

Urząd Marszałkowski  
Województwa Śląskiego w Katowicach  
KANCELARIA OGÓLNA

wpl. dn.: 2014-01-10

zał. M. Dziwiła

Przekazano

Urząd Marszałkowski  
Województwa Śląskiego w Katowicach  
Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej

wpl. dn.: 10-01-2014

WZÓR

13.01.14 DM

Załączniki do rozporządzenia  
Ministra Pracy i Polityki Społecznej  
z dnia 15 grudnia (poz. 25)

Załącznik nr 1

OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

Urząd Marszałkowski  
Województwa Śląskiego w Katowicach  
Międzywydziałowy Zespół  
Zadaniowy w Bielsku-Białej

wpl. dn.: 09-01-2014

Nr sprawy rhp-001699114

Data i miejsce złożenia oferty  
(wypełnia organ administracji publicznej)

OFERTA

ORGANIZACJI POZARZĄDOWEJ (YCH)/PODMIOTU (ÓW), O KTÓRYM (YCH) MOWA W ART. 3  
UST. 3 USTAWY Z DNIA 24 KWIETNIA 2003 r. O DZIAŁALNOŚCI POŻYTKU PUBLICZNEGO  
I O WOLONTARIACIE (Dz. U. z 2010 r. Nr 234, poz. 1536)<sup>1)</sup>,  
REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

**Ochrona i promocja zdrowia psychicznego**  
(rodzaj zadania publicznego<sup>2)</sup>)  
Jedz by żyć a nie żyj by jeść !  
(tytuł zadania publicznego)

w okresie od 01.02.2014r. do 30.04.2014r.

W FORMIE  
POWIERDZENIA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO/WSPIERANIA REALIZACJI ZADANIA  
PUBLICZNEGO<sup>1)</sup>

PRZEZ

Zarząd Województwa Śląskiego

(organ administracji publicznej)

składana na podstawie przepisów działu II rozdziału 2 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r.  
o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie

I. Dane oferenta/offerentów<sup>1)</sup>

1) nazwa: Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”

2) forma prawna:<sup>2)</sup>

stowarzyszenie

fundacja

kościelna osoba prawna

kościelna jednostka organizacyjna

spółdzielnia socjalna

inna.....

3) numer w Krajowym Rejestrze Sądowym, w innym rejestrze lub ewidencji:<sup>3)</sup>

0000442932

4) data wpisu, rejestracji lub utworzenia:<sup>4)</sup> 05.12.2012 r.

5) nr NIP: 5472145381 nr REGON: 243128430

6) adres:

miejsowość: 43-300 Bielsko-Biała ul.: Piastowska 42/36

dzielnica lub inna jednostka pomocnicza:<sup>5)</sup> .....

gmina: Bielsko-Biała powiat:<sup>6)</sup> bielski

województwo: Śląskie

kod pocztowy: 43-300 poczta: Bielsko-Biała

7) tel.: 534 637 335 faks: -

e-mail: [stowarzyszenietwojezdrowie@vp.pl](mailto:stowarzyszenietwojezdrowie@vp.pl) <http://www.stowarzyszenietwojezdrowie.pl>

8) numer rachunku bankowego: 61 1020 1390 0000 6702 0472 1652

nazwa banku: PKO Bank Polski S.A.

9) nazwiska i imiona osób upoważnionych do reprezentowania oferenta/offerentów<sup>7)</sup>:

a) Kamińska Monika

b) Ewelina Pawlusiak

10) nazwa, adres i telefon kontaktowy jednostki organizacyjnej bezpośrednio wykonującej zadanie, o którym mowa w ofercie:<sup>8)</sup>

Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”, 43-300 Bielsko-Biala, ul. Piastowska 42/36 ; Tel 534 637 335

11) osoba upoważniona do składania wyjaśnień dotyczących oferty (imię i nazwisko oraz nr telefonu kontaktowego)

Monika Kamińska, Tel. 534 637 335

12) przedmiot działalności pożytku publicznego:

a) działalność nieodpłatna pożytku publicznego

W ramach nieodpłatnej działalności pożytku publicznego Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” podejmuje i wspiera działania w zakresie upowszechniania profilaktyki zdrowotnej oraz ochrony i promocji zdrowia. W tym celu zostały podjęte działania takie jak: opracowanie strategii promowania zdrowego stylu życia wśród młodzieży i osób starszych, wykłady i prelekcje dotyczące profilaktyki chorób cywilizacyjnych.

Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” podejmuje działania, związane z upowszechnianiem w społeczeństwie świadomości w zakresie zdrowego trybu życia oraz prawidłowego żywienia. Są to działania takie jak: konferencje, seminaria, szkolenia oraz warsztaty. Ich uczestnicy są edukowani przez członków Stowarzyszenia (prelegentów, panelistów) w obszarze zagrożeń dla zdrowia płynących z nieprawidłowych nawyków żywieniowych oraz chorób cywilizacyjnych, związanych żywnością.

b) działalność odpłatna pożytku publicznego

Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” w ramach odpłatnej działalności pożytku publicznego realizuje projekt pod nazwą „Czym skorupka za młodu nasiąknie...”. W ramach projektu prowadzony jest cykl spotkań z młodzieżą szkolną, w ramach których ich uczestnicy są w sposób adekwatny do ich wieku zapoznawani z tematyką żywienia: wpływu diety na organizm, możliwości uczenia się, uprawiania sportu, prawidłowego rozwoju. Koszty spotkań ponoszone są przez samorządy (placówki edukacyjne).

Osobną gałęzią działalności odpłatnej są indywidualne konsultacje zainteresowanych osób, w zakresie programów zdrowego żywienia.

