

620, 135198, 2022

URZĄD MIEJSKI W RADOMIU
Sekretariat I Zastępcy Prezydenta Miasta

WPLYNEŁO
DNIA

2022 -11- - 9

L. dz.
Podpis

URZĄD MIEJSKI W RADOMIU
Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej

WPLYNEŁO
DNIA

10 -11- 2022

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 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	Gmina Miasta Radomia
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	1) pomoc społeczna, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób

ZASTĘPCA PREZYDENTA MIASTA

Jerzy Zawodnik

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: Stowarzyszenie "Nasze ustronie", Forma prawna: Stowarzyszenie Rejestrowe, Numer Krs: 0000437324, Kod pocztowy: 26-600, Poczta: Radom, Miejscowość: Radom, Ulica: Sandomierska, Numer posesji: 14, Województwo: mazowieckie, Powiat: Radom, Gmina: m. Radom, Strona www: , Adres e-mail: naszeustronie@wp.pl, Numer telefonu: 483857415,	
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)	Agata Jasińska Adres e-mail: naszeustronie@wp.pl Telefon: 603232254

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Wyjazd profilaktyczny dla Seniorów			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	29.11.2022	Data zakończenia	15.12.2022

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

Opis zadania

Problem uzależnienia od alkoholu czy narkotyków przypisuje się najczęściej osobom młodym. Okazuje się jednak, że silną grupę stanowią także osoby starsze, po 60. roku życia. Raport Europejskiego Centrum Monitorowania Narkotyków i Narkomanii dotyczący problemu narkotykowego w Europie w 2012 roku podaje, że aż 1,4% uzależnionych stanowią osoby w przedziale wiekowym od 50 do 64 lat. Alarmująca jest również tendencja wzrostowa liczby uzależnień od alkoholu wśród osób hospitalizowanych, powyżej 60 roku życia

Uzależnienia wśród osób starszych to wciąż temat tabu, dlatego działania placówek wspierających profilaktykę i leczenie, ukierunkowane są głównie na osoby młode, często eksperymentujące z używkami. Marginalizowanie uzależnień w grupie seniorów to poważny błąd. Dla wielu osób jest to trudny czas również ze względu na coraz bardziej odczuwalny i w wielu przypadkach bolesny proces starzenia. W seniorach wzrasta poczucie utraty prestiżu i satysfakcji z życia, zaczynają odczuwać samotność i pustkę, co niekiedy wynika również z rozluźnienia więzi rodzinnych

Czynnikami popychającym w stronę używek może być także utrata bliskiej osoby, trudna sytuacja materialna, choroba lub niechęć do zaakceptowania zmian, jakie niesie ze sobą wiek. W obliczu takiej perspektywy sięganie po alkohol, narkotyki, środki nasenne lub przeciwbólowe, ale także nadmierne oglądanie telewizji, jest ucieczką przed pozornie bezproduktywnym życiem seniora. Zdarza się jednak, że nadmiar wolnego czasu seniorzy traktują jako okazję do spełniania marzeń czy rozwijania nowego hobby, na które wcześniej nie było czasu. Potrafią odnaleźć się w nowych realiach oraz korzystać z możliwości rozwijającej się technologii traktując czas emerytury jako szansę na realizowanie wcześniejszych pragnień.

Dlatego też chcemy zacząć edukować Seniorów w tym ważnym aspekcie i nakreślić im, że jest wiele uzależnień, których mogą unikać. A są to przede wszystkim:

1. Uzależnienie od papierosów

W dymie tytoniowym zawartych jest ponad 4000 związków, z których wiele ma działanie toksyczne i rakotwórcze. Badania jednoznacznie dowiodły, że palenie papierosów znacznie zwiększa ryzyko występowania chorób sercowo-naczyniowych, nowotworów złośliwych (m.in. płuc, krtani i jamy ustnej), a także chorób układu oddechowego.

