

19-03-2024

1407

(1)

p. J. Rebert

2024.03.19

Załącznik do uchwały Nr 17/805/24 Zarządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego z dnia 24 kwietnia 2024 r.

URZĄD MARSZAŁKOWSKI WOJEWÓDZTWA KUJAWSKO-POMORSKIEGO
Biuro Podawczo-Kancelaryjne

52 2024-03-18

Ilość załączników

1

Podpis

[Signature]

(11)

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*".

p. D. Pielich
19.03.24

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	31) działalność na rzecz rodziny, macierzyństwa, rodzicielstwa, upowszechniania i ochrony praw dziecka

[Signature]
19.03.24
19 MAR. 2024
- oryginalnym podpisem

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: Fundacja Międzynarodowe Centrum Szczęśliwych Ludzi-Mandala, Forma prawna: Fundacja, Numer Krs: 0000987140, Kod pocztowy: 87-100, Poczta: Toruń, Miejscowość: Toruń, Ulica: Konopnickiej, Numer posesji: 13, Numer lokalu: -, Województwo: kujawsko-pomorskie, Powiat: Toruń, Gmina: m. Toruń, Strona www: brak,	
Adres korespondencji: Kod pocztowy: 87-100, Poczta: Toruń, Miejscowość: Toruń, Ulica: Poznańska, Numer posesji: 142, Numer lokalu: 12, Województwo: kujawsko-pomorskie, Powiat: Toruń, Gmina: m. Toruń,	
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	Otwarty umysł i ciepłe serce - relacje bliskości w rodzinie 2			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	01.05.2024	Data zakończenia	08.07.2024

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

Opis zadania

W ramach planowanego zadania publicznego zamierzamy zrealizować:

- działania służące wzmocnieniu potencjału rodziny, których adresatami są dzieci i ich rodzice: warsztaty z jogi i uważności- 4 spotkania, każde po 1,5 godz.
- działania służące rozwojowi umiejętności wychowawczych i rodzicielskich, których adresatami są rodzice: spotkania z psychoterapeutką- 4 spotkania każde po 2 godz.

1. Działania służące wzmocnieniu potencjału rodziny, których adresatami są dzieci i ich rodzice:

* Warsztaty z jogi i uważności.

Zajęcia mają formę zabaw ruchowych i zabaw z oddechem. Sprzyjają rozszyfrowywaniu własnych odczuć, zauważaniu sprzężenia odczuć z reakcjami ciała i otoczeniem. Uczą wytrwałości, cierpliwości, budują siłę, elastyczność i równowagę. Celem warsztatu jest podniesienie świadomości dotyczącej własnego ciała, czucia głębokiego, rozpoznawania i nazywania subtelnych odczuć, dostrajania się do drugiego człowieka, pogłębianiu więzi rodzicielskiej. Warsztat oparty na metodzie skanowaniu ciała z elementami sensomotoryki. Zajęcia praktyk ruchowych "body&mind".

2. Działania służące rozwojowi umiejętności wychowawczych i rodzicielskich, których adresatami są rodzice- warsztaty z psychoterapeutką.

Celem spotkań jest wymiana doświadczeń i poszukiwanie sposobów na rozwijanie emocjonalnej więzi z dzieckiem i takich relacji w rodzinie, które dzieciom dają poczucie bezpieczeństwa i wsparcia a także będą rozwijały ich odporność psychiczną, rodzicom dadzą satysfakcję.

Oto tematy spotkań z psychoterapeutką:

- Moje mocne i słabe strony
- Kieruje sobą i potrafię podejmować decyzje
- Wzmacniam dobrostan
- Ocena i samoocena - o hejcie

Łącznie zrealizujemy 8 warsztatów, w których weźmie udział 50-70 osób. Ilość godzin warsztatowych realizowanych w ramach projektu to: 14h.

