

W dniu 16.12.2025

URZĄD MIASTA OLSZTYNA  
Biuro Pełnomocnika Prezydenta Olsztyna  
ds. Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi  
dnia 2025-12-11

Zamiennowo we wpł. 611m.e  
i w BIP. młg.

UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

0105123534  
PRZESYŁANA OLSZTYNA  
KANCELARIA WSPOMAGAJĄCA  
odpowiedź, pozostawiając  
WPL.  
DNIA: 2025-12-11

**POUCZENIE co do sposobu wypełniania oferty:**

Ofertę należy wypełnić wyłącznie w białych pustych polach, zgodnie z instrukcjami umieszczonymi w załączniku 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**

Marzena Rudnicka-Dudziak  
Nr 142375 R. 2025-P

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta</b>	Prezydent Miasta Olsztyna		
<b>2. Tryb, w którym złożono ofertę</b>	Art. 19a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie		
<b>3. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	Ochrona zdrowia psychicznego, działalność na rzecz ochrony, rozwoju i promocji zdrowia publicznego oraz promowanie zdrowego stylu życia		
<b>4. Tytuł zadania publicznego</b>	„Zdrowie psychiczne – skarb w naszych rękach”		
<b>5. Termin realizacji zadania publicznego<sup>2)</sup></b>	Data rozpoczęcia	19.12.2025	Data zakończenia
			29.12.2025

**II. Dane oferenta (-ów)**

**1. Nazwa oferenta (-ów), forma prawna, numer Krajowego Rejestru Sądowego lub innej ewidencji, adres siedziby oraz adres do korespondencji (jeżeli jest inny od adresu siedziby)**

**2. Inne dodatkowe dane kontaktowe, w tym dane osób upoważnionych do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. numer telefonu, adres poczty elektronicznej, numer faksu, adres strony internetowej)**

**III. Zakres rzeczowy zadania publicznego**

**1. Opis zadania publicznego proponowanego do realizacji wraz ze wskazaniem, w szczególności celu, miejsca jego realizacji, grup odbiorców zadania oraz przewidywanego do wykorzystania wkładu osobowego lub rzeczowego**

Zadanie publiczne - Ochrona zdrowia psychicznego, działalność na rzecz ochrony, rozwoju i promocji zdrowia publicznego oraz promowanie zdrowego stylu życia - wpisuje się w działania Programu Współpracy Miasta Olsztyna z organizacjami pozarządowymi oraz innymi podmiotami prowadzącymi działalność pożytku publicznego.

Celem zadania przeprowadzenie cyklu wykładów otwartych dla dorosłych oraz warsztaty dla seniorów, podczas dwudniowych sesji (po 3h każda) poprowadzą olsztyńscy terapeuci – reprezentujący różne uznane, modalności terapeutyczne, zajmujący się na co dzień pomocą w ochronie zdrowia psychicznego. Podczas prelekcji i następującej po niej dyskusji oraz warsztatów zaprezentują jak praktycznie zadbać o siebie i swoich bliskich w emocjonalnym wymiarze codziennego życia. Wykłady i warsztaty będą otwarte, bezpłatne. Planujemy poprowadzić je w sali Urzędu Miasta w Olsztynie (Plac Jana Pawła II 1, sala nr 219) oraz świetlicy Seniorów Fundacji Słuchaj i Usłysz w Olsztynie przy ul. Jagiellońskiej 41.

Forma otwartych – dostępnych mieszkańcom Olsztyna, form doskonale wpasowuje się w okres okołoswiąteczny i czas przełomu roku. Z doświadczenia pracy z osobami starszymi, praktyki klinicznej oraz przekazu o charakterze akademickim wiemy, iż ten czas niesie ze sobą, obok wyczekiwanych przyjemności, także potężny ładunek obciążenia emocjonalnego zwiększającego ryzyko wystąpienia

<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.  
<sup>2)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

bądź nasilenia się już istniejących dysfunkcji funkcjonowania psychicznego. Nasza propozycja wpisuje się więc jako działanie profilaktyczne, odpowiadające rzeczywistym potrzebom adresatów. Promocja przygotowanych przez nas wydarzeń będzie uwzględniać dotarcie do grup zwiększonego ryzyka – osób starszych, które z uwagi na swoją sytuację społeczną (izolacja), rodzinną (samotność, wykluczenie), ekonomiczną (ubóstwo), zdrowotną (choroby, niepełnosprawność) są narażone w szczególności na ryzyko zaburzeń zdrowia psychicznego.