13) jeżeli oferent /oferenci<sup>1)</sup> prowadzi /prowadzą<sup>1)</sup> działalność gospodarczą:

a) numer wpisu do rejestru przedsiębiorców: **Nie dotyczy**

b) przedmiot działalności gospodarczej

Nie dotyczy

II. Informacja o sposobie reprezentacji oferentów wobec organu administracji publicznej wraz z przytoczeniem podstawy prawnej<sup>10)</sup>

Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” jest reprezentowane przez Zarząd, składający się z Prezesa oraz Wiceprezesa. OŚWIADCZENIE WOLI W IMIENIU STOWARZYSZENIA MOŻE SKŁADAĆ KAŻDY Z CZŁONKÓW ZARZĄDU JEDNOOSOBOWO. Na chwilę obecną (II kw. 2013 r.) Zarząd Stowarzyszenia nie ustanowił Prokurenta, ani Pełnomocnika.

### III. Szczegółowy zakres rzeczowy zadania publicznego proponowanego do realizacji

#### I. Krótka charakterystyka zadania publicznego

Przedmiotem zadania publicznego, którego realizację pragnie zaproponować Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” jest efektywna promocja zdrowia psychicznego oraz dobrej kondycji psychicznej w grupie docelowej – wśród mieszkańców Województwa Śląskiego. Na podstawie swoich dotychczasowych doświadczeń oraz zrealizowanych już przedsięwzięć z przedmiotowego zakresu Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” chce wskazać na wyraźne, naukowo już potwierdzone powiązanie zdrowia i dobrej kondycji fizycznej z szeroko rozumianym zdrowiem psychicznym. Realizując zadanie publiczne Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” zamierza uświadomić wpływ nawyków żywieniowych na ogólną kondycję psychofizyczną człowieka i utrwalić wiedzę oraz informacje, związane ze zdrowym żywieniem. Poprzez wdrażanie metody “małych kroków” pragniemy wzbudzić motywację i poszerzyć świadomość dotyczącą zdrowego stylu życia, a także rozwinąć umiejętność samodzielnego komponowania optymalnego jadłospisu by w ten sposób zaszczerpić i utrwalić zdrowe nawyki żywieniowe.

Z punktu widzenia specjalistów dietetyków, psychologów, lekarzy współpracujących ze Stowarzyszeniem „Twoje Zdrowie” nawyki te są podstawą oraz warunkiem brzegowym prawidłowego funkcjonowania organizmu, zarówno w obszarze fizjologicznym, jak i szeroko pojętego zdrowia psychicznego obejmującego sferę emocji, samooceny i relacji interpersonalnych. Postrzeganie i odczuwanie siebie na poziomie fizycznym wpływa na ogólne samopoczucie, samoocenę, podejmowane działania oraz jakość i częstotliwość kontaktów interpersonalnych.

Nie sposób osiągnąć stanu równowagi psychicznej u człowieka nękanego schorzeniami natury fizycznej. Zarówno bowiem nadwaga, otyłość, jak i anoreksja oraz bulimia prowadzą do licznych, nasilających się coraz bardziej uciążliwych zaburzeń – postrzegania samego siebie, nastroju, samoakceptacji, funkcjonowania w grupie rówieśniczej, miejscu pracy, etc. Wiedza, umiejętności i nawyki żywieniowe przekazane zostaną uczestnikom spotkań, organizowanych w ramach realizacji zadania w formie cyklicznych szkoleń teoretycznych i warsztatów.

Projekt przedstawiony przez Stowarzyszenie Twoje Zdrowie jest zgodny z Narodowym Programem Ochrony Zdrowia Psychicznego w szczególności jego częścią za którą jest odpowiedzialny Minister właściwy do spraw oświaty i wychowania.

odpowiedzialny Minister właściwy do spraw oświaty i wychowania.

Cel główny I: promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym

Cel szczegółowy:

1.1. upowszechnienie wiedzy na temat zdrowia psychicznego, kształtowanie zachowań i stylów życia korzystnych dla zdrowia psychicznego, rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach zagrażających zdrowiu psychicznemu.

## 2. Opis potrzeb wskazujących na konieczność wykonania zadania publicznego, opis ich przyczyn oraz skutków

Na potrzebę przeprowadzenia proponowanego przez Stowarzyszenia „Twoje Zdrowie” zadania wskazuje zły oraz pogarszający się wraz z upływem czasu stan zdrowia psychicznego mieszkańców regionu. Jego dowodem jest wzrastający odsetek osób, kwalifikowanych jako zaburzone, źle funkcjonujące w swojej grupie rówieśniczej, miejscu pracy, szkole, etc. Jedną z przyczyn tego stanu rzeczy są m.in. złe, nieprawidłowe, w licznych przypadkach naganne wręcz nawyki żywieniowe, które przekładają się na zły wygląd zewnętrzny oraz zły stan zdrowia fizycznego. Polskie dzieci tyją najszybciej w Europie - wynika z najnowszego raportu organizacji UNICEF. W ciągu dekady w Polsce liczba dzieci z nadwagą się podwoiła. Do tego dzieci są niezadowolone z życia. Pod tym względem Polska plasuje się na 28 miejscu z 29 przebadanych państw. W Polsce aż 17% dzieci w wieku 11, 13 i 15 lat ma nadwagę. To dwukrotnie więcej niż dwa lata temu - wynika z opracowanego przez UNICEF raportu "Warunki i jakość życia w państwach rozwiniętych". Tak duży wzrost tego współczynnika nie wystąpił w żadnym innym z 29 przebadanych przez UNICEF państw. Polska, nie znajduje się jeszcze co prawda w sytuacji Stanów Zjednoczonych, gdzie blisko 30% dzieci ma nadwagę, ale też do Holandii, gdzie problemy z wagą ma tylko około 8 % dzieci co UNICEF Polska.

