

## 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	Gmina Strzyżewice, Strzyżewice 109, 23-107 Strzyżewice
2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>	Działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym

### 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	Koło Gospodyń Wiejskich w Iżycach „Iżyckie Koło Gospodyń Wiejskich” Nr 0609120002 w Krajowym Rejestrze Kół Gospodyń Wiejskich Iżyce 22a, 23-107 Strzyżewice, <a href="mailto:kgwnaizycach@gmail.com">kgwnaizycach@gmail.com</a> , tel.504 213 777, <a href="https://www.facebook.com/kgwnaizycach">https://www.facebook.com/kgwnaizycach</a>
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Maria Kochaniec, zastępca przewodniczącego Zarządu Iżyckiego Koła Gospodyń Wiejskich 504 213 777 <a href="mailto:maria.kochaniec@wp.pl">maria.kochaniec@wp.pl</a>

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Integracja i aktywizacja osób w wieku 60+		
2. Termin realizacji zadania publicznego <sup>2)</sup>	Data rozpoczęcia	02.10.2024r.	Data zakończenia 30.12.2024r.
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)			
<p>W ramach tego zadania zorganizowane zostaną 2 cykliczne wydarzenia aktywizujące osoby w wieku 60+ (tematyczne spotkania przy kawie – „Przy kawie o ważnej sprawie”, warsztaty ceramiczne – „Ceramika i herbata”). Mają to być wydarzenia dostępne dla osób w różnym wieku, z różnym poziomem sprawności, angażujące różne pokolenia, dające poczucie sprawczości i niosące dodatni ładunek emocjonalny. Wydarzenia te realizowane będą na terenie Iżyckiego Centrum Kultury.</p> <p>Celem zadania jest:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Integracja Seniorów z różnymi grupami wiekowymi mieszkającymi na terenie Gminy Strzyżewice, poprzez stworzenie warunków do wspólnego przebywania, przeżywania, działania i wzajemnego dzielenia się doświadczeniami.</li> <li>2. Aktywizacja Seniorów poprzez przedstawienie oferty ciekawych wydarzeń i zachęcanie do wzięcia w nich czynnego udziału.</li> <li>3. Ułatwienie Seniorom dostępu do wydarzeń kulturalnych poprzez bliską ich lokalizację.</li> <li>4. Stworzenie warunków do podnoszenia poczucia własnej wartości i sprawczości.</li> <li>5. Otwarcie się młodszych pokoleń na Seniorów – na ich potrzeby, możliwości oraz chęci dzielenia się swoją wiedzą i praktycznymi umiejętnościami.</li> <li>6. Ćwiczenie wzajemnej komunikacji i współpracy różnych pokoleń podczas wykonywania wspólnych zadań.</li> <li>7. Umożliwienie bezpośredniego kontaktu ze sztuką i uświadomienie na piękno poprzez zachęcanie do aktywnego uczestnictwa w warsztatach ceramicznych.</li> <li>8. Zaspokojenie potrzeb społecznych, edukacyjnych i kulturalnych Seniorów poprzez udział w cyklicznych, tematycznych spotkaniach przy kawie i warsztatach ceramicznych.</li> </ol>			

<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.



9. Umożliwienie Seniorom zaprezentowania swoich zdolności kulinarnych i zachęcanie do wzajemnego dzielenia się doświadczeniami podczas wspólnego przygotowywania poczęstunku na tematyczne spotkania przy kawie i herbacie.
10. Zachęcenie Seniorów do włączania się w organizowane przez Koło wydarzenia, zwiększając atrakcyjność spotkań przy kawie i herbacie poprzez zakup oraz udostępnienie w Iżyckim Centrum Kultury ekspresu do kawy w trakcie trwania projektu i po jego zakończeniu.
11. Nabycie lub poszerzenie umiejętności obsługi i przygotowywania różnych napojów przy użyciu ekspresu do kawy.
12. Zdobywanie wiadomości na temat różnych rodzajów kaw i herbat oraz ich prozdrowotnych właściwości.
13. Motywowanie i edukacja Seniorów w zakresie dbałości o zdrowie fizyczne i psychiczne.
14. Stworzenie warunków do powstania tradycji wspólnych spotkań przy kawie czy herbacie w Iżyckim Centrum Kultury.

