

Urząd Marszałkowski
Województwa Śląskiego w Katowicach
Kancelaria ogólna
Generator eNGO
Suma kontrolna: a8d3 4414 9988 07ad e2b1 142e 3f1f 8061
13-11-2025
14949/25
Porańska

g. M. Milcz
JP

Urząd Marszałkowski
Województwa Śląskiego w Katowicach
Departament Nadzoru Podmiotów
Leczniczych i Ochrony Zdrowia
13-11-2025
E.4 p4/142
up

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 adresowana jest oferta	Zarząd Województwa Śląskiego
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	Działalności na rzecz osób niepełnosprawnych

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 email, numer telefonu	
Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe Gliwice 44-100 Gliwice Grottera 70 Forma prawna: stowarzyszenie KRS 0000255764	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Zdrowie bez barier			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	2025-11-26	Data zakończenia	2025-12-19

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

Realizowane będą zadania publiczne zapewniające: - skuteczną i dostępną profilaktykę i rehabilitację zdrowotną skierowaną do 20 osób z niepełnosprawnością oraz ich rodzin w wymiarze ok 50 h na terenie województwa śląskiego w siedzibie Wnioskodawcy w Gliwicach przy ul. Artura Grottgera 70.

Tematyka zajęć profilaktycznych – 50 godzin:

Moduł I. Zdrowie i dobrostan psychiczny (12 godzin)

Świadome dbanie o zdrowie psychiczne – rozpoznawanie emocji, stresu i jego wpływu na ciało.

Techniki relaksacji i redukcji napięcia – ćwiczenia oddechowe, uważność, elementy mindfulness.

Motywacja i poczucie własnej wartości – jak wzmacniać siebie i utrzymywać pozytywne nastawienie.

Budowanie odporności psychicznej – radzenie sobie w sytuacjach trudnych i zmianach życiowych.

Moduł II. Profilaktyka zdrowia fizycznego i stylu życia (14 godzin)

Zdrowe nawyki dnia codziennego – higiena, sen, ruch, odżywianie dostosowane do indywidualnych możliwości.

Aktywność fizyczna w praktyce – proste ćwiczenia usprawniające, stretching, elementy kinezyterapii.

Profilaktyka chorób cywilizacyjnych – cukrzyca, nadciśnienie, otyłość – jak zapobiegać i kontrolować.

Bezpieczeństwo i ergonomia w codziennym funkcjonowaniu – jak dbać o ciało, zapobiegać przeciążeniom i kontuzjom.

Moduł III. Rehabilitacja społeczna i integracja (10 godzin)

Komunikacja i współpraca w grupie – jak skutecznie porozumiewać się i budować relacje.

Trening umiejętności społecznych – asertywność, prośenie o pomoc, radzenie sobie z konfliktami.

Aktywne uczestnictwo w życiu społecznym i zawodowym – jak przełamywać bariery i wzmacniać niezależność.

Moduł IV. Edukacja prozdrowotna i samodzielność (14 godzin)

Świadome korzystanie z systemu opieki zdrowotnej – profilaktyka, badania kontrolne, prawa pacjenta.

Zdrowie a emocje – wpływ stresu, napięcia i relacji na kondycję fizyczną.

Planowanie zdrowego stylu życia – indywidualne cele zdrowotne i sposoby ich realizacji.

Podsumowanie i utrwalenie zdobytej wiedzy – refleksja, omówienie efektów, wspólne planowanie dalszych działań.

Łączny wymiar godzin:

50 godzin (np. 10 spotkań po 5 godzin)

Forma: warsztaty interaktywne, ćwiczenia praktyczne, miniwykłady, zajęcia ruchowe i relaksacyjne

Osoby z niepełnosprawnościami stanowią grupę społeczną szczególnie narażoną na różnorodne bariery utrudniające im pełne uczestnictwo w życiu społecznym, zawodowym i kulturalnym. Ograniczenia wynikające ze stanu zdrowia, obniżona sprawność fizyczna lub psychiczna, a także bariery komunikacyjne i architektoniczne często prowadzą do obniżenia jakości życia oraz poczucia izolacji. Wiele osób doświadcza także trudności w dostępie do usług zdrowotnych, rehabilitacyjnych i profilaktycznych, co dodatkowo pogłębia ich problemy zdrowotne i społeczne.