W Polsce jest około 9 mln dzieci i młodzieży w wieku do lat 18 – ocenia się, że co najmniej 10% (900 tys.) z nich wymaga opieki i pomocy psychiatryczno-psychologicznej. W roku 2004 z opieki poradni zdrowia psychicznego korzystało jedynie ok. 129 tys. z nich, a z opieki szpitalnej ok. 12 tysięcy. Badania populacyjne przeprowadzane w wielu miejscach Polski sugerują znaczną częstość różnych problemów zdrowia psychicznego, wyraźnie przekraczającą rozmiar zgłaszalności zarejestrowanej w placówkach – np. częstość zaburzeń depresyjno-lękowych sięga w badaniach krakowskich 25-28% dzieci w wieku 10-17 lat, częstość zaburzeń odżywiania 12% w populacji dziewcząt w wieku 13-17 lat. Problemem silnie rzutującym na późniejsze życie i ryzyko zdrowotne jest też w grupie dzieci i młodzieży inicjacja używania i nadużywania substancji psychoaktywnych (tytoń, alkohol, narkotyki).

Promocja zdrowia psychicznego, czyli upowszechnianie zdrowych stylów życia, oraz zapobieganie jego zagrożeniom w całej populacji oraz w grupach społecznych o szczególnym ryzyku powstawania problemów i zaburzeń psychicznych - są najtańszymi metodami zahamowania tych tendencji.

Zasadne jest też oczekiwanie, że wdrożenie programu ochrony zdrowia psychicznego wpłynie na poprawę poziomu ogólnego zdrowia Polaków, zgodnie z lapidarnym hasłem WHO, że „nie ma zdrowia bez zdrowia psychicznego”. Wiadomo bowiem, że czynniki psychiczne grają istotną rolę w rozwoju i przebiegu wielu chorób somatycznych takich jak np. choroba wieńcowa i nadciśnienie.

### 3. Opis grup adresatów zadania publicznego

Grupą docelową, do której zostanie zaadresowane zadanie, realizowane przez Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” są mieszkańcy Woj. Śląskiego – osoby dotknięte problemem nadwagi lub otyłości oraz znajdujące w się w grupie obarczonej ryzykiem. Grupa ta została przez Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” wybrana z wielu względów. Przede wszystkim istnieje uzasadniona potrzeba wspierania zdrowia psychicznego współczesnego społeczeństwa zagrożonego plagą otyłości oraz przekazywania im właściwych wzorców postępowania – mających za zadanie zbudowanie równowagi między zdrowiem psychicznym, a fizycznym i motywacji do kultywowania zdrowego stylu życia. Oprócz tego, jak wynika z dotychczasowych doświadczeń Stowarzyszenia grupa ta wykazuje duże zainteresowanie tematyką zdrowego, prawidłowego żywienia i jego wpływu na funkcjonowanie w środowisku. Co istotne jest to także grupa dotknięta w negatywny sposób problematyką zadania – w jej skład wchodzi duży odsetek osób z nadwagą, otyłych, w niekontrolowany sposób przybierających na wadze, a także eksperymentujących z różnymi, najczęściej szkodliwymi metodami odchudzania i kontrolowania masy ciała – poprzez stosowanie niefizjologicznych diet. Niezwykle ważnym aspektem wyboru tej grupy docelowej jest także fakt, iż odpowiednio wczesne zaszczepienie i utrwalenie zdrowych, prawidłowych nawyków żywieniowych skutkuje ich utrzymywaniem i stosowaniem przez długi czas (daje zatem trwale, najlepsze rezultaty), co w konsekwencji przekłada się na utrzymanie zdrowia psychicznego na satysfakcjonującym poziomie.

Badacze do tej pory nie ustalili jednoznacznej odpowiedzi na pytanie, czy to otyłość warunkuje powstawanie zaburzeń psychicznych, czy to raczej one warunkują tycie? Najprawdopodobniej wpływ jest obustronny, wskazuje się na dwukierunkowe zależności. Mimo to, powstaje wiele hipotez dotyczących tego związku. Niektórzy twierdzą, że obecność zbyt dużej ilości tkanki tłuszczowej w naszym organizmie wpływa na działanie układu hormonalnego i neurohormonalnego, przyczyniając się tym samym do powstawania procesów zapalnych, mogących mieć związek na przykład z uaktywnieniem się depresji. Takie podejście traktuje choroby psychiczne jako pochodne otyłości. Z drugiej strony, wskazuje się też na wpływ

zaburzeń psychicznych na rozwój nadwagi. Bardzo istotną rolę odgrywają tu leki, które często prowadzą do nagromadzenia zbędnych kilogramów. Działają tak zwłaszcza substancje antypsychotyczne, podawane w chorobach takich jak schizofrenia. W tym przypadku istnieje też drugi czynnik ryzyka – chorzy cierpiący na to zaburzenie rezygnują z aktywności fizycznej, co dodatkowo może wzmagać odkładanie się tkanki tłuszczowej. W takim przypadku warto więc zadbać o odpowiednią dietę i zapewnić choremu aktywny tryb życia. Wygląd zewnętrzny odbiegający od normy i wzorców prezentowanych w mediach lub obserwowanych w środowisku lokalnym może prowadzić do stygmatyzacji i negatywnego naznaczenia jednostki co niejednokrotnie skutkuje obniżeniem poczucia własnej wartości, wytworzeniem negatywnego obrazu siebie, tendencją do działań aspołecznych lub nawet społecznej izolacji.