## **Wydarzenia do zrealizowania:**

1. Warsztaty ceramiczne „Ceramika i herbata”
2. Spotkania tematyczne „Przy kawie o ważnej sprawie”

## **Wydarzenie 1.**

### **Warsztaty ceramiczne „Ceramika i herbata”**

Warsztaty ceramiczne to ciekawa forma wspólnego spędzania wolnego czasu realizująca różne cele. W naszych warsztatach chodzi nie tylko o próbę swoich sił w tworzeniu naczyń z gliny ale także o relaks, wspólne przebywanie, kontakt ze sztuką, uruchomienie swojego twórczego potencjału i możliwość doświadczania sprawczości oraz podnoszenia poczucia własnej wartości. Warsztaty te są odpowiednie zarówno dla młodzieży, dorosłych osób jak i bardziej dojrzałych Seniorów. Znakomicie wpisują się zatem w wydarzenia z zakresu integracji różnych grup wiekowych. Poprowadzi je wolontarystycznie Pani Bożena Szyszko terapeuta zajęciowy w pracowni ceramicznej. Przeprowadzi łącznie w czasie przygotowania i prowadzenia trzech spotkań 15 godz. W przygotowaniach tych warsztatów jak i w trakcie ich trwania a także po ich zakończeniu pomagać będą wolontariusze z Iżyckiego KGW (po dwóch na każdym spotkaniu). Będą to dwa spotkania warsztatowe i jedno podsumowujące. Łącznie na tych trzech spotkaniach przepracują 30 godz. Na pierwszym spotkaniu uczestnicy będą mieli możliwość obejrzenia przykładowych, wykonanych rękodzielniczo przedmiotów ceramicznych, w tym takich które służą do picia kawy i herbaty, różnego rodzaju miseczek czy też pater na ciasto czy owoce. Zapoznają się z materiałem, narzędziami i zasadami bezpieczeństwa posługiwania się nimi, sposobami wyrabiania gliny, etapami powstawania ceramiki, poznania różnych technik jej tworzenia i zdobienia oraz podejmą próbę wykonania naczyń użytkowych służących do picia kawy, herbaty czy innych wybranych naczyń. Każdy Uczestnik otrzyma porcję gliny oraz potrzebne materiały i narzędzia. Każdy będzie pracował indywidualnie lecz w zależności od potrzeby będzie mógł skorzystać z pomocy trenera prowadzącego warsztaty, wolontariuszy czy innych uczestników. Wszystkie wykonane i wstępnie ozdobione prace zostaną przekazane do wypalenia a po wypaleniu na kolejnym drugim spotkaniu będą przez uczestników zdobione, malowane, szkliwione według indywidualnych pomysłów i pod kierunkiem trenera. Gotowe prace zostaną ponownie przekazane do wypalenia. Trzecie spotkanie, to urządzenie wystawy gotowych już prac, podziwianie ich, sesja zdjęciowa, dyskusja i wymiana wrażeń oraz ewentualne czasowe przekazanie ich na praktyczne użycie jako elementów nakrycia czy też dekoracji stołów podczas spotkania podsumowującego projekt. Wykonane naczynia będą własnością ich autorów – będzie je więc można zabrać do domu i mieć je dla siebie lub подарować wybranej osobie.

#### **1. Spotkanie - „Nie święci garnki lepią”**

Pierwsze spotkanie jak i kolejne dwa poprowadzi wolontarystycznie Pani Bożena Szyszko. Będzie pracować przez 5 godz., wolontariusze łącznie 10 godz. Na wstępie Pani Bożena zaprezentuje przykłady wykonanych rękodzielniczo przedmiotów ceramicznych, w tym takich które służą do picia kawy i herbaty, zapozna Uczestników z materiałem, narzędziami i zasadami bezpiecznego posługiwania się nimi, sposobami wyrabiania gliny, etapami powstawania ceramiki, poznania różnych technik jej tworzenia. Przedstawi także techniki lepienia ręcznego oraz tradycyjne metody zdobienia. Opowie o ewentualnych wadach wyrobów z gliny, które mogą się ujawnić po wypaleniu a także o zagrożeniu całkowitego zniszczenia naczynia w trakcie wypalania. Odpowie także na ewentualne pytania. Po odpowiednim przygotowaniu stanowisk pracy, każdy Uczestnik otrzyma porcję gliny oraz potrzebne materiały i narzędzia i po wyrobieniu gliny będzie mógł indywidualnie przystąpić do wykonania i wstępnego zdobienia własnej filiżanki, patery czy misy. Kiedy wszystkie naczynia będą już gotowe, będą musiały wstępnie schnąć około 2 tygodni a po tym czasie nastąpi pakowanie ich i przygotowanie do przewiezienia do garncarza, który w specjalnym piecu je wypali na biskwit.