Promocja projektu odbędzie się przez:

- skierowanie listów intencyjnych do: Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie wraz z nadzorowanymi jednostkami działającymi w sferze pomocy społecznej w Toruniu,
- wizyty w świetlicach, dziennych domach pobytu Toruńskiego Centrum Usług Społecznych;
- kontakt z pedagogami szkolnymi, listy intencjonalne do dyrekcji szkół
- za pomocą mediów społecznościowych.

O realizacji projektu zostaną także poinformowani uczestnicy/uczestniczki minionych warsztatów psychoterapeutycznych realizowanych w fundacji.

Rekrutowanie uczestników odbędzie się na zasadzie kolejności przyjmowania zgłoszeń.

Miejsce realizacji

Toruń: baza fundacji przy ul. Poznańskiej 96, Szkoła Podstawowa nr2 - oddział integracyjny

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Warsztaty z jogi i uważności	4 spotkania	lista obecności, zdjęcia
Warsztaty z psychoterapeutką	4 spotkania	lista obecności

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

Celem statutowe Fundacji dotyczą popierania wszechstronnego rozwoju społecznego, w tym w szczególności upowszechnianie: ochrony i promocji zdrowia oraz edukacji w zakresie kultury: fizycznej, artystycznej i przyrodniczej. Do celów szczegółowych należą między innymi: działalność na rzecz rodziny, macierzyństwa, rodzicielstwa, przeciwdziałania uzależnieniom i patologiom społecznym, reintegracji społecznej. Jesteśmy młodą fundacją, która została wpisana do KRS-u w 2022r., członkowie organizacji posiadają jednak spore doświadczenie związane z realizacją zadań publicznych związanych z animacją społeczną i organizacją zajęć terapeutycznych, kulturalnych, związanych z rekreacją sportową. Prezeska zarządu Julianna Kublicka zawodowo związana z popularyzacją jogi (jest instruktorką hatha jogi, aerial jogi, jogi dla dzieci, yin jogi, ashtangii, viniasy) w swojej pracy sięga po różne metody pracy z ciałem od treningów autogennych, wizualizacje przez masaż punktów spustowych, powięzi, akupresurę. Julianna jest absolwentką filozofii i stosunków międzynarodowych, posiada przygotowanie pedagogiczne do zawodu nauczyciela, ukończyła kursu technik terapii tańcem i analizy ruchu Ośrodka Terapii Tańcem i Ruchem Iba Akademia Muzyczna w Łodzi i analizy ruchu LABAN, kurs edukacji przyrodniczej Instytutu Leśnych Przedszkoli.

Współpracuje z fizjoterapeutami, teoretykami i praktykami zgłębiającymi możliwościowi ruchowe człowieka, także patologie narządu ruchu. Prowadzi zajęcia w domach kultury, klubach seniora, uniwersytetach trzeciego wieku, przedszkolach. Jako członek grupy nieformalnej prowadziła cykl warsztatów pt. "Santosh, czyli zadowolenie" podczas których dzieci mogły dostroić swoje emocje do odruchów, stanu napięcia ciała i rytmu oddechu. W ramach projektu wydana została publikacja na temat szczęścia. Członek rady nadzorczej Joanna Majerska jest ekonomistką i główną księgową, która przez lata pracy zawodowej jako kwesor prywatnej uczelni i główna księgową w prywatnej szkole policealnej w której nabyła doświadczenia w rozliczaniu dotacji oraz projektów unijnych. Od czterech lat jest główną księgową w stowarzyszeniu - Toruński Uniwersytet Trzeciego Wieku.

W projekcie "W Rytmie Natury" realizowaliśmy cyklu warsztatów przyrodniczo-artystycznych, z rekreacji ruchowej oraz spotkanie z psychoterapeutką. Przeprowadzone zostały: A) zajęcia z edukacji przyrodniczej rozwijające wiedzę na temat lokalnych walorów przyrodniczych Torunia i okolic- 13 spotkań, w zajęciach wzięła udział grupa 101 osób. B) zajęcia poświęcone aktywności fizycznej i podnoszeniu świadomości względem zdrowia- 5 spotkań, w zajęciach wzięła udział grupa 29 osób. C) leśne kąpiele i utworzona została przewodnik szklaku turystycznego "Strefa ciszy-strefa komfortu"- 3 spotkania, w zajęciach wzięła udział grupa 40 osób. D) spotkanie z psychoterapeutką-

11 osób.