Podejmowane w ostatnich latach kampanie mające zachęcać palących Polaków do walki z nałogiem przynoszą korzyści, ale uzależnienie od papierosów nadal stanowi poważny problem, m.in. wśród osób starszych. Z ogólnopolskiego badania PolSenior wynika, że papierosy pali około 10,3% osób powyżej 65. roku życia, częściej mężczyźni niż kobiety. Co ciekawe, niewiele osób zaczyna palić w wieku podeszłym – zazwyczaj jest to nałóg ciągnący się za człowiekiem od młodości.

Choć oczywiście możliwa jest profesjonalna terapia uzależnień od papierosów, to jednak największą rolę odgrywa chęć osoby starszej do rzucenia palenia. Bardzo ważna jest m.in. edukacja, dzięki której senior dowiaduje się, jak negatywny wpływ ma palenie na zdrowie i jakość życia.

2. Uzależnienie od alkoholu

Choć częstotliwość sięgania po alkohol spada wraz z wiekiem, to jednak uzależnienie od alkoholu jest problemem wśród seniorów, tym groźniejszym, że u osób starszych alkohol wywołuje poważniejsze następstwa zdrowotne niż u ludzi młodych (osteoporoza, miażdżyca, zawały, marskość wątroby).

Uzależnienie od alkoholu u seniorów może mieć różne podłoże. Chęć sięgnięcia po kieliszek może wywoływać depresja starcza, niemożność pogodzenia się z nieuchronnym upływem czasu, niski status ekonomiczny, samotność, śmierć bliskiej osoby. Niebezpieczne bywa również to, że osoby starsze potrafią niekiedy doskonale maskować swój nałóg, zrzucając pewnie charakterystyczne objawy na karb starzenia.

Warto pamiętać, że na leczenie uzależnień nigdy nie jest za późno – terapia może być skuteczna również u seniorów.

3. Uzależnienie od leków

Według danych, około 65% osób powyżej 65. roku życia zmaga się z dwoma lub więcej chorobami przewlekłymi. Seniorzy przyjmują średnio od 3 do 8 leków jednocześnie – są to zarówno środki przepisywane przez lekarzy (kardiologiczne, antybiotyki), jak i dostępne bez recepty środki przeciwzapalne, przeciwbólowe i moczopędne. Niestety, sprzyja to zarówno pojawianiu się skutków interakcji pomiędzy składnikami poszczególnych leków, jak i uzależnieniu się seniora od nich.

4. Uzależnienia behawioralne

Uzależnienia behawioralne to nowa grupa uzależnień psychicznych, które wiążą się z nałogowym wykonywaniem pewnych przyjemnych czynności. Ich realizacja prowadzi do krótkotrwałego uczucia euforii i ulgi, po czym pojawia się jeszcze silniejsza potrzeba ich powtórzenia, tj.: zakupoholizm, patologiczny hazard, uzależnienie od używania komputera i gier komputerowych, siecioholizm – uzależnienie od użytkowania sieci internetowej, fonoholizm – uzależnienie od telefonu komórkowego, kleptoholizm – uzależnienie od okradania, uzależnienie od środków masowego przekazu, itp.

Wychodząc temu naprzeciw chcemy zorganizować wyjazdowy cykl wykładów i warsztatów mających na celu unikanie uzależnienia, jak także edukowanie swoich kolegów i koleżanki Seniorów w kwestii zapobiegania nałogom.

Wyjazd odbędzie się 01.12 – 02.12.2022 rok do Torunia Wyjazd ten przeznaczony będzie dla 30 Seniorów mieszkańców Miasta Radomia. Będzie on obejmował: przejazd autokarem, zakwaterowanie – nocleg + wyżywienie oraz wykłady i warsztaty prowadzone przez specjalistów.

Plan wykładów i warsztatów:

01.12.2022 – 14.00 – 17.00

1. Mechanizm uzależnienia (sygnały ostrzegawcze, sposoby pomocy) – wykład - Agata Jasińska – terapeuta uzależnień, edukator profilaktyki uzależnień chemicznych i behawioralnych
2. Sposoby rozpoznawania uzależnienia, symptomy uzależnienia behawioralnego, podniesienie poziomu wiedzy na temat uzależnień – wykład – Agata Jasińska – terapeuta uzależnień, edukator profilaktyki uzależnień chemicznych i behawioralnych
3. Wpływ alkoholu, nikotyny i leków na organizm człowieka – wykład – Agata Jasińska – terapeuta uzależnień, edukator profilaktyki uzależnień chemicznych i behawioralnych