Z akcji przeprowadzonych przez Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” w Szkołach Podstawowych, Gimnazjach, Liceach a także w Domach Kultury jasno wynika ogromna potrzeba wspierania i edukowania rodzin dotkniętych problemem nadwagi i otyłości.

Przyczyn otyłości jest wiele. Może ona mieć zarówno podłoże biologiczne (genetyczna skłonności, zaburzenia metabolizmu) jak cywilizacyjne (siedzący tryb życia, zła dieta fast-foody). Dodatkowym czynnikiem „dziedziczenia nadwagi” mogą być złe wzorce i nawyki żywieniowe przekazywane z pokolenia na pokolenia.

Na pewno należy w tym obszarze edukować rodziców i same dzieci, a także otoczenie wychowawcze i szkolne. Uświadamiać im jak bardzo ważny jest ruch, zdrowe racjonalne odżywianie, uczyć rozładowywania napięć, stresów i lęków w inny sposób niż przez jedzenie czekoladowych batoników. Uważamy, że należy wspierać rodziny w tym jak kompleksowo radzić sobie z nadwagą, motywować do uprawiania sportu, szukać rozwiązań zamiast skupiać się na trudnościach i nadwadze – lepiej działać, edukować, pokazywać możliwości i zachęcać do prozdrowotnych wyborów. Warto w tym celu korzystać z proaktywnych metod: coaching zdrowia i diety, kaizen, coaching grupowy, praca z ciałem, choreoterapia.

Pamiętajmy, że w kształtowaniu osobowości najważniejszy jest charakter i poczucie własnej wartości, których nie mierzy się w kilogramach. Zdrową osobowość buduje się nie tylko na bazie predyspozycji genetycznych ale podejmowanych codziennie decyzji i kształtowanych nawyków. Na rozwój w 50% wpływają geny, pozostałe 50% to oddziaływanie środowiska i działalność własna jednostki. Dlatego tak ważne jest zwiększanie świadomości i motywacji ludzi w obszarze wpływania na własne zdrowie. Można to zrobić właśnie poprzez stwarzanie im okazji uczestniczenia w indywidualnych i grupowych formach edukacyjnych i treningowych.

4. Uzasadnienie potrzeby dofinansowania z dotacji inwestycji związanych z realizacją zadania publicznego, w szczególności ze wskazaniem w jaki sposób przyczyni się to do podwyższenia standardu realizacji zadania.<sup>11)</sup>

Potrzeba dofinansowania kosztów, związanych z realizacją zadania, proponowanego przez Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” wynika z faktu, iż przeprowadzenie działań, w ramach zadania jest nierozdzielnie związane z koniecznością poniesienia wydatków merytorycznych oraz kosztów administracyjnych. Są to koszty: osobowe (prelegenci, specjaliści, eksperci ds. dietetyki), koszty szkoleń (opracowanie oraz druk materiałów szkoleniowych), koszty promocji (druk oraz kolportaż materiałów promocyjnych). Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” dysponuje ograniczonymi środkami i nie są w stanie samodzielnie sfinansować całości zakresu proponowanego zadania publicznego. Uzyskane wsparcie przeznaczone zostanie na pokrycie niezbędnych kosztów pracy wysokiej klasy specjalistów, m.in. ekspertów mających dobry kontakt z grupą docelową, psychologów, dietetyków, których udział w zadaniu bez wątpienia zagwarantuje mu szczególnie wysoką, atrakcyjną jakość. Podobnie w zakresie materiałów szkoleniowych, uzyskane środki zostaną zaangażowane w proces opracowania oraz druku atrakcyjnych, przystępnych, aktualnych i profesjonalnych materiałów szkoleniowych, które pomogą uczestnikom szkoleń ugruntować i usystematyzować przekazaną im wiedzę.

5. Informacja, czy w ciągu ostatnich 5 lat oferent/oferenci<sup>1)</sup> otrzymał/otrzymali<sup>1)</sup> dotację na dofinansowanie inwestycji związanych z realizacją zadania publicznego z podaniem inwestycji, które zostały dofinansowane, organu który udzielił dofinansowania oraz daty otrzymania dotacji.<sup>11)</sup>

Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” otrzymało dotację w wyniku konkursu Województwa Śląskiego na realizację zadania publicznego pn. „Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym” w kwocie 14 310 zł.

A także na zadanie publiczne pod nazwą „W zdrowym ciele chęci i pomysłów wiele „ w kwocie 10 000 zł.

6. Zakładane cele realizacji zadania publicznego oraz sposób ich realizacji

Ogólnym celem zadania, którego realizację proponuje Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie” jest kształtowanie oraz utrwalanie wśród przedstawicieli z grupy docelowej zachowań, stylów życia i przekonań, które są korzystne dla zdrowia psychicznego. Cel ten zostanie zrealizowany poprzez



