

Departament Zdrowia i
Polityki Społecznej

nazwa Departamentu

.....

data wpływu

Tryb uproszczony 19a

nazwa konkursu

Opolskie - Lepsze Jutro z Aktywnym Dziś

nazwa zadania

Oferent

FUNDACJA HUMANI CORDIS

Suma kontrolna

7e2c 7357 c1ae 900e 8d80 9bba fab7 3547

Oferta

☒

Korekta oferty

☐

Aktualizacja oferty

☐

Aneks oferty

☐

Sprawozdanie

☐

Korekta
sprawozdania

☐

Nr. wersji oferty z Generatora eNGO: 1

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	Zarząd Województwa Opolskiego
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	Ochrony i promocji zdrowia, w tym działalności leczniczej w rozumieniu ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz. U. z 2020 r. poz. 295 i 567)

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 email, numer telefonu	
FUNDACJA HUMANI CORDIS 48-303 Nysa Krawiecka 15 Forma prawna: fundacja KRS 0000747417	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Lista reprezentantów zgodnie z wpisem do KRS: DANE ANONIMIZOWANE Osoba/y upoważniona do składania wyjaśnień: DANE ANONIMIZOWANE

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Opolskie - Lepsze Jutro z Aktywnym Dziś			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	2025-10-06	Data zakończenia	2025-12-31

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

Projekt edukacyjny: Opolskie - Lepsze Jutro z Aktywnym Dziś

Głównym celem projektu jest promocja zdrowia i aktywnego stylu życia wśród osób starszych, ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki chorób wieku podeszłego, poprawy kondycji fizycznej i psychicznej oraz integracji społecznej. Projekt ma na celu zwiększenie świadomości zdrowotnej seniorów, zachęcenie ich do regularnej aktywności fizycznej, zdrowego odżywiania oraz dbania o zdrowie psychiczne.

Projekt składa się z kilku kluczowych działań. Pierwszym z nich są **warsztaty zdrowotne**, które będą prowadzone przez specjalistów, dietetyków, fizjoterapeutów i psychologów. Podczas tych spotkań seniorzy będą mogli zdobyć wiedzę na temat profilaktyki chorób typowych dla ich wieku, takich jak osteoporoza, cukrzyca czy choroby układu krążenia. Eksperti będą również edukować uczestników na temat zdrowego odżywiania, odpowiedniej suplementacji oraz technik radzenia sobie ze stresem i samotnością.

Kolejnym ważnym elementem projektu będą **zajęcia ruchowe** dostosowane do możliwości seniorów. Będą to regularne zajęcia gimnastyczne, tai-chi, joga dla seniorów, spacerowanie z kijkami (nordic walking) oraz ćwiczenia relaksacyjne. Zajęcia te mają na celu poprawę kondycji fizycznej, zwiększenie mobilności oraz redukcję bólu stawów i mięśni. Dodatkowo, aktywność fizyczna będzie sprzyjać integracji społecznej i poprawie samopoczucia.

Projekt zakłada również próbę utworzenia grupy wsparcia dla seniorów, gdzie będą mogli dzielić się swoimi doświadczeniami, problemami zdrowotnymi i emocjonalnymi. Grupy te będą prowadzone przez psychologów i terapeutów, którzy pomogą uczestnikom w radzeniu sobie z wyzwaniami wieku starszego, takimi jak samotność, utrata bliskich czy problemy zdrowotne. W ramach grup wsparcia planowane są również spotkania z ekspertami, którzy będą udzielać porad z zakresu prawa, finansów czy opieki zdrowotnej.

Projekt zakłada również współpracę z lokalnymi instytucjami, takimi jak domy kultury, ośrodki pomocy społecznej, przychodnie i organizacje pozarządowe, które pomogą w dotarciu do jak najszerszej grupy seniorów. Współpraca z mediami lokalnymi i ogólnopolskimi pozwoli na skuteczną promocję projektu i zwiększenie jego zasięgu.

Efekty projektu będą monitorowane poprzez regularne ankiety i badania satysfakcji uczestników. Analiza wpływu projektu na zmiany w zachowaniach zdrowotnych seniorów będzie prowadzona na podstawie raportów z realizacji poszczególnych działań. Projekt ma na celu nie tylko poprawę zdrowia fizycznego i psychicznego seniorów, ale także zwiększenie ich aktywności społecznej i integracji z lokalną społecznością.

Miejsce realizacji: Województwo: opolskie

Powiat: Nyski

Gmina: Nysa (Jest to gmina miejsko-wiejska)

Dostosowanie projektu do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami:

W ramach projektu „Opolskie - Lepsze Jutro z Aktywnym Dziś”, Fundacja Humani Cordis podjęła szereg działań, aby w pełni dostosować inicjatywę do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami, w tym seniorów z ograniczeniami mobilnymi, problemami zdrowotnymi czy wykluczeniem społecznym i cyfrowym. Naszym priorytetem było zapewnienie, że każdy uczestnik projektu, niezależnie od swoich indywidualnych wyzwań, mógł w pełni skorzystać z oferowanego wsparcia. Oto kluczowe działania podjęte w tym zakresie: Przed rozpoczęciem działań projektowych przeprowadzimy indywidualne konsultacje z uczestnikami, aby lepiej zrozumieć ich potrzeby, możliwości i ograniczenia. Dzięki temu mogliśmy dostosować program do osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności, chorobami przewlekłymi czy trudnościami w poruszaniu się. W przypadku osób z ograniczoną mobilnością w razie możliwości zorganizujemy transport door-to-door, aby umożliwić im udział w warsztatach i zajęciach. Zadbamy o to, aby wszystkie miejsca, w których odbędą się działania projektowe, były w pełni dostępne dla każdego uczestnika, który wyrazi chęć uczestnictwa w zajęciach w tym osób z niepełnosprawnościami. W razie potrzeby będziemy korzystać z Sal wyposażonych w podjazdy, windy oraz odpowiednio szerokie przejścia, a także dostęp do toalet przystosowanych dla osób na wózkach inwalidzkich. Dla osób z problemami słuchowymi lub wzrokowymi zapewnimy asystentów oraz materiały w formie dostosowanej (np. duże czcionki, audiodeskrypcja itp.).

W ramach projektu zorganizujemy zajęcia ruchowe i rehabilitacyjne, które będą dostosowane do możliwości osób z różnymi ograniczeniami zdrowotnymi. Dla seniorów z problemami stawów czy kręgosłupa przygotowaliśmy ćwiczenia o niskiej intensywności, takie jak gimnastyka na krzesłach, joga dla seniorów czy zajęcia z elementami tai-chi.

Dodatkowe informacje o projekcie:

-Warsztaty są dostosowane do potrzeb seniorów z terenów popowodziowych, z uwzględnieniem ich specyficznych

trudności oraz oczekiwań.

-Projekt przewiduje dotarcie do **40 beneficjentów** ostatecznych.

Na kwotę 9000 wynagrodzenia warsztatowców składa się 60 godzin zajęć po 150 złotych za godzinę, jest to wartość jaka panuje na lokalnym rynku (z naszego doświadczenia w innych projektach podobnego typu wartość jest nawet wyższa).

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Warsztaty zdrowotne	50 Godz.	Dokumentacja zdjęciowa, plakat oraz informacje w mediach społecznościowych Organizacji.
Zajęcia ruchowe	10 Godz.	Dokumentacja zdjęciowa, plakat oraz informacje w mediach społecznościowych Organizacji.
Utworzenie grupy wsparcia	1 Grupa.	Dokumentacja zdjęciowa.

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

Fundacja Humani Cordis – odważnie krocząc ścieżką wsparcia i integracji, od momentu swojego powstania 4 września 2018 roku w Opolu, stała się prawdziwym filarem dla osób w wieku emerytalnym. Nasza fundacja z pasją i zaangażowaniem koncentruje się na przeciwdziałaniu wykluczeniu społecznemu, budowaniu mostów międzypokoleniowych oraz aktywizacji seniorów, aby mogli cieszyć się życiem pełnią sił i możliwości. Wpisując się w idee podtrzymywania tradycji narodowej, obywatelskiej i kulturowej, nie tylko pielęgnujemy dziedzictwo przodków, ale także tworzymy nowe, wartościowe inicjatywy, które łączą pokolenia.

Od początku działalności Fundacja Humani Cordis zrealizowała pięć ankiet badawczych, które pozwoliły nam lepiej zrozumieć potrzeby i wyzwania osób starszych. Dzięki temu każdego roku organizujemy kilkadziesiąt akcji samopomocowych, skierowanych głównie do seniorów, oferując im wsparcie materialne, żywnościowe, rehabilitacyjne i pielęgnacyjne. Nasze działania są odpowiedzią na realne problemy, z jakimi mierzą się seniorzy, zwłaszcza w trudnych czasach pandemii COVID-19, która uwidoczniła potrzebę walki z wykluczeniem społecznym i cyfrowym.

W 2020 roku, w obliczu globalnego kryzysu, Fundacja Humani Cordis podjęła zdecydowane działania, aby pomóc seniorom w adaptacji do nowej, cyfrowej rzeczywistości. Pandemia przyspieszyła proces cyfryzacji usług publicznych, co dla wielu osób starszych, szczególnie tych mieszkających na terenach wiejskich i w małych miasteczkach, stało się ogromnym wyzwaniem. W odpowiedzi na te potrzeby, fundacja włączyła się w program Aktywni+, który umożliwił seniorom zdobycie umiejętności cyfrowych niezbędnych do samodzielnego załatwiania spraw urzędowych online, utrzymywania kontaktów z bliskimi oraz aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym i kulturalnym.

Dziś Fundacja Humani Cordis działa nie tylko jako organizacja wspierająca seniorów, ale także jako część Konsorcjum, które pełni rolę drogowskazu i sieciującego ogniwa dla innych organizacji pozarządowych. Dzięki współpracy z lokalnymi instytucjami, samorządami i partnerami, fundacja skutecznie realizuje swoje cele, przyczyniając się do poprawy jakości życia osób starszych oraz ich integracji ze społeczeństwem. Nasze doświadczenie w pracy z seniorami, a także w zakresie przeciwdziałania wykluczeniu cyfrowemu, stanowi solidną podstawę do realizacji kolejnych projektów, takich jak Aktywny Senior w Świecie Cyfrowym.

W 2024 roku Fundacja Humani Cordis otrzymała dofinansowanie z Programu Aktywni+, skierowanego na tereny dotknięte klęską żywiołową. To wyróżnienie jest dowodem na to, że nasza praca jest doceniana, a jej efekty mają realny wpływ na życie osób starszych. Dzięki tym środkom możemy jeszcze skuteczniej działać na rzecz aktywizacji seniorów, przeciwdziałania wykluczeniu i budowania społeczeństwa, w którym każdy, niezależnie od wieku, ma szansę na godne i satysfakcjonujące życie.

Fundacja Humani Cordis to nie tylko organizacja – to wspólnota ludzi, którzy wierzą, że lepsze jutro zaczyna się od aktywnych działań dziś. Dzięki naszemu zaangażowaniu i współpracy z lokalną społecznością, tworzymy przyszłość, w której seniorzy czują się potrzebni, doceniani i pełni prawni.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Wynagrodzenie warsztatowców	9 000,00 zł		
2	Promocja / administracja	1 000,00 zł		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00 zł	10 000,00 zł	0,00 zł

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(-ja)*/zalega(-ja)* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
4. oferent*/oferenci* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ja)*/zalega(-ja)* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;
5. dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym*/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.
8. Oświadczam, że w bieżącym roku kalendarzowym ~~OTRZYMAŁEM*/NIE OTRZYMAŁEM*~~ w innym konkursie ogłaszanym przez Zarząd Województwa Opolskiego, finansowania lub dofinansowania na realizację zadania publicznego o spójnej treści określonej w niniejszej ofercie. Oferta, która otrzymała dotację na finansowanie lub dofinansowanie realizacji zadania publicznego, a została złożona do innego konkursu ogłoszonego przez Zarząd zostaje pozostawiona bez rozpatrzenia

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

Data: 2025-09-03 20:20:41

Przypisy

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 2024 r. poz. 1491, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.