Ważnym wyzwaniem jest również sfera psychiczna – osoby z niepełnosprawnościami nierzadko zmagają się z obniżonym poczuciem własnej wartości, brakiem motywacji, stanami lękowymi czy trudnościami w radzeniu sobie ze stresem. Brak odpowiedniego wsparcia psychologicznego i społecznego może prowadzić do pogłębiania się bierności i wycofania z życia społecznego, a w konsekwencji – do marginalizacji i wykluczenia.

Działania profilaktyczne i rehabilitacyjne realizowane w ramach programu mają na celu przeciwdziałanie tym zjawiskom poprzez kompleksowe wsparcie uczestników – zarówno w zakresie zdrowia fizycznego, jak i psychicznego. W ramach zajęć uczestnicy uczą się, jak dbać o swoje zdrowie, rozwijają umiejętność samoregulacji emocji, zdobywają wiedzę o zdrowym stylu życia oraz wzmacniają poczucie sprawczości i samodzielności.

Realizacja takich działań przyczynia się do:

poprawy ogólnego samopoczucia i kondycji psychofizycznej osób z niepełnosprawnościami,

rozwijania kompetencji społecznych i komunikacyjnych,

zwiększenia motywacji do podejmowania aktywności zawodowej lub społecznej,

redukcji poczucia izolacji i wykluczenia,

a także do integracji uczestników ze środowiskiem lokalnym.

W dłuższej perspektywie działania te sprzyjają wyrównywaniu szans osób z niepełnosprawnościami, budowaniu ich niezależności oraz aktywnemu włączaniu w życie społeczne i zawodowe. Są one zgodne z założeniami „Wojewódzkiego Programu Dotyczącego Wyrównywania Szans Osób Niepełnosprawnych i Przeciwdziałania ich Wykluczeniu Społecznemu oraz Pomocy w Realizacji Zadań na rzecz Zatrudniania Osób Niepełnosprawnych na lata 2023–2027”, który podkreśla potrzebę prowadzenia działań wzmacniających zdrowie, dobrostan i integrację społeczną osób z niepełnosprawnościami.

Uczestnicy projektu to osoby:

- posiadające orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu lekkim, umiarkowanym lub znacznym,
- często doświadczające trudności w codziennym funkcjonowaniu, utrzymaniu aktywności życiowej i zawodowej,
- z ograniczonym dostępem do usług zdrowotnych, rehabilitacyjnych i psychologicznych,
- wymagające indywidualnego podejścia w zakresie budowania motywacji, rozwijania kompetencji społecznych i dbania o zdrowie,
- nierzadko borykające się z poczuciem izolacji społecznej, brakiem pewności siebie oraz ograniczonymi możliwościami uczestnictwa w życiu społecznym i zawodowym.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Wzrost świadomości i wiedzy prozdrowotnej uczestników	20 osób z niepełnosprawnościami	listy obecności, ankiety, zaświadczenia
Poprawa samopoczucia i kondycji psychofizycznej uczestników.	20 osób z niepełnosprawnościami	listy obecności, ankiety
Wzmocnienie samodzielności i integracji społecznej osób z niepełnosprawnościami.	20 osób z niepełnosprawnościami	listy obecności, ankiety, zaświadczenia

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

Stowarzyszenie w okresie od listopada do grudnia 2024 zrealizowało projekt "Śląskie przyjazne niepełnosprawnym II" pn. Jesteśmy widoczni dla 20 ON oraz obecnie realizuje w ramach tego samego działania projekt do 30.11.2025 r. pn. Jesteśmy widoczni II" z Urzędu Marszałkowskiego woj. Śląskiego.

Doświadczenie Wnioskodawcy przy realizacji zadań/projektów o podobnej tematyce (opis zadań/projektów realizowanych w okresie ostatnich dwóch lat ze wskazaniem, które z tych zadań/projektów realizowane były we współpracy z administracją publiczną). Wnioskodawca od początku swojej działalności podejmuje szereg działań, inicjatyw, projektu skierowanych w szczególności do ludzi młodych, do młodzieży szkolnej poprzez organizację kursów, szkoleń oraz prezentacji dla młodzieży szkolnej dotyczących zachowania bezpieczeństwa nad wodą i nie tylko. Wpajanie młodzieży pozytywnych zachowań w sytuacjach kryzysowych typu wypadek, katastrofa, zagrożenie życia. Stowarzyszenie WOPR posiada doświadczenie wieloletnie w zakresie różnych podejmowanych inicjatyw na terytorium powiatu gliwickiego m.in.:

1. Liczne Wykłady edukacyjne dla dzieci i młodzieży z zakresu pierwszej pomocy, zachowań nad wodą i ratownictwa wodnego.
- 2.WOPR Gliwice przeprowadził liczne szkolenia dla Policji i Straży Pożarnej z zakresu ratownictwa wodnego i bezpiecznego zachowania nad wodą.
- 3.Prowadzono specjalistyczne kursy pływania dla drużyny antyterrorystycznej Policji.
- 4.WOPR cyklicznie szkoli Wojsko Polskie.
- 5.WOPR wziął czynny udział i został nagrodzony odznaczeniami za męstwo i odwagę w powodzi 1997 roku, 2010 roku.
- 6.Ratownicy WOPR brali czynny udział w mistrzostwach Europy i Świata w ratownictwie wodnym.
- 7.W Gliwicach jako jedyny oddział WOPR w kraju powstała specjalna grupa pływania do pomocy Policji i Straży Pożarnej – biorąca udział w akcjach poszukiwawczych zwłok w akwenach wodnych.
8. Organizowanie mobilnych zespołów interwencyjnych zdolnych do działań w przypadku zagrożeń powszechnych, katastrof naturalnych i awarii technicznych

9. Organizowanie konferencji, sympozjów, szkoleń, kursów, wykładów i szkoleń z zakresu ratownictwa wodnego, Generator eNGO Suma kontrolna: a565 4b17 0a81 16c3 c6d5 35b0 4618 599d

Dz. U. z 2024 r. poz. 1491 z późn. zm. 6

umiejętności pływania, żeglarskich, motorowodnych, uprawiania pływania, pomocy przed medycznej i innych przydatnych w ratownictwie wodnym.

Od 2018 r. corocznie r. realizowała Projekty na zlecenie Prezydenta Miasta Gliwice dot. Wspierania i upowszechniania kultury fizycznej dla ok 1000 osób - młodzieży i dzieci w wieku 7-17 lat oraz dorosłych.

Zasoby kadrowe:

Wnioskodawca zakłada realizację projektu w oparciu o własne zasoby kadrowe oraz o zatrudnienie specjalistów i doradców. WOPR w Gliwicach posiada doświadczony personel, specjalistów, instruktorów z wieloletnim doświadczeniem prowadzących kursy ratownictwa, nurkowania czy zasad pierwszej pomocy. Ponadto personel zarządzający mający doświadczenie w zarządzaniu, koordynacji projektów oraz ich rozliczaniu. WOPR w Gliwicach działa od 2006 r. i posiada bogate zaplecze techniczne, sprzętowe, lokalowe oraz zasoby ludzkie do realizacji przedsięwzięć społecznych.

Zasoby rzeczowe:

Posiadane zasoby lokalowe, rzeczowe i techniczne wskazujące na możliwość realizacji zadania (należy opisać zaplecze techniczne jakie zostanie zaangażowane do realizacji zadania) Biuro Wnioskodawcy znajduje się w Gliwicach przy ul. Artura Grottgera 70. Posiadamy i na potrzeby projektu wykorzystamy niezbędny sprzęt komputerowy i biurowy tj. laptopy z oprogramowaniem, urządzenie wielofunkcyjne, drukarki itp., meble biurowe. Na potrzeby realizacji proj. będzie mógł być wykorzystany również samochód służbowy. Biuro projektu będzie w pełni dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami w zależności od rodzaju i stopnia niepełnosprawności. Zapleczem technicznym Wnioskodawcy jest także : Całoroczna baza sprzętowo – magazynowa , sala konferencyjno- wykładowa znajdująca się w siedzibie WOPR oraz baza sprzętowa przy akwie wodnym.

IV.Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Wynagrodzenie specjalistów prowadzących zajęcia	7 000,00 zł		
2	Materiały dydaktyczne i pomoce warsztatowe.	2 000,00 zł		
3	Wynajem sali / utrzymanie zaplecza lokalowego	1 000,00 zł		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00 zł	10 000,00 zł	0,00 zł

V. Oświadczenia**Oświadczam(my), że:**

1. proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta(-ów);
2. pobieranie świadczeń pieniężnych będzie się odbywać wyłącznie w ramach prowadzonej odpłatnej działalności pożytku publicznego;
3. oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ja)*/zalega(-ja)* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
4. oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ja)*/zalega(-ja)* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;
5. dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym*/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.

**Wodne Ochotnicze
Pogotowie Ratunkowe
GLIWICE**

44-100 Gliwice, ul. Grottgiera 70
tel./fax 0-32 231 47 61
NIP 6312495339, Regon 240382441

Data:

10.11.2025

Przypisy

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 2024 r. poz. 1491, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.