skuteczne dotarcie do grupy docelowej (we współpracy z placówkami edukacyjnymi), objęcie grupy docelowej cyklem prelekcji, dotyczących problematyki prawidłowego odżywiania, które bezpośrednio wpływa na utrzymanie prawidłowego funkcjonowania procesów psychicznych. W ramach projektu planuje się dotarcie (podczas prelekcji) do osób, które są zagrożone negatywnymi i groźnymi konsekwencjami nieprawidłowego stylu życia oraz zapewnienie im efektywnego wsparcia – konsultacji, szkoleń warsztatowych i cyklicznych grup spotkaniowych, etc., dotyczy to każdego z członków rodziny. Rezultatem wsparcia będzie: uświadomienie przedstawicielom grupy docelowej konieczności prawidłowego żywienia (z punktu widzenia funkcjonowania w codziennym świecie, nauki, rozwoju, nawiązywania kontaktów, profilaktyki), eliminacji złych nawyków oraz aktywności fizycznej. Oddziaływanie zrealizowanego zadania polegać będzie na ograniczeniu odsetka osób nieprawidłowo żywiących się i zagrożonych tym samym: otyłością, cukrzycą, miażdżycą osteoporozą, chorobami układu krążenia, krwionośnego, oddechowego oraz w konsekwencji zaburzeniami psychicznymi. Wymiernym rezultatem projektu będzie zwiększenie wiedzy o związku prawidłowego odżywiania i zdrowia psychicznego wśród 200 osób biorących udział w projekcie.

#### 7. Miejsce realizacji zadania publicznego

Miejscem realizacji opisywanego zadania publicznego będzie: województwo śląskie. Członkowie Stowarzyszenia, na etapie realizacji zadania, dokonają wyboru placówek z którymi nawiązana zostanie współpraca. Z ich przedstawicielami zostaną uzgodnione terminy prowadzenia zajęć, spotkań, warsztatów w których będą brali udział odbiorcy projektu.

#### 8. Opis poszczególnych działań w zakresie realizacji zadania publicznego<sup>12)</sup>

W zakresie realizacji opisywanego zadania publicznego zostaną przez Stowarzyszenie podjęte i zrealizowane następujące zadania:

1. Wybór placówek współpracujących w realizacji zadania.
2. Opracowanie programu prelekcji, szkoleń, warsztatów.
3. Opracowanie materiałów dydaktycznych, wykorzystywanych podczas zajęć z grupą docelową.
4. Realizacja cyklu spotkań z grupą docelową:
  - a) Spotkań pilotażowych – ogólnych.
  - b) Szkoleń szczegółowych.
  - c) Warsztatów praktycznych, zapewniających uczestnikom umiejętności samodzielnego

komponowania jadłospisu.

5. Spotkania z osobami biorącymi udział w projekcie i przekazywanie im wiedzy na temat wpływu odżywiania na zdrowie psychiczne.
6. Opracowanie szczegółowego sprawozdania z realizacji zadania – Raportu „Nawyki żywieniowe śląskiej rodziny oraz ich wpływ na zdrowie psychiczne”,
7. Organizacja konferencji, promującej zadanie wśród przedstawicieli lokalnych i regionalnych organizacji pozarządowych,
8. Monitoring, sprawozdawczość, kontrola efektywności działań w ramach realizacji zadania.

Zadanie publiczne realizowane w okresie od: 01.02.2014 do: 30.04.2014

Poszczególne działania w zakresie realizowanego zadania publicznego <sup>14)</sup>	Terminy realizacji poszczególnych Działań	Oferent lub inny podmiot odpowiedzialny za działanie w zakresie realizowanego zadania publicznego
Wybór placówek – kluczowych partnerów w realizacji zadania,	02 2014	Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”
Opracowanie programu prelekcji, szkoleń, warsztatów,	02 2014	Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”
Opracowanie materiałów dydaktycznych,	02.2014	Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”
Realizacja cyklu spotkań z grupą docelową:		
Spotkań pilotażowych – ogólnych,		
Szkoleń szczegółowych,	02 – 04 2014	Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”
Warsztatów praktycznych,	02 – 04 2014	
Realizacja cyklu spotkań z członkami rodzin.	02 – 04 2014	Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”
	02– 04 2014	Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”
Opracowanie szczegółowego sprawozdania z realizacji zadania – Raportu „Nawyki żywieniowe śląskiej rodziny oraz ich wpływ na zdrowie psychiczne”,	02 – 04 2014	Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”
Organizacja konferencji, podsumowującej zadanie		
Monitoring, sprawozdawczość, kontrola efektywności działań w ramach realizacji zadania.	04 2014	Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”
	02 2014 – 04.2014	Stowarzyszenie „Twoje Zdrowie”

9.  
Harm  
onogr  
am<sup>13)</sup>

#### 10. Zakładane rezultaty realizacji zadania publicznego<sup>15)</sup>

Wśród oczekiwanych rezultatów zadania wymienić należy:

1. Zwiększenie świadomości wśród przedstawicieli grupy docelowej o roli, jaką odgrywają prawidłowe nawyki żywieniowe oraz aktywność fizyczna, na zdrowie psychiczne.
2. Zmniejszenie liczebności osób w grupie docelowej, które: utrzymują nieprawidłowe, naganne wręcz nawyki żywieniowe (nie jedzą śniadań, spożywają kaloryczne i tłuste przekąski zamiast 2-gich śniadań czy obiadów, spożywają w dużych ilościach gazowane, słodzone i sztucznie barwione napoje, przeznaczają pieniądze na fast food (hot dogi, hamburgery, pizze, mini pizze, zapiekanki, frytki),
3. Spopularyzowanie prawidłowych nawyków żywieniowych i ich utrwalenie w grupie docelowej co wpływa na poprawę zdrowia psychicznego (spożywanie 5-ciu posiłków dziennie, spożywanie owoców, warzyw, picie wody, spożywanie ryb, aktywność fizyczna, etc.).
4. Popularyzacja sportu jako czynnika usprawniającego psychiczne funkcjonowanie w środowisku szkolnym.
5. Upowszechnienie szeroko rozumianej wiedzy o organizmie człowieka, jego fizjologii, funkcjonowaniu, potrzebach psychicznych, etc.