02.12.2022 – 10.30 – 14.00

4. Rozwój kompetencji interpersonalnych osób starszych, trening asertywności jako warsztat poprawiający jakość życia- warsztat – Krystian Kuc – psycholog, terapeuta uzależnień
5. Samoobrona przed manipulacją – nauka technik perswazji, manipulacji i skutecznej obrony przed wykorzystywaniem psychicznym – warsztat - Krystian Kuc – psycholog, terapeuta uzależnień
6. Bezpieczeństwo w miejscu zamieszkania i Interwencja kryzysowa – założenia i metody udzielania pomocy dla Seniorów - Agnieszka Kłos – asystent rodziny.
7. Dyskusja.

W planach wyjazdowych jest również zwiedzanie Torunia oraz uczestniczenie w Toruńskim Jarmarku Bożonarodzeniowym.

Od 26 listopada aż do 20 grudnia pełna uroku Toruńska Starówka zamieni się w wyjątkowy, bożonarodzeniowy świat. Nasi Seniorzy znajdą tam świąteczny asortyment, a w nim smakołyki, rękodzieło, wyjątkowe dekoracje i ozdoby, które uzupełnią ich domy i przystroją choinki. Znajdą w nim budzące zachwyt i ciepłe wspomnienia domki, w których wystawcy zaoferują im wszystko to, czego w bożonarodzeniowym okresie potrzebują.

Uczestnicy będą informowani o finansowaniu zadania przez Gminę Miasta Radomia.

Miejsce realizacji

PRZEDSIĘBIORSTWO TURYSTYCZNO-GASTRONOMICZNE TWIERDZA TORUŃ, FORT IV
ul. B.Chrobrego 86, 87-100 Toruń
Tel./Fax: (+48 56) 655 82 36, (+48 56) 655 81 34
Kom: 512 315 518

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Gotowość do zorganizowania wycieczki dla 30 Seniorów	100%	zdjęcia, faktury
Gotowość do zorganizowania przewoźnika	100%	Faktura
Gotowość do przeprowadzenia warsztatów i wykładów dla 30 Seniorów	100%	zdjęcia, program warsztatów i wykładów

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

Stowarzyszenie „Nasze ustronie” organizuje „Potańcówki na Ustroniu” od 2016 roku, profilaktyczne projekty dla Seniorów . Są to projekty dostosowane dla osób starszych, niepełnosprawnych.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Organizowanie kolonii letnich, zabaw Mikołajkowych dla dzieci i młodzieży zagrożonych marginalizacją, potańcówki dla seniorów, programy profilaktyczne dla seniorów.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania**Wkład osobowy:**

Agata Jasińska - koordynator projektu-wolontariusz- pedagog, mgr pedagogiki w zakresie edukacja zdrowotna i profilaktyka uzależnień, terapeuta zajęciowy z rewalidacją indywidualną, terapeuta zajęciowy ze specjalizacją psychoterapia, wolontariusz

Krystian Kuc – psycholog, terapeuta uzależnień - wolontariusz
Agnieszka Kłos – asystent rodziny - wolontariusz
Wkład rzeczowy: materiały dydaktyczne, biurowe, nagłośnienie, rzutnik,

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Podpisanie umowy z przewoźnikiem	4 500,00		
2.	faktura za pobyt i wyżywienie	5 500,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00	10 000,00	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.

Anna Marchewka


PREZES

STOWARZYSZENIE "NASZE USTRONIE"

26-600 Radom, ul. Sandomierska 14
e-mail: naszeustronie@wp.pl
NIP 948-259-82-41 REGON 146365501
KRS 0000437324

.....
.....

.....

Krzysztof Kuc


WICEPREZES

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

Data 09.11.2022

Załączniki:

1. Wydruk komputerowy aktualnych informacji o podmiocie wpisanym do Krajowego Rejestru Sądowego lub do innego właściwego rejestru (*obligatoryjny - papierowo, złożony również elektronicznie*)

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.