W ramach projektu "SERCA BICIE-WIOSNA/ZIMA- ŻYCIE!" zrealizowaliśmy warsztaty w nurcie psychoterapii tańcem i ruchem Laban i warsztaty z czterokrotnym mistrzem świata w scratchingu poświęcone turntablizmowi. Łącznie w projekcie wzięło udział 60 osób. Zrealizowaliśmy cykl spotkań z psychoterapeutką oraz warsztaty z jogi i uważności w ramach projektu "Otwarty umysł i ciepłe serce - relacje bliskości w rodzinie". Łącznie w 8 spotkaniach adresowanych do rodzin wzięło udział 64 uczestników.

W ramach projektu integracji sąsiedzkiej „Pod górkę i z górki! Akcja reanimacja Podgórz!” zebraliśmy 91 uczestników zajęć: 56 osób uczestniczyło w zajęciach z edukacji przyrodniczej, 26 osób uczestniczyło w zajęciach ruchowych.

Celem projektu profilaktyki uzależnień, pt. „Myślę i czuję! Rozpoznaję i rozumiem - siebie i otaczający mnie świat...” było kreowanie postaw zdrowotnych i społecznych sprzyjających profilaktyce uzależnień oraz wzrost świadomości społecznej w tym obszarze. Grupa nastolatków wzmocniła pozytywny obraz siebie, poprawie uległy relacji z rówieśnikami i rodzicami. Młodzież biorąca udział w programie (23 uczestników) poznała różne techniki pracy z ciałem, odbyła regularne treningi pod okiem specjalistów.

Celem podjętych działań było wdrożenie idei zdrowego, odpowiedzialnego i konsekwentnego trybu życia, formułowanie młodzieżowych liderów promocji zdrowia, redukcja stresu. Powyższy cel został zrealizowany.

W ramach projektu zrealizowaliśmy regularne spotkania wśród stałej grupy odbiorców, w tym 6 spotkań poświęconych praktyce jogi (hatha joga, vinyasa, yin joga).

W ubiegłym roku rozpoczęliśmy tworzenie ogrodu społecznego. Otrzymaliśmy sadzonki roślin oraz materiały budowlane od supermarketu Castorama, z których zbiliśmy skrzynie na grządki podwyższone. Dotacja z mikrograntu FIO 3.0 pozwoliła nam na zakup dużego namiotu indiańskiego tipi. Chcemy podnosić poziom aktywności i samoorganizacji obywatelskiej- chcemy zespajać sąsiedzko, budować więzi, wzajemne zaufanie i poczucie przynależności do społeczności lokalnej zwracając szczególną uwagę na kwestię odpowiedzialności za środowisko - zarówno społeczne, przyrodnicze, jaki i kulturowe. Powzięte przez nas prace przy tworzeniu ogrodu społecznego - miejsca w którym potencjał twórczy lokalnej społeczności ma szansę wybrzmieć- ukazują chęć do angażowania się, zdobywania wiedzy i jej poszerzania, poszukiwania nowych zainteresowania i dzielenia się swoimi umiejętnościami.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Działania stanowią kontynuację ubiegłorocznych działań realizowanych w ramach projektu "Otwarty umysł i ciepłe serce - relacje bliskości w rodzinie", którego adresatami były dzieci i ich rodzice. Podczas warsztatów z jogi uważności dzieci i rodzice uczestniczyli w zabawach podnoszących świadomość względem reakcji ciała w ruchu i bezruchu oraz rodzajami oddechu, jego etapami. Zabawy ruchowe w kręgu sprzyjały adaptacji w grupie, nawiązaniu więzi, bycia obecnym i obserwowanym- wykształceniu odczucia kinestetycznej empatii. Uczestnicy zajęć poznali podstawowe ćwiczenia fizyczne związane z praktyką jogi, zagłębili się w krajobrazie własnych odczuć, także tych związanych z reakcjami ciała względem otoczeniem. W atmosferze bezpiecznego kobiecego kręgu praktyka jogi i uważności była dla mam próbą wytrwałości i cierpliwości, mierzenia się z myślami i tematami tabu: "co mi wypada", "jakie moje dziecko powinno być", akceptacji szerokiego wachlarza zachowań i zauważania różnych modeli wychowawczych bez zbytecznego oceniania. W warsztatach wzięło udział łącznie 48 osób. Podczas warsztatów z