Oddziaływanie opisanych rezultatów będzie:

1. Poprawa stanu zdrowia, w tym zdrowia psychicznego odbiorców projektu (akceptacji własnego wyglądu, redukcja stresu, ułatwienie nawiązywania kontaktów w grupie, poprawa jakości funkcjonowania w grupie, wzbudzenie postawy proaktywnej, etc.).
2. Poprawa osiągania celów i zamierzeń wśród grupy docelowej, wzrost osobistej efektywności, poprzez zwiększenie świadomości o swoim zdrowiu.
3. Umożliwienie harmonijnego rozwoju osobom z grupy docelowej, poprzez pełne zaspokojenie ich potrzeb niższego rzędu (ustabilizowanie masy ciała, uzyskanie satysfakcjonującego wyglądu).
4. Ograniczenie ilości przypadków, w których osoby z grupy docelowej podejmują irracjonalne, groźne społecznie zachowania, powodowane frustracją, wynikającą z braku akceptacji samych siebie, swojego wyglądu, kondycji i innych ograniczeń.

IV. Kalkulacja przewidywanych kosztów realizacji zadania publicznego

I. Kosztorys ze względu na rodzaj kosztów:

Lp.	Rodzaj kosztów <sup>16)</sup>	Il. osób	Koszt jednostkowy (w zł)	Rodzaj miary	Koszt całkowity (w zł)	z tego do pokrycia z wnioskowej dotacji (w zł)	z tego z finansowych środków własnych, środków z innych źródeł, w tym wpłat i opłat adresatów zadania publicznego <sup>17)</sup> (w zł)	Koszt do pokrycia z wkładu osobowego, w tym pracy społecznej członków i świadczeń wolontariuszy (w zł)
I	Koszty merytoryczne <sup>18)</sup> po stronie ... (nazwa Oferenta) <sup>19)</sup> ; I. Koszty osobowe							
	a) Dietetyk – umowa o dzieło	80	100	godz.	8 000	7 000	0	1 000
	b) Psycholog – umowa o dzieło	20	100	godz.	2 000	1 000	0	1 000
	c) Koordynator – umowa zlecenie	20	100	godz.	2 000	1 500	0	500

II	Koszty obsługi <sup>20)</sup> zadania publicznego, w tym koszty administracyjne po stronie ... (nazwa Oferenta) <sup>19)</sup> ; Koszty osobowe Księgowa – umowa zlecenie	6	50	godzina	300	300	0	0
III	Inne koszty, w tym koszty wyposażenia i promocji po stronie ... (nazwa Oferenta) <sup>19)</sup> ; Koszty promocji przedsięwzięcia 3) Koszty zakup materiałów niezbędnych do wykonania zadania 3a) Papier flipchart, flamastry, papier kolorowy, nożyczki, etc. (komplet)	1	200	komplet	200	200	0	0
I V	Ogółem:				12 500	10 000	0	2 500

## 2. Przewidywane źródła finansowania zadania publicznego

1	Wnioskowana kwota dotacji	10 000 zł	80 %
2	Środki finansowe własne <sup>21)</sup>		.....%

		..... zł	
3	Środki finansowe z innych źródeł ogółem (środki finansowe wymienione w pkt. 3.1-3.3) <sup>1)</sup>	..... zł	.....%
3.1	wpłaty i opłaty adresatów zadania publicznego <sup>1)</sup>	..... zł	.....%
3.2	środki finansowe z innych źródeł publicznych (w szczególności: dotacje z budżetu państwa lub budżetu jednostki samorządu terytorialnego, funduszy celowych, środki z funduszy strukturalnych) <sup>1)</sup>	..... zł	.....%
3.3	pozostałe <sup>1)</sup>	..... zł	.....%
4	Wkład osobowy (w tym świadczenia wolontariuszy i praca społeczna członków)	2 500 zł	20%
5	Ogółem (środki wymienione w pkt 1- 4)	12 500 zł	100%

### 3. Finansowe środki z innych źródeł publicznych<sup>2)</sup>

Nazwa organu administracji publicznej lub innej jednostki sektora finansów publicznych	Kwota środków (w zł)	Informacja o tym, czy wniosek (oferta) o przyznanie środków został (-a) rozpatrzony(-a) pozytywnie, czy też nie został(-a) jeszcze rozpatrzony(-a)	Termin rozpatrzenia – w przypadku wniosków (ofert) nierozpatrzonych do czasu złożenia niniejszej oferty
Nie dotyczy	0.00	TAK/NIE <sup>1)</sup>	Nie dotyczy
Nie dotyczy	0.00	TAK/NIE <sup>1)</sup>	Nie dotyczy
Nie dotyczy	0.00	TAK/NIE <sup>1)</sup>	Nie dotyczy
Nie dotyczy	0.00	TAK/NIE <sup>1)</sup>	Nie dotyczy

Uwagi, które mogą mieć znaczenie przy ocenie kosztorysu:

.....

.....

.....

## V. Inne wybrane informacje dotyczące zadania publicznego

### 1. Zasoby kadrowe przewidywane do wykorzystania przy realizacji zadania publicznego<sup>234</sup>

Wśród zasobów kadrowych oferenta, które są przewidziane do realizacji przedmiotowego zadania wymieni należy: Specjalistów ds. żywienia 3 os., Specjalistę ds. rozliczeń – Księgowy – 1 os., Koordynatora projektu.

### 2. Zasoby rzeczowe oferenta/oferentów<sup>1)</sup> przewidywane do wykorzystania przy realizacji zadania<sup>234</sup>

Wśród zasobów rzeczowych oferenta, przewidzianych do realizacji zadania publicznego wymieni należy: bibliotekę specjalistyczną, specjalistyczne urządzenia diagnostyczne – analizator składu ciała oraz zaplecze lokalowe – biuro projektu.