#### **2. Spotkanie - Szkliwienie naczyń**

Na drugim spotkaniu po przywiezieniu wyrobów wypalonych na biskwit, każdy uczestnik będzie mógł wybrać swoją pracę, sprawdzić w jakim jest stanie i po zapoznaniu się ze szkliwem (jego właściwościami, sposobem nakładania i narzędziami niezbędnymi do szkliwienia) oraz technikami zdobienia i powierzchnią przeznaczoną do szkliwienia i taką której szkliwić nie należy będzie mógł przystąpić do indywidualnej pracy. Pani Bożena cały czas będzie czuwać nad właściwym przebiegiem prac i ewentualnie służyć pomocą. Po zakończeniu szkliwienia wykonane przedmioty muszą ponownie trafić do wypalania a więc trzeba je zapakować i zawieźć do pracowni garncarskiej. To spotkanie wolontarystycznie poprowadzi Pani Bożena Szyszko przygotowując i prowadząc warsztaty przepracuje 5 godz. Wolontariusze 10 godz.



### **Ad. 1. Kupiony ekspres i co dalej**

Pierwsze spotkanie będzie składało się z dwóch części. Pierwsza część, którą w ramach wolontariatu poprowadzi Jolanta Wilkołazka, to czas na sprawy organizacyjne. Pani Jola przedstawi reguły obowiązujące na naszych spotkaniach przy kawie. Zasugeruje aby na każde ze spotkań, Uczestnicy przygotowali z udostępnionych przez Koło produktów prosty, szybki, słodki poczęstunek oraz proponuje aby w tym celu wyłonić z pośród Uczestników 4 grupy składające się z Seniorów. Zaprezentuje również udostępniony przez Iżyckie KGW pakiet produktów i półproduktów z których Uczestnicy spotkań będą mogli wykonywać ciasta oraz opowie o ogólnych zasadach doboru słodkich przekąsek do kawy. Następnie będzie „Burza mózgów” w grupach odnośnie możliwości zrobienia czegoś słodkiego z udostępnionych składników. Każdy Senior będzie miał możliwość przedstawienia swojej propozycji deseru wraz z podaniem sposobu wykonania, zatem wszyscy będą mogli pochwalić się znajomością łatwych przepisów na ciasta czy też desery ale również korzystać i zapisywać sobie przepisy innych osób. Będzie także możliwość korzystania z różnych przepisów prezentowanych w poradnikach poświęconych pieczeniu ciast i deserom, udostępnionych przez Koło. Po tej „burzy mózgów” będzie łatwiej wspólnie wybrać najlepszy przepis na słodkości z grupy (będą one wykonane przez grupę jako poczęstunek na kolejne spotkania). Z zebranych przepisów powstanie mini przepiśnik „Łatwe desery”, który zostanie zredagowany i wydrukowany oraz rozdany uczestnikom na podsumowaniu całego projektu.

W drugiej części spotkania głos zabierze Pani Agnieszka Weremczuk – specjalistka od obsługi ekspresu. Będą zatem mini warsztaty obsługi ekspresu ciśnieniowego zakupionego z dotacji z Gminy Strzyżewice dla Iżyckiego KGW, w celu podniesienia atrakcyjności wspólnych spotkań i promowania zdrowego picia dobrej jakości kawy i innych napojów przygotowywanych w ekspresie. Pod okiem Pani Agnieszki uczestnicy spotkania rozwiną swoje umiejętności obsługi ekspresu ciśnieniowego, poznają różne rodzaje kaw i innych napojów jakie można w nim zaparzyć ale także zdobędą wiadomości na temat właściwości i charakterystyki tych kaw. Uczestnicy spotkania dowiedzą się od czego zależy smak zaparzonej kawy, na co zwracać uwagę przy wyborze kaw do zaparzania w domu, jaka kawa może być zdrowsza itp. oraz poznają różne gatunki i rodzaje kawy, narzędzia, urządzenia i metody jej zaparzania.

