

WZÓR

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 jest adresowana oferta	PREZYDENT MIASTA STARACHOWICE
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	PRZECIWDZIAŁANIE UZALEŻNIENIOM I PATOLOGIOM SPOŁECZNYM

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	
„Zdążyć przed Panem Bogiem” Ul. Kościelna 26/4, 27-200 Starachowice KRS: 0000958914 www.zdazyc.pl Numer konta bankowego: 93 1240 2281 1111 0011 3229 6583	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Aleksandra Krzos fundacja@zdazyc.pl

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	„Dlaczego wstydzimy się mówić o chorobach psychicznych?- profilaktyka zdrowia psychicznego i przełamywanie barier”.			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	1.03.2024	Data zakończenia	20.03.2024
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
W dniu 2 marca 2024 roku w sali Olimpia Urzędu Miejskiego w Starachowicach odbędzie się wydarzenie profilaktyczne dla mieszkańców Gminy Starachowice z udziałem zaproszonych gości, podczas którego poruszony zostanie temat zdrowia psychicznego. Nazwa wydarzenia to: „Dlaczego wstydzimy się mówić o chorobach psychicznych?- profilaktyka zdrowia psychicznego i przełamywanie barier”. Pomysłodawcą wydarzenia jest Pan Konrad Rączka, starachowicki społecznik, który mając świadomość, że Fundacja „Zdążyć przed Panem Bogiem” podejmuje taką tematykę zaproponował jej współpracę. Razem podjęliśmy się tegoż przedsięwzięcia, ponieważ temat zdrowia psychicznego jest tematem ogromnie ważnym, który w przestrzeni publicznej powinien być poruszany jak najczęściej. Profilaktyka zdrowia psychicznego nastawiona jest na działania, których celem jest redukcja zagrożeń dla zdrowia psychicznego i zmniejszenie liczby przypadków zaburzeń. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) zdrowie psychiczne jest stanem, na który składają się trzy aspekty: dobra kondycja zdrowotna, poczucie komfortu psychicznego oraz utrzymywanie prawidłowych relacji społecznych. Co zrobić, kiedy któryś z tych aspektów zostanie utracony? Choroby psychiczne, inaczej nazywane zaburzeniami psychicznymi, występują coraz częściej. Lista zaburzeń psychicznych obejmuje ponad 70 pozycji.				

Ogromnie, prawda? Zaburzenia psychiczne są **chorobą nie tylko psychiki, ale także całego organizmu**. Zaburzenia w sferze psychicznej mogą bowiem przekładać się na funkcjonowanie całego organizmu, wywołując szereg dolegliwości psychicznych – np. zmęczenie, bezsenność, biegunki czy przyspieszoną akcję serca.

O zaburzeniach psychicznych mówi się wtedy, kiedy pewne sposoby myślenia, czucia, postrzegania lub zachowania i relacji z innymi ludźmi są źródłem cierpienia dla Pacjenta, utrudniają jego codzienne funkcjonowanie.

Mówiąc bardzo ogólnie, **zaburzenia psychiczne są wszelkimi przejawami dyskomfortu w życiu Pacjenta**. W niektórych przypadkach rozpoznanie zaburzenia psychicznego nie jest łatwe, bowiem granica między charakterem, a już zaburzeniem jest trudna do określenia.

zaburzenia psychiczne) są klasyfikowane zgodnie z Międzynarodową Klasyfikacją Chorób i Problemów Zdrowotnych ICD-10

Nie sposób mówić o zaburzeniach psychicznych, nie wymieniając ich – poniżej zamieszczamy podział zaburzeń według wspomnianej Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych ICD-10. **Jest to wersja uproszczona:**