### 3. Dotychczasowe doświadczenia w realizacji zadań publicznych podobnego rodzaju (ze wskazaniem, które z tych zadań realizowane były we współpracy z administracją publiczną).

Projekt „Promocja zdrowia psychicznego i zapobieganie zaburzeniom psychicznym” oraz „W zdrowym ciele chęci i pomysłów wiele” – wstępna weryfikacja zapotrzebowania na formę rozszerzoną przedsięwzięcia – zajęcia z młodzieżą dotyczące problematyki zdrowego, prawidłowego żywienia.

### 4. Informacja, czy oferent/oferenci<sup>1)</sup> przewiduje(-ą) zlecać realizację zadania publicznego w trybie, o którym mowa w art. 16 ust. 7 ustawy dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie

Nie dotyczy. Z uwagi na posiadane zaplecze – przede wszystkim kadrowe oferent ogół zadań merytorycznych, przewidzianych w opisanym projekcie podejmie i zrealizuje samodzielnie, z zaniechaniem ich zlecenia innym podmiotom czy instytucjom. Powyższe nie dotyczy druku materiałów poligraficznych – szkoleniowych i konferencyjnych. Zostanie to powierzone wykonawcy, wybranemu na podstawie porównania zebranych, konkurencyjnych względem siebie ofert.

Oświadczam (-y), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne w całości mieści się w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta/oferentów<sup>1)</sup>;
- 2) w ramach składanej oferty przewidujemy pobieranie/niepobieranie<sup>1)</sup> opłat od adresatów zadania;
- 3) oferent/oferenci<sup>1)</sup> jest/są<sup>1)</sup> związany(-ni) niniejszą ofertą do dnia: 30.06.2014 r.;
- 4) w zakresie związanym z otwartym konkursem ofert, w tym z gromadzeniem, przetwarzaniem i przekazywaniem danych osobowych, a także wprowadzaniem ich do systemów informatycznych, osoby, których te dane dotyczą, złożyły stosowne oświadczenia zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926, z późn. zm.);

- 5) oferent/ofereci<sup>1)</sup> składający niniejszą ofertę nie zalega z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych/składek na ubezpieczenia społeczne<sup>1)</sup>;
- 6) dane określone w części I niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym/właściwą ewidencją<sup>1)</sup>;
- 7) wszystkie podane w ofercie oraz załącznikach informacje są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym.

Stowarzyszenie "Twoje Zdrowie"  
 43-300 BIELSKO-BIAŁA  
 ul. Piastowska 42/36, tel. 534 637 335  
 KRS 0000412932  
 REGON 243126430 NIP 5472145381  
 PKO Bank Polski SA  
 61 1020 1390 0060 6702 0472 1652

PREZES ZARZĄDU

Monika Kamińska

(podpis osoby upoważnionej  
 lub podpisy osób upoważnionych  
 do składania oświadczeń woli w imieniu  
 oferenta/oferentów<sup>1)</sup>)

Data: 09.01.2014 r.

Załączniki:

1. Kopia aktualnego odpisu z Krajowego Rejestru Sądowego, innego rejestru lub ewidencji<sup>2)</sup>
2. W przypadku wyboru innego sposobu reprezentacji podmiotów składających ofertę wspólną niż wynikający z Krajowego Rejestru Sądowego lub innego właściwego rejestru - dokument potwierdzający upoważnienie do działania w imieniu oferenta(-ów).

Poświadczenie złożenia oferty<sup>25)</sup>

Adnotacje urzędowe<sup>25)</sup>

<sup>1)</sup> Niepotrzebne skreślić.

<sup>2)</sup> Rodzajem zadania jest jedno lub więcej zadań publicznych określonych w art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

<sup>3)</sup> Każdy z oferentów składających ofertę wspólną przedstawia swoje dane. Kolejni oferenci dołączają właściwe pola.

<sup>4)</sup> Forma prawna oznacza formę działalności organizacji pozarządowej, podmiotu, jednostki organizacyjnej określonej na podstawie obowiązujących przepisów, w szczególności stowarzyszenie i fundacje, osoby prawne



pożytku publicznego, uczniowskie kluby sportowe, ochotnicze straże pożarne oraz inne. Należy zaznaczyć odpowiednią formę lub wpisać inną.

<sup>5)</sup> Podać nazwę właściwego rejestru lub ewidencji.

<sup>6)</sup> W zależności od tego, w jaki sposób organizacja lub podmiot powstał.

<sup>7)</sup> Osiedle, sołectwo lub inna jednostka pomocnicza. Wypełnienie nie obowiązkowe. Należy wypełnić jeżeli zadanie publiczne proponowane do realizacji ma być realizowane w obrębie danej jednostki.

<sup>8)</sup> Nie wypełniać w przypadku miasta stołecznego Warszawy.

<sup>9)</sup> Dotyczy oddziałów terenowych, placówek i innych jednostek organizacyjnych oferenta. Należy wypełnić jeśli zadanie ma być realizowane w obrębie danej jednostki organizacyjnej.

<sup>10)</sup> Należy określić czy podstawą są zasady określone w statucie, pełnomocnictwo, prokura czy też inna podstawa. Dotyczy tylko oferty wspólnej.

<sup>11)</sup> Wypełnić tylko w przypadku ubiegania się o dofinansowanie inwestycji.