Będą także eksperymenty z kawą. Uczestnicy zaparzą ten sam rodzaj kawy starym domowym sposobem w zaparzaczu, kawiarence oraz w nowoczesnym ekspresie ciśnieniowym. Będzie więc możliwość degustacji tego samego rodzaju kawy ale w różnej formie zaparzania. W ten sposób uczestnicy przekonają się że ta sama kawa może różnie smakować w zależności od sposobu jej zaparzania czy grubości zmielenia itp. Tego dnia, kawa i słodkości będą nieodłącznym elementem warsztatów (podobnie jak na kolejnych spotkaniach) dlatego w trakcie ich trwania będą one cały czas obecne. Każdy uczestnik będzie mógł zrobić dla siebie swoją ulubioną kawę w ekspresie, poczęstować się ciastem przygotowanym przez Panią z Iżyckiego KGW i wziąć udział w dyskusji podsumowującej warsztaty. Pani Agnieszka przepracuje wolontarystycznie 5 godz., wolontariusze z KGW łącznie 10 godz.

### **AD. 2. Dekoracje stołu kawowego i bankietowego**

Kolejne spotkanie wolontarystycznie poprowadzi florystka Renata Godlewska. Będą to mini warsztaty i prezentacja florystycznej dekoracji stołu kawowego i bankietowego. Pani Renata pokaże jak szybko oraz tanio ozdobić kwiatami takie stoły, jakie dobrać dodatki czy kolorystykę w zależności od sytuacji i rodzaju przyjęcia czy też wieku konsumentów. Uczestnicy poznają rośliny o jadalnych kwiatach czy liściach polecanych do dekoracji potraw i stołów ale również takie, które mogą alergizować lub są trujące i nie nadają się do kontaktu z żywnością. Posiadając takie wiadomości, korzystając z dostępnych materiałów, przygotują w grupach własne bezpieczne dla zdrowia dekoracje, ozdobią nimi stoły bankietowe, talerze ze słodkim poczęstunkiem i przygotują przy pomocy ekspresu ciśnieniowego dla siebie ulubioną kawę. Podczas wspólnej pracy będzie czas na dyskusję, dzielenie się spostrzeżeniami, wątpliwościami, refleksjami a po jej zakończeniu dodatkowo jeszcze na delektowanie się wyborną kawą z ekspresu i częstowanie się przygotowanym przez pierwszą grupę Uczestników ciastem, przy pięknie udekorowanych stołach. Będzie to też czas na kontynuowanie rozmów i dyskusji. Pani Renata przepracuje wolontarystycznie 5 godz. wolontariusze z KGW łącznie 10 godz.

### **Ad. 3. Herbaciany świat**

Na tym spotkaniu Specjalistka z herbaciarstwa Sole Mia Agnieszka Misiura zabierze Uczestników do świata niepowtarzalnych aromatów i unikalnych mieszanek ziół, naparów, herbat, - tych egzotycznych, jak i bardziej znanych. Będzie można poznać i porównać ich różne rodzaje (czarną, zieloną, czerwoną, białą, żółtą i turkusową) pod kątem różnic w działaniu zdrowotnym, smaków, technik wytwarzania oraz parzenia. Można będzie degustować różne herbaty jak i przygotować własne mieszanki czy obejrzeć funkcjonalne sprzęty i akcesoria do herbaty w tym również filizanki, dzbanki imbryki i inne naczynia. Ponieważ całe warsztaty poświęcone będą herbacie to na ich zakończenie, do słodkiego poczęstunku przygotowanego przez drugą grupę Uczestników rekomendowana będzie herbata parzona przy pomocy ekspresu ciśnieniowego z porcją dobrego ciasta przygotowanego przez pierwszą grupę Uczestników. Pani Agnieszka przepracuje wolontarystycznie 5 godz. wolontariusze z KGW łącznie 10 godz.

