

P.D. Angel

17.11.25

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej
w Lublinie

Data 2025 -11- 17

L.dz: 22400

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	Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Lublinie
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	„Pomoc społeczna, w tym pomoc i rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób”

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 na Rzecz Wspierania Osób Starszych i Niepełnosprawnych "Pomocna Dłoń", Forma prawna: Stowarzyszenie Rejestrowe, Numer Krs: 0000325642, Kod pocztowy: 23-250, Poczta: Urzędów, Miejscowość: Popkowice, Ulica: Popkowice, Numer posesji: 1, Województwo: lubelskie, Powiat: kraśnicki, Gmina: Urzędów Strona www: www.dpspopkowice.pl Adres e-mail: p.d.stowarzyszenie@gmail.com Numer telefonu: 600952678 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)	

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	„Spędź czas z bliskimi”		
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	01.12.2025r.	Data zakończenia

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

To, co łączy ludzi od wieków w trakcie przygotowania się do Świąt Bożego Narodzenia to możliwość wspólnego spędzania czasu. Niestety nie wszyscy mogą celebrować te chwile wśród bliskich. Dla starszych, samotnych osób zbliżająca się Święta Bożego Narodzenia to trudne doświadczenie, zwłaszcza gdy wspominają Święta sprzed lat. Jak wynika z raportu „Jakość życia osób starszych w Polsce 2023” odsetek wyizolowanych społecznie osób 65+ ma tendencje wzrostową. Sytuacja demograficzna sprzyja wykluczeniu tej grupy społecznej. Zadanie „Spędź czas z bliskimi” będzie realizowane w okresie od 1.12.2025r. Do 15.12.2025 r. i zostanie podzielone na 3 etapy, tj. :

- jednodniowe wigilijne spotkanie integracyjne dla 50 seniorów z powiatu kraśnickiego. Wiele starszych osób spędza święta samotnie, dlatego takie spotkanie pozwoli poczuć ciepło i wspólnotę. Wspólne dzielenie się opłatkiem, kolędowanie i spożywanie potraw pozwoli seniorom poczuć się częścią czegoś większego i nie być samotnym w tym ważnym czasie. Należy organizować takiego typu spotkania, aby przełamać samotność, pielęgnować tradycje i wspierać samopoczucie psychiczne i fizyczne. Są one okazją do wspólnego celebrowania, dzielenia się wspomnieniami, wzmocnienia więzi oraz utrzymania aktywności umysłowej i manualnej poprzez np. wspólne spożywanie potraw czy kolędowanie. Podczas

spotkania świątecznego zapewniony zostanie wszystkim uczestnikom poczęstunek. Spotkanie odbędzie się w restauracji „Sprytna Kuchnia” w Kraśniku.

- 10 godzinne warsztaty terapeutyczno- psychologiczne przeznaczone dla 50 seniorów z powiatu kraśnickiego (podział uczestników na 2 grupy-2 spotkania 5-cio godzinne po 25 osób). Warsztaty terapeutyczno-psychologiczne dla seniorów będą koncentrować się na wspieraniu dobrostanu psychicznego i fizycznego, obejmując takie działania jak ćwiczenia pamięci i koncentracji, trening uważności (mindfulness) w celu redukcji stresu. Warsztaty będą uczyć lepszej komunikacji, budowania asertywności i radzenia sobie z nieśmiałością. Warsztaty będą służyć zmniejszaniu objawów depresji i lęku. Podczas warsztatów zostaną wzmocnione umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach, podnoszenie zaradności i samodzielności, a także utrzymanie sprawności psychicznej (pamięć, koncentracja) i fizycznej (równowaga, siła). Warsztaty przeprowadzi trener personalny - psycholog, terapeuta. Spotkanie odbędzie się w DPS w Popkowicach.
- 10 godzinne warsztaty rękodzielnicze (podział uczestników na 2 grupy- z spotkania 5-cio godzinne 25 osób). Dzięki udziałowi w warsztatach rękodzielniczych grupa docelowa zostanie zaktywizowana, w sposób twórczy i aktywny. Zajęcia zapewnią również dobrą formę relaksu. Warsztaty będą miały na celu poprawę komunikacji w zakresie kontaktów interpersonalnych. Będzie to czas rozwoju pasji, talentów, wzrostu pewności siebie, wiary w swoje możliwości, samooceny, poczucia własnej wartości oraz optymistycznego spojrzenia na świat. Uczestnicy będą mieli możliwość zapoznania się z różnorodnymi formami i technikami rękodzielniczymi, tematycznie związanymi ze Świątami Bożego Narodzenia. Warsztaty przeprowadzą 3 terapeutki zajęciowe oraz wolontariusze ze Stowarzyszenia „Pomocna Dłoń”, którzy posiadają duże doświadczenie w pracy z osobami starszymi. Spotkanie odbędzie się w DPS w Popkowicach.