psychoterapeutką zrealizowane zostały następujące tematy spotkań: - Emocje w relacjach rodzicielskich - Wzmacniam samoocenę- wzmacniam granice - O szukaniu porozumienia - Wzmacniam pozytywnie, wspieram w rozwoju W wyniku spotkań rodzice otrzymali wsparcie w zakresie radzenia sobie z własnymi emocjami i napięciami oraz emocjami i napięciami doświadczanymi przez ich dzieci. Poznali techniki radzenia sobie ze złością, wypracowali własne modele zarządzania negatywnymi odczuciami i sposobami komunikowania ich, wyznaczania granic. Cześć osób została pokierowana do poradni psychologiczno-pedagogicznej. Łącznie w warsztatach z psychoterapeutką wzięły udział 23 osoby.

Realizując powyższe działania zauważyliśmy duże zapotrzebowanie na tego typu warsztaty, składany projekt wynika z potrzeby kontynuacji działań.

Fundacja została utworzona w 2022r., od tego czasu realizujemy głównie warsztaty z zakresu edukacji ekologicznej i artystycznej, profilaktyki zdrowia (w tym profilaktyki uzależnień i wspierające funkcje rodzicielskie). Większość organizowanych przez nas wydarzeń dotyczy lewobrzeża w Toruniu, tutaj mieszkamy i zależy nam na podnoszeniu jakości życia lokalnej społeczności. Adresatami wydarzeń są rodzice, rodziny, dzieci i młodzież. W ramach projekt "W Rytmie Natury" realizowaliśmy cyklu warsztatów przyrodniczo-artystycznych, z rekreacji ruchowej (w tym z jogi) oraz spotkanie z psychoterapeutką, pt. "Relacje bliskości w rodzinie". Przeprowadzonych zostało 21 spotkań. W zajęciach wzięła udział grupa 181 osób, stworzony został przewodnik szklaku turystycznego "Strefa ciszy-strefa komfortu". W ramach projektu "SERCA BICIE-WIOSNA/ZIMA-ŻYCIE!" zrealizowaliśmy warsztaty w nurcie psychoterapii tańcem i ruchem oraz warsztaty ze scratchingu. Łącznie odbyło się 5 spotkań, w których wzięła udział grupa 60 osób. W ubiegłym roku rozpoczęliśmy tworzenie permakulturowego ogrodu społecznego- zaangażowaliśmy lokalną społeczność, w tym rodziny z dziećmi. Adresatami projektu "Otwarty umysł i ciepłe serce - relacje bliskości w rodzinie" były rodziny. W 6 warsztatach z psychoterapeutką oraz 2 warsztatach jogi wzięło udział 64 uczestników. W ramach projektu integracji sąsiedzkiej „Pod górkę i z górki! Akcja reanimacja Podgórz!” zebraliśmy 91 uczestników na 8 zajęciach z edukacji przyrodniczej i rekreacji ruchowej. Projekt. „Myślę i czuję! Rozpoznaję i rozumiem - siebie i otaczający mnie świat...” dotyczył profilaktyki uzależnień. W ramach zadania odbył się rejs łodzią flisacką, wycieczka tramwajem turystycznym, gra terenowa w formie geocachingu oraz wiele zajęć z rekreacji ruchowej. Objęliśmy wsparciem stałą grupę odbiorców- łącznie w projekcie wzięło udział 50 uczestników zadania (w tym 9 rodziców).