### **Ad. 4. Zioła w kuchni i domowej apteczce**

Celem tego spotkania jest upowszechnianie wiedzy na temat ziół. Spotkanie to poprowadzi wolontarystycznie pasjonatka ziołarska Urszula Krzyżak. Na spotkaniu zostaną omówione zagadnienia związane z ziołami sezonowymi, zbiorem i przechowywaniem, zastosowaniem, rolą ich w kuchni i domowej apteczce. Uczestnicy nabędą wiedzę na temat ziół występujących w naturze: na łące, w lesie, na polu, miedzach, bagnach ale też tych, które warto zasiać lub zasadzić w swoim ogródku ze względu na ich szerokie zastosowanie w domu np.: nagietek lekarski, róża damasceńska, jeżówka purpurowa, malwa czarna, macierzanka piaskowa, lawenda



### **3. Spotkanie Wystawa i podsumowanie warsztatów**

Trzecie spotkanie wolontarystycznie poprowadzi Pani Bożena Szyszko. Będzie to ocena atrakcyjności takich warsztatów ale przede wszystkim urządzanie wystawy gotowych już wypalonych po szkliwieniu prac, podziwianie ich, sesja zdjęciowa, dyskusja i wymiana wrażeń. Wyeksponowane na wystawie naczynia to własność ich autorów zatem będą odpowiednio opisane i podpisane – a po zamknięciu wystawy będzie je można zabrać do domu i mieć je dla siebie lub podarować wybranej osobie. Możliwe jest także, za zgodą autorów, ewentualne praktyczne użycie tych naczyń jako elementów nakrycia czy też dekoracji stołów na spotkanie podsumowujące cały projekt, na które wszyscy Uczestnicy warsztatów ceramicznych dołączą. Na tym spotkaniu Pani Bożena również przepracuje 5 godz. wolontariusze 10godz.

## **Wydarzenie 2.**

### **Tematyczne spotkania „Przy kawie o ważnej sprawie”.**

Spotkania te będą miały charakter integracyjny oraz edukacyjno- kulturalny na których będą prowadzone rozmowy za każdym razem wokół konkretnego tematu. Na każde spotkanie warsztatowe będzie zaproszony trener - specjalista w danej dziedzinie, który wprowadzi uczestników w zagadnienie poprzez mini warsztaty, pogadanki, pokazy czy prezentacje a po takim wstępie będzie czas na wspólne rozmowy dyskusje, opowieści, wspomnienia, wymianę doświadczeń przy kawie. Trenerzy będą pracowali wolontarystycznie – każdy z nich przygotowując i prowadząc warsztaty przepracuje 5 godz. W każdym spotkaniu weźmie udział 20 Seniorów i 7 osób z Iżyckiego KGW. W trakcie trwania projektu będzie w sumie sześć różnych spotkań a po jego zakończeniu będą cyklicznie kolejne, tak aby stały się tradycją naszego Koła i mieszkańców Iżyc. Na Każdym spotkaniu będzie słodki poczęstunek, przygotowany wspólnie przez wolontariuszy z Iżyckiego KGW i Seniorów, tak aby dać Uczestnikom możliwość czynnego uczestnictwa w organizacji tych wydarzeń a tym samym wzmacniać ich poczucie sprawczości. By zapewnić lepsze pole do działania, na czas wykonywania słodkich przekąsek Uczestnicy będą podzieleni na 4 grupy, składające się z Seniorów i wolontariuszy - członków KGW. Każda z grup na wyznaczone dla niej spotkanie, korzystając z udostępnionych przez Koło produktów i półproduktów, przygotuje prosty słodki poczęstunek Na pierwsze i ostatnie spotkanie poczęstunek przygotuje Iżyckie KGW, na pozostałe - odpowiednie grupy. Na pierwszym spotkaniu każdy Senior z grupy będzie miał możliwość przedstawienia swojej propozycji deseru wraz z podaniem przepisu, zatem wszyscy będą mogli pochwalić się znajomością różnych ciekawych, łatwych do wykonania ciast czy też innych deserów ale też korzystać i zapisywać sobie przepisy innych osób, po to by można było wspólnie wybrać 1 najciekawszy z grupy. W ten sposób powstanie mini przepiśnik „Łatwe desery”. Zostanie on zredagowany i wydrukowany oraz rozdany uczestnikom na podsumowaniu całego projektu. Na spotkaniach oprócz słodkiego poczęstunku będzie oczywiście też kawa lub herbata z ekspresu aby zachęcać i wdrażać Seniorów do korzystania z urządzeń ułatwiających przygotowywanie tych napojów a także promować zdrowszy i smaczniejszy sposób parzenia kawy. Będzie to też zachęta do wspólnego przebywania i tematycznych rozmów przy dobrej, łatwej do przygotowania kawie teraz w trakcie trwania projektu jak i po jego zakończeniu bo po zakończeniu projektu planowana jest kontynuacja spotkań „Przy kawie o ważnej sprawie”. Zagadnienia do dyskusji proponuje Koło, uwzględniając potrzeby i postulaty Seniorów.

