z innych pomieszczeń w Ośrodku, w którym realizowane będzie zadanie.

b) w zakresie dostępności cyfrowej - strona internetowa oferenta, na której zamieszczane będą informacje o zadaniu spełnia wymagania standardu WCAG2.1, wszystkie treści cyfrowe opracowywane w ramach zadania dostępne będą cyfrowo

c) w zakresie dostępności informacyjno-komunikacyjnej - obsługa zadania publicznego i uczestników prowadzona będzie z wykorzystaniem środków wspierających komunikowanie się, w szczególności poczty elektronicznej, korespondencji, SMS, MMS. W ramach zapewnienia dostępu alternatywnego asystent osoby niepełnosprawnej wyjaśni zasady udziału w zadaniu, pomoże w wypełnieniu i przygotowaniu niezbędnych dokumentów oraz ułatwi uczestnictwo w zajęciach i zaspokojenie podstawowych potrzeb w socjalnych w trakcie pobytu.

**4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego**

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Organizacja wyjazdu o tematyce profilaktyki alkoholowej	15 osób	Formularze zgłoszeniowe, listy obecności
Przeprowadzenie zajęć o tematyce profilaktyki alkoholowej	12 godzin	Listy obecności, dzienniki zajęć, dokumentacja fotograficzna
Poznanie przez osoby zagrożone uzależnieniem od alkoholu alternatywnych form spędzania wolnego czasu, aktywizujących je i wpływających na poprawę stanu zdrowia	15 osób	Listy obecności, dzienniki zajęć, dokumentacja fotograficzna

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

Zadania realizowane we współpracy z Wydziałem Profilaktyki Uzależnień MCPS, obejmujące działania z zakresu profilaktyki uzależnień, w latach 2021-2022:  
 Lata 2020-2022 - dofinansowanie z MCPS - "Uwierz w siebie" - prowadzenie świetlicy środowiskowej dla 20 dzieci z rodzin zagrożonych wykluczeniem społecznym  
 Rok 2021 - dofinansowanie z MCPS - "NA WAKACJE PO UŚMIECH - KOLONIE PCK" - realizacja programu profilaktycznego dla 50 dzieci w trakcie kolonii  
 Rok 2021 - dofinansowanie z MCPS - "Uwierz w siebie", - prowadzenie świetlicy środowiskowej dla 20 dzieci, realizacja programu profilaktycznego mające go na celu przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym

Rok 2021 - dofinansowanie z MCPS - " Wrzuc Trzeźwy Bieg" - udział wzięło 60 osób z Klubu Aktywnej Integracji przy OR PCK w Ciechanowie - realizacja zajęć z zakresu bezpieczeństwa ruchu drogowego, profilaktyki alkoholowej i zdrowego trybu życia, organizacja profilaktycznego pikniku rodzinnego

Rok 2021 - dofinansowanie z MCPS - " Aktywni bez nałogów" - przeprowadzenie zajęć dot. profilaktyki uzależnień, w których udział wzięło 30 dzieci z terenu powiatu ciechanowskiego,

Rok 2021 - dofinansowanie z MCPS - " Młodzież bez uzależnień" udział wzięło 15 dzieci zagrożonych wykluczeniem społecznym z terenu powiatu ciechanowskiego, w zadaniu realizowano zajęcia dot. przeciwdziałania uzależnieniom i patologiom społecznym

Rok 2021- dofinansowanie z MCPS - " Na 100 % bez procentów" udział wzięło 20 dzieci i 26 osób z Klubu Integracji Społecznej, dla grupy 20 -osobowej zorganizowano edukacyjno-profilaktyczny wakacyjny wyjazd nad morze z programem profilaktycznym.

Rok 2022 - dofinansowanie z MCPS - "NA WAKACJE PO UŚMIECH - KOLONIE PCK" - realizacja programu profilaktycznego dla 50 dzieci w trakcie kolonii

Rok 2022 - dofinansowanie z MCPS - „Młodzi- świadomi zagrożeń wynikających z uzależnień” - realizacja programu profilaktycznego z zakresu profilaktyki selektywnej dla dzieci z rodzin zagrożonych uzależnieniem, obejmującego organizację półkolonii profilaktycznych, wyjazd kulturalno-sportowy, piknik integracyjno-profilaktyczny

Rok 2022 - dofinansowanie z MCPS - „Życ bez nałogu” -zadanie obejmujące organizację profilaktycznego pikniku rodzinnego, realizację programu profilaktycznego dla dzieci z rodzin zagrożonych przemocą w trakcie 7-dniowego wyjazdu, utworzenie w siedzibie OR PCK w Ciechanowie punktu konsultacyjnego dla osób i rodzin dotkniętych problemem alkoholowym i przemocą domową, przeprowadzenie rodzinnego spotkania andrzejkowego, promującego wspólną zabawę całych rodzin

Rok 2022 - dofinansowanie z MCPS -„Sztuka (nie) picia”- realizacja programu, skierowanego do osób z rodzin zagrożonych problemem alkoholowym, na rzecz przeciwdziałania nietrzeźwości na drogach, obejmująca piknik BRD, przeprowadzenie spotkań z ekspertem z dziedziny bezpieczeństwa w ruchu drogowym, policjantem, psychologiem, specjalistą do spraw uzależnień, warsztatów z I pomocy przedmedycznej

Rok 2022 - dofinansowanie z MCPS - "Seniorzy PCK świadomi zagrożeń wynikających ze spożywania alkoholu" - przeprowadzenie 12-godzinnego programu z zakresu profilaktyki alkoholowej dla seniorów, w trakcie 2-dniowego wyjazdu edukacyjno-aktywizującego

Rok 2022 - dofinansowanie z MCPS - „Na wakacje po uśmiech dla dzieci z Ukrainy” - organizacja kolonii dla dzieci z Ukrainy, które uciekły do polski przed rosyjską agresją

#### IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Przeprowadzenie zajęć z zakresu profilaktyki alkoholowej	1.500zł		
3.	Zakwaterowanie i wyżywienie uczestników	6.500zł		
4.	Transport	2.000zł		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10.000zł	10.000zł	0,00zł

## 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.

**KSIĘGOWA**

**DYREKTOR**

*Wanda Jarzębska*

*Bożena Podleńska*

Data 05.05.2023r.

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