Miejsce realizacji zadania:

Warsztaty rękodzielnicze i psychologiczne odbędą się w Domu Pomocy Społecznej w Popkowicach, Popkowice 1, 23-250 Urzędów, natomiast spotkanie Wigilijne odbędzie się w restauracji „Sprytna Kuchnia”, Al. Niepodległości 14B 23-204 Kraśnik.

Grupa docelowa: Grupa docelowa to 50 osób w podeszłym wieku (mieszkańcy DPS w Popkowicach oraz członkowie Polskiego Związku Niewidomych.- Koło w Kraśniku), w tym osoby z utrudnionym dostępem do dóbr kultury, z małą aktywnością społeczną, osoby narażone na marginalizację i wycofanie społeczne, mające trudności z udziałem w różnego rodzaju warsztatach edukacyjnych i twórczych, wydarzeniach kulturalnych oraz z organizacją czasu wolnego. Będą to osoby, które poprzez swój wiek, ograniczony dostęp do kontaktów społecznych w wieku senioralnym potrzebują wsparcia, aktywizacji, wsparcia psychologicznego oraz integracji społecznej.

Komplementarność z innymi działaniami podejmowanymi przez organizację lub inne podmioty)

Wszystkie działania podejmowane przez Stowarzyszenie "Pomocna Dłoń" skierowane są na osoby starsze i niepełnosprawne, na ich rozwój, edukację, aktywizację, wsparcie i rehabilitację bio – psychospołeczną.

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 2025 r. poz. 1338).

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
Udział w spotkaniu świątecznym	50 uczestników	Faktura za poczęstunek, lista obecności,
Udział w warsztatach terapeutyczno-psychologicznych	50 uczestników	Lista obecności, zdjęcia, rachunek
Udział w warsztatach świątecznych rękodzielniczych	50 uczestników	Lista obecności, zdjęcia, faktura

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

Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Osób Starszych i Niepełnosprawnych „Pomocna Dłoń” wspiera działania statutowe Domu Pomocy Społecznej w Popkowicach, funkcjonuje od 2009 roku. Poprzez działania statutowe angażuje osoby starsze i niepełnosprawne do aktywnego współuczestniczenia w życiu społecznym, tworzy warunki do integracji ze społecznością lokalną, międzypokoleniową, ułatwia dostęp do dóbr kultury, pomaga w rozwijaniu pasji i talentów, przeciwdziała marginalizacji i wykluczeniu osób starszych i niepełnosprawnych. Stowarzyszenie realizowało kilka zadań w ramach ogłaszanych konkursów (Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Lublinie, Urząd Marszałkowski i Wojewódzki w Lublinie). Realizowane były projekty tj. "Spacer z Leśmianem po Malinowym Chruśniaku"- 2019 r., w 2020r .- realizowało zadanie: Przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób starszych poprzez wspieranie różnorodnych form ich aktywizacji (realizacja działań wynikających z Wojewódzkiego Programu na Rzecz Osób Starszych na lata 2016 – 2020) pod tytułem : „Kreatywni i aktywni seniorzy”, w 2021 r. zadanie: Przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu osób starszych poprzez wspieranie różnych form ich aktywizacji „Od aktywności do zdrowia, pasji i radości”, w 2022r. zadanie pod nazwą- "Żyjmy zdrowo, pięknie i aktywnie", w 2023 r. zadanie pod nazwą " Aktywny senior to szczęśliwy senior ".

Wspieranie twórczości ludowej, umiejętności artystycznych oraz zapewnienie dostępu do dóbr kultury i sztuki osobom z niepełnosprawnościami - pt. "Kulturalna prawda o nas pisana obrazem, wierszem i muzyką" - 2021r. w ramach konkursu: Nabór ofert w trybie art. 19a - w zakresie kultury, sztuki, ochrony dóbr kultury i dziedzictwa narodowego. ogłoszonym przez: Urząd Marszałkowski Województwa Lubelskiego - Departament Kultury, Edukacji i Dziedzictwa Narodowego. Stowarzyszenie jest w trakcie realizacji zadania konkursowego -przeciwdziałanie wykluczeniu osób starszych i niepełnosprawnych, mobilizowanie ich poprzez wspieranie różnorodnych form ich aktywizacji "Żyjmy zdrowo, pięknie i aktywnie" - tej pory pozyskiwało również dotacje ze Starostwa Powiatowego w Kraśniku, Powiatowego Centrum Pomocy Rodziny w Kraśniku, realizowało zadania mające na celu aktywizację osób starszych i niepełnosprawnych w społeczeństwie lokalnym poprzez organizację wycieczek, festynów i przeglądów artystycznych, warsztatów, tworzenie warunków do integracji i edukacji. Dużym wyzwaniem a zarazem doświadczeniem była realizacja w 2010 roku projektu sfinansowanego z EFS-u - Aktywnie do celu. Projekt miał na celu aktywizację społeczną osób starszych, zwiększyć poziom wiedzy i umiejętności w zakresie ekspresji kulturalnej, integrację międzypokoleniową oraz lokalną, zmniejszenie zagrożenia uzależnieniom, przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu a także wzmocnienie psychologiczne dla beneficjentów. W latach 2018/2019 realizowany był projekt Inicjatyw Twórczych „e” i Polsko – Amerykańskiej Fundacji

Wolności „Seniorzy w Akcji” pt. „Stół zdrowia”- cel projektu- działania przyczyniające się do wypracowania trwałych zmian społecznych- dotyczących spraw zdrowotnych (szczególnie dotyczących edukacji dotyczącej aktywności ruchowej, diety osób ze zdiagnozowaną cukrzycą). 2019 r.- realizacja projektu - Pikniki sportowy pt. „Lata seniora a wigor juniora”- aktywizacja seniorów poprzez udział w zawodach sportowych oraz edukacja zdrowotna dotycząca wpływu aktywności fizycznej na zdrowie i samopoczucie osób w starszym wieku. Zadanie finansowane przez Starostwo powiatowe w Kraśniku. W 2018 roku realizowany był również Projekt Rządowy pt. „Pamiętamy” - celem projektu było włączenie społeczności lokalnej w obchody 100 rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości.

Zasoby kadrowe:

Koordynator projektu- osoba realizująca kolejne przedsięwzięcie, posiadająca doświadczenie w realizacji projektów, wykształcenie wyższe. Zadania związane ze sprawami merytorycznymi zadania (rekrutacja, dokumentacja, sprawozdawczość oraz nadzór nad przebiegiem zadania), członek Stowarzyszenia.

Księgowy - osoba odpowiedzialna za rozliczenie zadania- wykształcenie wyższe, posiada doświadczenie i umiejętności związane z rozliczaniem projektów, posiada kursy specjalistyczne (księgowe), członek Stowarzyszenia

Terapeuci zajęciowi – 3 osoby wykształcenie wyższe, bogate doświadczenie zawodowe, umiejętność pracy w zespole, przeprowadzą 10 godzinne warsztaty rękodzielnicze, osoby działające w stowarzyszeniu.

2 Pielęgniarki, 2 pracowników socjalnych, 2 fizjoterapeutów – osoby będą świadczyć pomoc i opiekę nad uczestnikami zadania podczas wszystkich spotkań.

Do celów realizacji zadania będą nieodpłatnie zaangażowani członkowie Stowarzyszenia „Pomocna Dłoń”.

Terapeuta , psycholog, trener personalny- odpłatnie przeprowadzi 10 godzinne warsztaty terapeutyczno-psychologiczne.

Zasoby rzeczowe:

Biurowo z dostępem do Internetu, wyposażenie niezbędne do prawidłowej realizacji zadania, komputer, telefon.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Poczęstunek podczas spotkania świątecznego	5 000,00	5 000,00	-
2.	Opłata dla trenera warsztatów terapeutyczno-psychologicznych	2 000,00	2 000,00	-
3.	Zakup artykułów do przeprowadzenia warsztatów świątecznych	3 000,00	3 000,00	-
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00	10 000,00	-

V. Oświadczenia

Oświadczam(-my), 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.

mgr Karolina Sic

K. Sic
Skarbnik



PREZES ZARZĄDU

Katarzyna Kera
Katarzyna Kera

Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania
Osób Starszych i Niepełnosprawnych

"POMOCNA DŁOŃ"

z siedzibą w Popkowicach 1
23-250 Urzędów

Regon 060455490, NIP 715-190-04-84
tel./fax 81 82 13 113

Data *17.11.2025r.*

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