Przykładowa tematyka spotkań po zakończeniu projektu:

1. Procesy starzenia a sprawność umysłu.
2. Jak zachować sprawność umysłu
3. Co wiemy o stresie
4. Komunikacja oparta na empatii
5. Ruch lekiem na różne choroby
6. Bezpieczny Senior
- I inne.

### **Tematyka zaplanowanych spotkań w trakcie trwania projektu:**

1. Kupiony ekspres i co dalej
2. Dekoracje stołu kawowego i bankietowego
3. Herbaciany świat
4. Zioła w kuchni i domowej apteczce
5. Smutek, chandra czy depresja
6. Ceramika dedykowana kawie i herbacie

W przygotowaniach do warsztatów, w trakcie ich prowadzenia jak i po zakończeniu pomagać będą wolontariusze z Iżyckiego KGW. Za pomoc w organizacji i przebiegu spotkań 1.-5. będzie odpowiedzialnych dwóch wolontariuszy Każdy z nich przepracuje po 5 godz. Łącznie w czasie pięciu spotkań przepracują 50 godz. Na ostatnim spotkaniu pracować będzie pięciu wolontariuszy z Iżyckiego KGW. Każdy z nich przepracuje po 3 godz. Łącznie przepracują 15 godz.



Ilość wolontarystycznie przepracowanych godzin	135	Oświadczenie o wolontariacie, podpisy na listach obecności
Liczba wydarzeń zorganizowanych w ramach zadania	2	Listy obecności, zdjęcia
Ilość zakupionych ekspresów do kawy	1 szt.	Zdjęcia, dowody zakupu
Ilość tematycznych spotkań przy kawie	6	Listy obecności, zdjęcia
Ilość przygotowanych wersji przepisników	1	Zdjęcia
Ilość wydrukowanych przepisników	30	Zdjęcia
Ilość spotkań w ramach warsztatów ceramicznych	3	Listy obecności, zdjęcia
Ilość zakupionej gliny	30 kg	Dowody zakupu, zdjęcia
Ilość zakupionego szkliwa	4 kg.	Dowody zakupu, zdjęcia
Ilość wykonanych naczyń	30 szt.	Zdjęcia

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

Iżyckie Koło Gospodyń Wiejskich powstało w 2019 r. z inicjatywy mieszkanki i mieszkańców miejscowości Iżyce. Od początku istnienia angażuje się w sprawy wsi i potrzeby ludzi w wieku produkcyjnym, starszych, młodzieży i dzieci. Organizuje spotkania dla całej społeczności Iżyc np.: pikniki, spotkania dożynkowe, przygotowuje świąteczne upominki dla chorych mieszkańców. Współpracuje z różnymi placówkami i organizacjami działającymi na terenie gminy Strzyżewice np.: CKiP, biblioteka publiczna, szkoła podstawowa, OSP, KGW. Realizuje z powodzeniem różne zadania w ramach grantów, między innymi: „Iżycka MMOC- wzrost instytucjonalny Iżyckiego KGW”, „Bezpieczni i zaradni w dobie pandemii”, „Skrzydła dla Mam” oraz „Super Sprawni=Super Zdrowi w Gminie Strzyżewice, „Integracja i aktywizacja osób 60+”, czy „Danie wspólnych chwil” Fundacji Biedronki. W skład koła wchodzi ludzi różnych zawodów i pokoleń. Są to nauczyciele, pedagog terapeutyczny, oligofrenopedagog, (obecnie trener realizujący szkolenia dla opiekunów w DPS, WTZ, ŚDS, oraz dla osób starszych i niepełnosprawnych), organista, florysta, inżynier budownictwa, krawcowa rolnicy, emeryci i inni.