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Zasoby kadrowe:

Juliana Kublicka- instruktorką akademickiej hatha jogi, aerial jogi (Bhakti Shala), jogi dla dzieci, yin jogi (RYT 200, Bhakti Shala), ashtangii (RYT 200), viniasy (RYT 200). Stale prowadzi zajęcia w Toruniu i Ciechocinku. Absolwentka filozofii na UWM oraz stosunków międzynarodowych (ze specjalizacją z handlu międzynarodowego) w Kolegium Jagiellońskim. Skończyła studia podyplomowe gender studies na UMK, przygotowanie pedagogiczne w Wyższej Szkole Nauki o Zdrowiu. Posiada uprawnienia do wykonywania masażu powięziona (Instytut SOMA). Absolwentka kursu technik terapii tańcem i analizy ruchu Ośrodka Terapii Tańcem i Ruchem Iba Akademia Muzyczna w Łodzi i analizy ruchu LABAN. Współpracuje z fizjoterapeutami, teoretykami i praktykami zgłębiającymi możliwościowi ruchowe człowieka. Prowadzi zajęcia z różnymi grupami wiekowymi. Współpracuje ze świetlicami środowiskowymi, domami kultury, klubami seniora, uniwersytetami trzeciego wieku,

przedszkolami. Związana z marketingiem i projektowaniem graficznym. Prowadziła agencję reklamową zajmującą się outdorem i projektowaniem graficznym. Pracowała w dziale marketingu spółki miejskiej (MZK), w grupie medialnej Press Media oraz w toruńskim klastrze turystycznym (Żywym Muzeum Piernika, Domu Legend Toruńskich, Bunkrze Wisła).

Basia Mularz - wieloletni pedagog i psychoterapeuta. Basia jest realizatorką wielu warsztatów i programów, min. "Dotknąć teatru. Powietrze. Ogień. Woda. Ziemia." (Fundacja Alama), prowadziłam zajęcia dla uczestników projektu „Trampolina” oraz warsztaty dla rodziców – uczestników projektu „W rodzinie siła”, zajęcia „Rozpoznawanie zagrożeń wychowawczych wieku dziecięcego” na UMK, szkolenie dla nauczycieli- realizatorów programu profilaktyki używania substancji psychoaktywnych „Unplugged”. Obecnie pracuje w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Toruniu oraz prowadzi własny gabinet.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Warsztaty z jogi i uważności- wynagrodzenie osoby prowadzącej zajęcia	2 000,00		
2.	Warsztaty z psychoterapeutką- wynagrodzenie osoby prowadzącej zajęcia	2 300,00		
3.	Najem sali	600,00		
4.	Owoce	230,00		
5.	Napoje	120,00		
6.	Wynagrodzenie księgowej	100,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		5 350,00	5 350,00	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.



.....

.....

.....

.....

.....

.....

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

Data 18.03.2023

Załączniki:

1. Aktualny odpis z rejestru lub wyciąg z ewidencji lub inny dokument potwierdzający status prawny Oferenta i umocowanie osób go reprezentujących (z podaniem nazwisk i funkcji osób upoważnionych do składania oświadczeń woli) *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
2. Szczególne upoważnienie osób do reprezentowania oferenta *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
3. Statut lub regulamin w przypadku braku określenia działalności statutowej w dokumencie rejestrowym *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
4. Pełnomocnictwa udzielone przez zarząd główny w przypadku składania oferty przez terenowe oddziały organizacji, które nie posiadają osobowości prawnej *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
5. Dokument potwierdzający upoważnienie do działania w imieniu oferenta w przypadku złożenia oferty wspólnej *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
6. Umowa partnerska, oświadczenie lub list intencyjny w przypadku projektów z udziałem partnera *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
7. Umowa lub statut w przypadku, gdy oferent jest spółką prawa handlowego *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
8. Oświadczenie, że organizacja realizując zadanie publiczne w trybie konkursowym będzie zapewniała minimalne wymagania służące zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami, o których mowa w art. 6 ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz. U. z 2022 poz. 2240) oraz oświadczenie RODO *(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.