<sup>12)</sup> Opis musi być spójny z harmonogramem i kosztorysem. W przypadku oferty wspólnej – należy wskazać dokładny podział działań w ramach realizacji zadania publicznego między składającymi ofertę wspólną.

<sup>13)</sup> W harmonogramie należy podać terminy rozpoczęcia i zakończenia poszczególnych działań oraz liczbowe określenie skali działań planowanych przy realizacji zadania publicznego (tzn. miar adekwatnych dla danego zadania publicznego, np. liczba świadczeń udzielanych tygodniowo, miesięcznie, liczba adresatów).

<sup>14)</sup> Opis zgodny z kosztorysem.

<sup>15)</sup> Należy opisać zakładane rezultaty zadania publicznego – czy będą trwałe oraz w jakim stopniu realizacja zadania przyczyni się do rozwiązania problemu społecznego lub złagodzi jego negatywne skutki.

<sup>16)</sup> Należy uwzględnić wszystkie planowane koszty, w szczególności zakupu usług, zakupu rzeczy, wynagrodzeń.

<sup>17)</sup> Dotyczy jedynie wspierania zadania publicznego.

<sup>18)</sup> Należy wpisać koszty bezpośrednio związane z celem realizowanego zadania publicznego.

<sup>19)</sup> W przypadku oferty wspólnej kolejni oferenci dołączają do tabeli informację o swoich kosztach.

<sup>20)</sup> Należy wpisać koszty związane z obsługą i administracją realizowanego zadania, które związane są z wykonywaniem działań o charakterze administracyjnym, nadzorczym i kontrolnym, w tym obsługą finansową i prawną projektu.

<sup>21)</sup> Wypełnienie fakultatywne – umożliwia zawarcie w umowie postanowienia, o którym mowa w § 16 ramowego wzoru umowy, stanowiącego załącznik nr 2 do rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 15 grudnia 2010 r. w sprawie wzoru oferty i ramowego wzoru umowy dotyczących realizacji zadania publicznego oraz wzoru sprawozdania z wykonania tego zadania. Dotyczy jedynie oferty wspierania realizacji zadania publicznego.

<sup>22)</sup> Informacje o kwalifikacjach osób, które będą zatrudnione przy realizacji zadania publicznego, oraz o kwalifikacjach wolontariuszy. W przypadku oferty wspólnej należy przyporządkować zasoby kadrowe do dysponujących nimi oferentów.

<sup>23)</sup> Np. lokal, sprzęt, materiały. W przypadku oferty wspólnej należy przyporządkować zasoby rzeczowe do dysponujących nimi oferentów.

<sup>24)</sup> Odpis musi być zgodny z aktualnym stanem faktycznym i prawnym, niezależnie od tego, kiedy został wydany.

<sup>25)</sup> Wypełnia organ administracji publicznej.

**Uchwała nr 5/90/IV/2014**  
**Zarządu Województwa Śląskiego**  
**z dnia 24.01.2014 r.**  
**w sprawie:**

**zamieszczenia na okres 7 dni na tablicy ogłoszeń Urzędu Marszałkowskiego Województwa Śląskiego, na stronie internetowej Województwa Śląskiego i w Biuletynie Informacji Publicznej oferty pn: „Jedz by żyć a nie żyj by jeść!”, Stowarzyszenia „Twoje zdrowie” z siedzibą w Bielsku-Białej oraz zawarcia umowy na realizację ww. zadania w razie braku uwag dotyczących złożonej oferty**

*Na podstawie art. 41 ust. 1 ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie województwa (tekst jednolity: Dz. U. z 2013 r., poz. 596 z późn. zm.), art. 11 ust. 2 oraz art. 19 a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (tekst jednolity: Dz. U. z 2010 r., Nr 234, poz. 1536 z późn. zm) oraz Uchwały Sejmiku Województwa Śląskiego nr IV/44/3/2013 z dnia 18 listopada 2013 roku w sprawie: przyjęcia Programu współpracy Województwa Śląskiego z organizacjami pozarządowymi na rok 2014*

**Zarząd Województwa Śląskiego**  
**uchwala:**

**§1**

1. Zamieszcza się treść oferty złożonej przez Stowarzyszenie „Twoje zdrowie” z siedzibą w Bielsku-Białej, stanowiącą załącznik nr 1 do niniejszej uchwały, na tablicy ogłoszeń Urzędu Marszałkowskiego Województwa Śląskiego, na stronie internetowej Województwa Śląskiego oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na okres 7 dni.

2. W razie braku uwag dotyczących złożonej oferty, po upływie terminu określonego w ust. 1 zawiera się ze Stowarzyszeniem „Twoje zdrowie” z siedzibą w Bielsku-Białej, umowę na realizację zadania publicznego Województwa Śląskiego w dziedzinie ochrony i promocji zdrowia pn.: „Jedz by żyć a nie żyj by jeść!” w trybie pozakonkursowym i przeznacza się na jego realizację kwotę 10 000,00 zł z budżetu Województwa Śląskiego.

**§2**

Wykonanie uchwały powierza się Marszałkowi Województwa Śląskiego.

**§3**

Uchwała wchodzi w życie z dniem podjęcia.

1. Mirosław Sekuła – Marszałek Województwa
2. Mariusz Kleszczewski – Wicemarszałek Województwa
3. Kazimierz Karolczak – Wicemarszałek Województwa
4. Arkadiusz Chęciński – Członek Zarządu Województwa
5. Stanisław Dąbrowa – Członek Zarządu Województwa

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Zastępca Dyrektora  
Wydziału Zdrowia i Polityki Społecznej

Marek PiekarSKI

KADUCY PRAWNY

Marek PiekarSKI

.....