Warsztaty ceramiczne poprowadzi wykwalifikowany trener. W trakcie 3 spotkań przepracuje wolontarystycznie 15 godz. Pomagać w przygotowaniu tego wydarzenia będzie 6 wolontariuszy z Koła, którzy razem przepracują 30 godz. (razem z trenerem 45 godz.). Spotkania przy kawie będzie wspierać 10 wolontariuszy, którzy przepracują łącznie 65 godz. Trenerzy przepracują wolontarystycznie 25 godz. Razem wolontariat związany ze spotkaniami przy kawie wyniesie 90 godz. co łącznie daje 135 godz. w trakcie trwania całego projektu. Uznając, że 1 godz. pracy wolontarystycznej to wartość 30 zł, nasi wolontariusze wraz z trenerami wykonają w trakcie trwania projektu pracę o wartości 4050 zł. Produkty potrzebne do przygotowania poczęstunku i nagrody i wydruki będą pochodzić z zasobów i środków własnych Koła.

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
<b>1.</b>	<b>Tematyczne spotkania przy kawie</b>	<b>6100</b>	<b>2800</b>	<b>3300</b>
1.1.	Zakup ekspresu do kawy	2800	2800	0
1.2.	Wolontariat	2700	0	2700
1.3.	Produkty na poczęstunek	400	0	400
1.4.	Nagrody	100	0	100
1.5.	Druk „przepisników”	100	0	100
<b>2.</b>	<b>Warsztaty ceramiczne</b>	<b>3550</b>	<b>2200</b>	<b>1350</b>
2.1.	Zakup gliny	150	150	0
2.2.	Zakup szkliwa	360	360	0
2.3.	Usługa wypalania	1690	1690	0
2.4.	Wolontariat	1350	0	1350
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>9650</b>	<b>5000</b>	<b>4650</b>

**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;



lekarska. Pani Ula poda konkretne przepisy na wykonanie ziołowych specyfików, np.: napar z liści nasturcji, syrop różany, odw kwiatów malwy czarnej, kwiatowo-ziołową sól do potraw, krakersy lawendowe i inne. Będzie można zastosować niektóre zioła sporządzenia herbatki czy też jako dodatek do kawy czy herbaty lub do przygotowania ciasta, które tym razem przygotuje trzecia grupa Uczestników. Pani Ula przepracuje wolontarystycznie 5 godz., wolontariusze z KGW łącznie 10 godz.

#### **Ad. 5. Smutek, chandra czy depresja?**

Na tym spotkaniu będą rozmowy o tym, czym właściwie jest depresja, jak ją rozpoznać i kto może zachorować, jak chronić się przed depresją, kiedy i gdzie zgłosić się po wsparcie oraz jak pomóc bliskim – również dzieciom i młodzieży – cierpiącym na depresję. Spotkanie to wolontarystycznie poprowadzi psycholog Justyna Samoń, która pomoże odróżniać zwykły smutek czy chandrę od depresji. Uświadomi Uczestników, że depresja to choroba znacznie utrudniająca funkcjonowanie w wielu sferach życia, takich jak praca czy relacje z innymi ludźmi, będąca źródłem cierpienia dla osób jej doświadczających. Dotyka niezależnie od wieku, płci, koloru skóry, statusu społecznego i majątkowego ale na szczęście jest to choroba uleczalna – trzeba tylko zgłosić się do specjalisty po pomoc i utrzymywać kontakty z innymi ludźmi. Całe spotkanie przebiegać będzie w miłej atmosferze przy filiżance samodzielnie zrobionej kawy lub innego napoju z ekspresu z pysznym deserem, przygotowanym przez czwartą grupę Uczestników. Pani Justyna przepracuje wolontarystycznie 5 godz., wolontariusze z KGW łącznie 10 godz.

#### **Ad. 6. Ceramika dedykowana kawie i herbacie**

Na ostatnim spotkaniu w miarę możliwości obecni będą gościnnie wszyscy trenerzy realizujący zadanie. Gospodarzami będą członkowie Iżyckiego KGW a w szczególności pięciu wolontariuszy odpowiedzialnych za organizację tego spotkania. Przepracują oni łącznie 15 godz. Spotkanie to poświęcone będzie podsumowaniu całego projektu, oglądanie wcześniej urządzonej przez Uczestników warsztatów ceramicznych a pod czujnym okiem Pani Bożeny Szyszko wystawy własnoręcznie wykonanych na warsztatach naczyń, w tym również tych dedykowanych kawie lub herbacie i ewentualne praktyczne użycie tych naczyń jako elementów nakrycia czy też dekoracji stołów. To także rozmowy na temat przebiegu wszystkich warsztatów, wspomnianie ciekawych wrażeń, zdarzeń, doświadczeń, ocena atrakcyjności takich spotkań, ustosunkowanie się do pomysłu ich cyklicznej organizacji i chęci udziału w kolejnych spotkaniach oraz dyskusje nad tematyką tych spotkań. Wszystko odbywać się będzie przy filiżance kawy lub herbaty parzonych w ekspresie ciśnieniowym zakupionym z dotacji Gminy Strzyżewice, degustując poczęstunek przygotowany przez wolontariuszy z Koła. W trakcie tego spotkania, dla przypomnienia i utrwalenia zdobytej wiedzy i umiejętności na organizowanych w tym projekcie warsztatach, przeprowadzone zostaną 3 konkursy z nagrodami:

1. Czy pamiętasz ciekawostki o herbacie – test wyboru.
2. Co to za kawa? – degustacja kaw i odgadywanie nazwy.
3. W którym naczyniu? - dopasowywanie naczyń do odpowiedniego rodzaju kawy lub herbaty.

Będą drobne nagrody dla uczestników konkursów oraz przepiśniki, podziękowania i dyplomy uczestnictwa, które zostaną rozdane wszystkim uczestnikom projektu. Na zakończenie spotkania Uczestnicy wypełnią ankiety ewaluacyjne. Zostanie sporządzony harmonogram i tematyka kolejnych cyklicznych spotkań przy kawie i herbacie w naszym Centrum Kultury, oraz opracowany regulamin tych spotkań.

W każdym wyżej wymienionym wydarzeniu będziemy korzystać z dotacji z Gminy Strzyżewice ale także z innych źródeł. Z funduszy otrzymanych z Gminy zakupiony zostanie ekspres do kawy, glina, szkliwo oraz opłacona usługa wypalania wykonanych naczyń z gliny. Produkty potrzebne do przygotowania poczęstunku na spotkania przy kawie, nagrody do konkursów oraz druk przepiśników będą pochodzić z zasobów i środków własnych Iżyckiego KGW. Dziesięciu członków Koła przygotowujących i wspierających przebieg warsztatów ceramicznych i spotkań przy kawie będzie pracować wolontarystycznie. Łącznie przepracują 95 godz. Pięciu trenerów prowadzących tematyczne spotkania przy kawie również będzie wolontariuszami. Przepracują po 5 godz. (łącznie 25 godz.). Trener warsztatów ceramicznych przepracuje wolontarystycznie 15 godz. Ogółem wszyscy razem przepracują wolontarystycznie 135 godz. Licząc 30 zł za godz. wartość pracy wszystkich wolontariuszy wyniesie 4050 zł.

#### **4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego**

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Liczba uczestników zadania	27	Listy obecności
Liczba uczestników zadania w wieku 60+	20	Listy obecności
Liczba uczestników zadania młodszego pokolenia z Iżyckiego KGW	7	Listy obecności
Liczba wolontariuszy przygotowujących i wspierających przygotowanie zadania	10	Oświadczenie o wolontariacie, podpisy na listach obecności
Liczba trenerów wolontariuszy prowadzących warsztaty	6	Oświadczenie o wolontariacie, podpisy na listach obecności

- 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.

**Maria Kochaniec**

z-ca przewodniczącego

**Koła Gospodyń Wiejskich w Iżycach**  
**„Iżyckie Koło Gospodyń Wiejskich”**

*Maria Kochaniec*

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

Data 09.08.2024