1. Zaburzenia psychiczne organiczne, włącznie z zespołami objawowymi, np. otępienie w chorobie Alzheimera, Picka, Creutzfeldta-Jakoba, Huntingtona, Parkinsona lub otępienie naczyniowe, majaczenie, amnestia, halucynacje.
2. Zaburzenia psychiczne i zaburzenia zachowania spowodowane używaniem substancji psychoaktywnych, np. spowodowane używaniem alkoholu, substancji uspokajających i nasennych, tytoniu, substancji psychoaktywnych.
3. Schizofrenia, zaburzenia typu schizofrenii (schizotypowe) i urojeniowe, np. schizofrenia paranoidalna, schizofrenia katatoniczna, zaburzenia urojeniowe, wielopostaciowe zaburzenia psychotyczne.
4. Zaburzenia nastroju (afektywne), np. epizod maniakalny, epizod depresyjny, choroba afektywna dwubiegunowa.
5. Zaburzenia nerwicowe, związane ze stresem i pod postacią somatyczną, np. fobia społeczna, zaburzenia lękowe z napadami lęku, natręctwa, ciężka reakcja na stres, zaburzenia dysocjacyjne, uporczywe bóle psychogenne, zaburzenia hipochondryczne, nerwica.
6. Zespoły behawioralne związane z zaburzeniami fizjologicznymi i czynnikami fizycznymi, np. zaburzenia odżywiania, nieorganiczne zaburzenia snu (bezsenność, somnambulizm, lęki nocne, koszmary sennie), zaburzenia seksualne (awersja seksualna i brak przyjemności seksualnej, zaburzenia orgazmu, wytrysk przedwczesny, pochwica, dyspareunia, nadmierny popęd seksualny), zaburzenia psychiczne związane z porodem.
7. Zaburzenia osobowości i zachowania dorosłych, np. specyficzne zaburzenia osobowości (osobowość paranoiczna, schizoidalna, dysocjalna, chwiejna emocjonalnie, lękliwa), patologiczny hazard, patologiczne podpalanie (piromania), patologiczne kradzieże (kleptomania), transseksualizm, zaburzenia identyfikacji płciowej w dzieciństwie, zaburzenia preferencji seksualnych, fetyszizm, ekshibicjonizm, pedofilia, sadomasochizm, zaburzenia dojrzewania seksualnego, orientacja seksualna niezgodna z ego, zaburzenie związków seksualnych.
8. Niepełnosprawność umysłowa.
9. Zaburzenia rozwoju psychicznego (psychologicznego), np. specyficzne zaburzenia rozwoju mowy i języka, specyficzne zaburzenia rozwoju umiejętności szkolnych, całościowe zaburzenia rozwojowe (autyzm, zespół Aspergera).
10. Zaburzenia zachowania i emocji rozpoczynające się zwykle w dzieciństwie i w wieku młodzieńczym, np. zaburzenie aktywności i uwagi, depresyjne zaburzenie zachowania, lęk przed separacją w dzieciństwie, zaburzenie lękowe w postaci fobii w dzieciństwie, lęk społeczny w dzieciństwie, tiki nerwowe.
11. Nieokreślone zaburzenia psychiczne.

Jak widać, jest tego bardzo dużo, dają równie dużo bardzo silnych, czasami niezrozumiałych objawów. Dlaczego wstydzimy się z tym konfrontować? Dlaczego pierwsza wizyta u psychologa, psychiatry, terapeuty jest taka trudna? Dlaczego trudno nam jest przyznać się przed innymi i powiedzieć: „Nie radzę sobie, pomóż mi”?- na te i wiele innych pytań, związanych także z trudnościami, jakie pojawiają się podczas psychoterapii opowiedzą nam zaproszeni prelegenci:

1. Ks. Dr hab. Dariusz Henryk Pater- dr hab. Nauk teologicznych, profesor uczelni Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie, bioetyk, psychoonkolog, kapelan szpitala.
2. Marcin Rzeczkowski- specjalista terapii uzależnień KBPN, psychoterapeuta poznawczo-behawioralny PTPB, terapeuta DBT, trener umiejętności społecznych I stopnia PTP, terapeuta motywujący PIDM, psychoterapeuta uzależnień, psychoterapeuta, kierownik ośrodka psychoterapii.

Konferencja zostanie poprzedzona wspólnym obiadem organizatorów (Konrad Rączka, Fundacja „Zdążyć przed Panem Bogiem”), prelegentów i zaproszonych gości ze stowarzyszeń, organizacji i instytucji, które w zakresie zdrowia psychicznego udzielają wsparcia, gości z Urzędu Miejskiego. Spotkanie i obiad mające na celu integrację, rozmowę, poruszenie tematyki, która będzie podjęta podczas spotkania w Urzędzie Miejskim.

Kolejno w sali Olimpia Urzędu Miejskiego od godziny 16.30 planowane jest rozpoczęcie konferencji i wystąpienie prelegentów, a następnie otwarcie panelu dyskusyjnego podczas którego osoby z publiczności będą miały możliwość zadawać prelegentom pytania strictly związane z tematyką spotkania.