19 grudnia 2025r. (Olsztyn, Zatorze, ul. Jagiellońska 41)

**9:30-11:00 Warsztaty: "Zaopiekuj się sobą - jak radzić sobie ze stresem?"**

Prowadząca: Karolina Burdyło -Getka, psycholożka, arteterapeutka, pedagogka teatru, psychoterapeutka kontekstualno-behawioralna w trakcie szkolenia

**11:00-12:30 Warsztaty: „Arteterapia jako sposób troski o zdrowie psychiczne”.**

Prowadząca: Magdalena Jaroszevska, pedagog, profilaktyk, autorka programów profilaktycznych dla Seniorów.

29 grudnia 2025r., Olsztyn, Plac Jana Pawła II 1, sala nr 219

**9:00-10:30 Wykład otwarty "Lepiej rozmawiać niż tłuc talerze, czyli o sztuce oswojania nerwów".**

Prowadzący: Marcin Jaroszewski, psycholog, certyfikowany psychoterapeuta (Polskie Towarzystwo Psychoterapii Psychodynamicznej).

**10:30-12:00 Wykład otwarty "Dobrostan czym jest i jak go wzmacniać?"**

Prowadząca: / pedagog, socjoterapeutka, członek Polskiego Stowarzyszenia Terapeutów Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniu.

Każde wystąpienie w formie wykładu obejmuje możliwość dyskusji i odpowiedzi na pytania pochodzące od uczestników wydarzenia.

W wykładach otwartych może wziąć udział 40-50 osób, w warsztatach 15 osób.

## 2. Zakładane rezultaty realizacji zadania publicznego

Rezultatem zadania publicznego będzie wspólne zadbanie o emocjonalną i psychiczną część zdrowia osób dorosłych (50-65 osób) poprzez udział w bezpłatnych wykładach otwartych i warsztatach w szczególnie trudnym dla zdrowia psychicznego osób samotnych okresie Świąt Bożego Narodzenia.

## IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego (w przypadku większej liczby kosztów istnieje możliwość dodania kolejnych wierszy)

Lp.	Rodzaj kosztu	Koszt całkowity (zł)	do poniesienia z wnioskowanej dotacji <sup>3)</sup> (zł)	do poniesienia ze środków finansowych własnych, środków pochodzących z innych źródeł, wkładu osobowego lub rzeczowego <sup>4)</sup> (zł)
1.	Koszty osobowe czterech prowadzących	5000	5000	0
2.	Obsługa administracyjna, w tym przygotowanie i promocja materiałów informacyjnych o wydarzeniu	3000	3000	0
3.	Poczęstunek dla uczestników warsztatów i wykładów	2000	2000	0
4.				

<sup>3)</sup> Wartość kosztów ogółem do poniesienia z dotacji nie może przekroczyć 10 000 zł.

<sup>4)</sup> W przypadku wsparcia realizacji zadania publicznego.

5.			
	<b>Koszty ogółem:</b>	<b>10000</b>	<b>10000 0</b>

Oświadczam(-y), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta;
- 2) w ramach składanej oferty przewidujemy pobieranie\*/niepobieranie\* świadczeń pieniężnych od adresatów zadania;
- 3) wszystkie podane w ofercie oraz załącznikach informacje są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 4) oferent\*/oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)\*/zalega (-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 5) oferent\*/oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)\*/zalega (-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne.

Fundacja

5Z

2243

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

Data 08.12.2025r.

**Załącznik:**

W przypadku gdy oferent nie jest zarejestrowany w Krajowym Rejestrze Sądowym – potwierdzona za zgodność z oryginałem kopia aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji.