

25. 09. 2024

25 ITP  
4

STAROSTWO POWIATOWE  
w Raciborzu  
BIURO OBSŁUGI KLIENTA  
05. 09. 2024  
2452/09/2024/P

### 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	STAROSTWO POWIATOWE RACIBÓRZ
2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>	PROMOCJA ZDROWIA

#### 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	
POLSKIE TOWARZYSTWO PIEŁĘGNIARSKIE KOŁO TERENOWE PRZY SZPITALU REJONOWYM W RACIBORZU UL. GAMOWSKA 3 47-400 RACIBÓRZ KRS 0000065610	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	AGNIESZKA SOBECZKO- KOWALCZYK 692-695-525 ptp.raciborz@gmail.com

#### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	RACIBORSKI DZIEŃ PROMOCJI ZDROWIA			
2. Termin realizacji zadania publicznego <sup>2)</sup>	Data rozpoczęcia	21.09.2024	Data zakończenia	21.09.2024
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
<p>Raciborski Dzień Promocji Zdrowia skierowany jest dla mieszkańców powiatu Raciborskiego</p> <p>Poprzez niniejsze przedsięwzięcie beneficjenci mają możliwość we wczesnym stadium rozpoznać choroby cywilizacyjne.</p> <p>Oferta tegoroczna skupia swą tematykę oraz zakres badań diagnostycznych i laboratoryjnych na przeciwdziałaniu :</p> <p>chorobom stawów i kręgosłupa coraz bardziej powszechne w dzisiejszej cywilizacji.</p> <p>Choroby stawów i kręgosłupa są coraz bardziej powszechne, głównie z powodu zmian w stylu życia i środowisku. Do najważniejszych czynników, które przyczyniają się do tego problemu należą:</p> <p>-<b>Siedzący tryb życia:</b> Wiele osób spędza długie godziny przed komputerem lub telewizorem, co prowadzi do braku ruchu i osłabienia mięśni wspierających kręgosłup</p>				

i stawy.

-**Niewłaściwa dieta:** Dieta bogata w przetworzoną żywność, cukry i tłuszcze może prowadzić do otyłości, która dodatkowo obciąża stawy i kręgosłup<sup>2</sup>.

-**Stres:** Chroniczny stres może prowadzić do napięcia mięśniowego, co z kolei może powodować ból i dyskomfort w stawach i kręgosłupie<sup>2</sup>.

-**Brak aktywności fizycznej:** Regularna aktywność fizyczna jest kluczowa dla utrzymania zdrowia stawów i kręgosłupa. Brak ruchu może prowadzić do sztywności i bólu.

Zdrowie człowieka w głównej mierze zależy od jego świadomej i aktywnej postawy wobec zdrowia.

Jako organizacja dajemy mieszkańcom możliwość skorzystania z wielu ofert promujących zdrowie. Tylko od samego człowieka zależy czy i w jaki sposób skorzysta z naszych propozycji.

Budowanie prozdrowotnej polityki jest działaniem koniecznym dla wprowadzenia zmian w środowisku, które zmniejszałyby lub eliminowałyby społeczne i środowiskowe przyczyny zagrożeń zdrowia.

Koszty badań profilaktycznych, zabiegów, leczenia chorób, rehabilitacji oraz leków w wielu przypadkach przekraczają możliwości finansowe chorego i jego rodziny. Zatem dajemy możliwość mieszkańcom zbadania swego stanu zdrowia oraz uczymy motywacji do jego wzbogacania i dbania o zdrowie jako o największą wartość.

Podczas Raciborskiego Dnia Promocji Zdrowia planujemy szereg atrakcji, w tym:

- bezpłatne badania profilaktyczne ( badania krwi, osteobus )
- warsztaty i prelekcje
- pokazy I pomocy
- stoiska z poradami zdrowotnymi

Raciborski Dzień Promocji Zdrowia odbędzie się na terenie Szpitala Rejonowego w Raciborzu dnia 21.09.2024 ( wykłady- sala konferencyjna, warsztaty – korytarz koło oddz.ortopedii, OSTEOBUS w wyznaczonym miejscu).

---

<sup>1)</sup> 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.).

<sup>2)</sup> 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
Rozpoznanie choroby we wczesnym stadium	Zwiększenie wiedzy i profilaktyki. Szybkie wykrycie choroby i leczenie	Lista obecności- rejestracja uczestników. Notowanie obserwacji dotyczących zaangażowania uczestników i ich reakcji na różne aktywności

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

Polskie Towarzystwo Pielęgniarskie jest stowarzyszeniem naukowym mającym osobowość prawną. Jest stowarzyszeniem zarejestrowanym i działającym na podstawie obowiązującego prawa o stowarzyszeniach. Będzie to już kolejna edycja Dni promocji Zdrowia współorganizowana ze Szpitalem Rejonowym w Raciborzu. Tegoroczna edycja ze względu na koszty będzie trwała 1 dzień (21.09.2024)

**IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego**

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Materiały informacyjne, plakaty	2000		2000
2.	Badania krwi dla 30 osób	5760	5000	760
3.	Osteobus	3000		3000
4.	Pomiary RR i glikemii	1800		1800
5.	Warsztaty I pomocy	580		580
6.	Wykłady prelegatów, kwiaty, upominki	800		800
7.	Media, telefon, ksero użyt. Pomieszczeń, prąd	1600		1600
8.	Wynagrodz. wolontariuszy	2550		2550
9.	Usługi cateringowe	1600		1600
10.	Konsultacje ortopedyczne	4000		4000
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		23690	5000	18690

**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.

*Agnieszka Sobeczko-Kowalczyk*

Data *5.09.2024*

Przewodnicząca  
**Agnieszka Sobeczko-Kowalczyk**  
 (podpis osoby upoważnionej do składania ofert w imieniu oferenta)  
**POLSKIE TOWARZYSTWO  
 PIELĘGNIARSKIE  
 KOŁO TERENOWE  
 przy Szpitalu Rejonowym  
 w Raciborzu**

**POLSKIE TOWARZYSTWO PIELĘGNIARSKIE  
 KOŁO TERENOWE**  
  
 przy Szpitalu Rejonowym w Raciborzu  
 47-400 RACIBÓRZ, ul. Gamowska 3  
 NIP 954-23-48-023

## PLAN RACIBORSKIEGO DNIA PROMOCJI ZDROWIA 2024

### I. WYKŁADY

1. 09.05-09.50 Choroby stawów i kręgosłupa – dr Olszewski
2. 09.55- 10.55 Techniki radzenia sobie z bólem kręgosłupa i stawów – mgr G.Olaniszyn
3. 11.00 – 11.50 Jak odżywianie wpływa na naszą mobilność i komfort życia – mgr A.Kubica

### II. WARSZTATY I INNE

- |  |                          |
|--|--------------------------|
| 1. Pierwsza pomoc  | Maciej Klepczarek        |
| 2. Konsultacje (20)  | dr Olszewski             |
| 3. Pomiary RR i Glukozy  | PTP                      |
| 4. Badania krwi  | Laboratorium             |
| 5. OSTEOPUS  | Firma Diagnosis          |
| 6. Stoisko ze sprzętem rehabilitacyjnym                          | Firma MEDICAST           |
| 7. Stoisko z żywieniem specjalistycznym                          | Firma ACTIVLAB           |
| 8. Żywienie porady   | mgr A.Kubica + Fresenius |
| 9. Porady fizjoterapeuty   | mgr G.Olaniszyn          |
| 10. Akademia Fitness pomiar tkanki tłuszczowej+ porady dietetyka |                          |
| 11. Firma farmaceutyczna -stoisko                                |                          |

21.09.2024 OD GODZ.9.00-15.00 NA TERENIE SZPITALA REJONOWEGO W RACIBORZU