Do dyspozycji gości będzie kawa i herbata, którą oferuje Gmina Starachowice.

O godzinie 18.00 będzie miało miejsce kolejne, wspaniałe wydarzenie tego wieczoru – koncert starachowiczana Sylwestra Bernaciaka. Muzyk, kompozytor, nauczyciel, tekściarz, były wykładowca Akademii Świętokrzyskiej w Kielcach, twórca Prywatnej Szkoły Muzycznej w Janowie Lubelskim. To świetna okazja, by choć na chwilę odsunąć swoje myśli od trosk codzienności i dać pochłonąć się muzyce, która również jest wspaniałą formą terapii.

Wydarzenie jest otwarte dla mieszkańców Gminy Starachowice, wstęp jest bezpłatny.

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.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów/ źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Spotkanie integracyjne, obiad	Okolo 20 osób	Lista obecności, relacja na fb fundacji
Konferencja w Sali Olimpia Urzędu Miejskiego	Okolo 150 osób	Relacja na fb fundacji
Koncert Sylwestra Bernaciaka	Okolo 150 osób	Relacja na fb fundacji

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

Fundacja „Zdążyć przed Panem Bogiem” powołana została aktem założycielskim 01.02.2022 roku na kanwie sukcesów grupy inicjatywnej Aleksandry Krzos i Emila Krzemińskiego o takiej samej nazwie, działającej wcześniej 3 lata. Fundacja realizuje cele statutowe ze środków jak dotąd pozyskanych z licytacji charytatywnych. Pieniądze są w pełni wykorzystywane na potrzeby podopiecznych fundacji, wsparcie ludzi w kryzysie ubóstwa, bezdomności, chorych i uzależnionych. Do tej pory wraz z Marcinem Rzeczkowskim zrealizowaliśmy wiele projektów nieodpłatnej pomocy ludziom w kryzysie emocjonalnym, uzależnionym od alkoholu czy substancji psychoaktywnych. Marcin Rzeczkowski świadczył również bezpłatne usługi psychoterapeutyczne dla rodzin naszych podopiecznych, zmagających się z ciężkimi chorobami nowotworowymi oraz dla nich samych. W dobie pandemii wraz z Aleksandrą Krzos świadczyli bezpłatne porady, spotkania z osobami doświadczającymi zaburzeń emocjonalnych, i popadających w nałogi, nieradzących sobie z zaistniałą sytuacją, zmagających się ze stanami lękowymi, depresjami itp.

Za swoją działalność społeczną i charytatywną prezes fundacji Aleksandra Krzos została nagrodzona tytułem „Osobowość Roku” w powiecie starachowickim oraz województwie świętokrzyskim, a także Brązowym Krzyżem Zasługi, takie odznaczenie przyznano także wiceprezesowi Fundacji.

W skład zarządu fundacji wchodzi dwie świetnie współpracujące ze sobą osoby: Aleksandra Krzos i Emil Krzemiński, którzy każdą swą wolną chwilę poświęcają na pomoc drugiemu człowiekowi. Wśród działań fundacji wyróżnić możemy wiele imprez charytatywnych, akcji pomocowych zrealizowanych na terenie

Starachowic i województwa świętokrzyskiego. Fundacja działa każdego dnia nieprzerwanie niosąc pomoc potrzebującym. W roku 2023 zrealizowaliśmy projekty takie, jak:

- „Warsztaty umiejętności dla współuzależnionych w oparciu o DBT i dla dzieci z dysregulacją emocji”;
- „Punkt konsultacyjny – pogotowie kryzysowe w przeciwdziałaniu narkomanii”;
- „Grupa Wsparcia dla osób z zaburzeniami adaptacyjnymi” z zakresu wsparcia działalności organizacji pozarządowych na rzecz osób z problemem alkoholowym i członków ich rodzin”.
- Konferencja pt. „Stop przemocy rówieśniczej”- dotycząca przemocy wśród uczniów szkół podstawowych w szkole, jak zapobiegać, jak zauważać, jak pomagać.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Catering	900,00		
2.	Wynagrodzenie prelegenta	600,00		
3.	Wynagrodzenia za koncert	2300,00		
4.	Plakaty i ulotki	200,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		4000,00	4000,00	0,00

V. Oświadczenia

Oświadczam(-my), że:

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

Aleksandra Krzos
PREZES ZARZĄDU

Data 15.02.2024 r.

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