

Biuro Dialogu i Partnerstwa  
Obywatelskiego

*nazwa Departamentu*

.....

*data wpływu*

Tryb uproszczony 19a

*nazwa konkursu*

Leśna Akademia dla Seniora

*nazwa zadania*

**Oferent**

Fundacja „Bajkowy Las”

**Suma kontrolna**

15c9 9a17 cda3 63c1 bf61 7325 6cda 0dff

**Oferta**

**Korekta oferty**

**Aktualizacja oferty**

**Aneks oferty**

**Sprawozdanie**

**Korekta  
sprawozdania**

## 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**

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta</b>	Zarząd Województwa Opolskiego
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	Działalności na rzecz osób w wieku emerytalnym

**II. Dane oferenta(-tów)**

<b>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</b>	
<b>Fundacja „Bajkowy Las”</b> 46-024 Łubniany Krzyżula 8  Forma prawna: fundacja KRS 0000746406	
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty</b> (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	<b>Lista reprezentantów zgodnie z CFB 4327705:</b> Katarzyna Sowa  <b>Osoba/y upoważniona do składania wyjaśnień:</b> Katarzyna Sowa, +48502037207, edu.alternatywna.las@gmail.com

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Leśna Akademia dla Seniora			
2. Termin realizacji zadania publicznego <sup>2)</sup>	Data rozpoczęcia	2023-05-15	Data zakończenia	2023-08-12

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

„Leśna Akademia dla Seniora” w Bajkowym Lesie, to cykl trzech warsztatów dedykowanych grupie 25-ciu Seniorów z województwa opolskiego.

Celem warsztatów jest profilaktyka zdrowia fizycznego i psychicznego wśród osób starszych.

W ramach warsztatów, chcemy zaproponować Opolskim Seniorom leśne kąpiele- Shinrin Yoku, czyli powolne spacery po lesie- chłonięcie atmosfery lasu wszystkimi zmysłami.

Prowadzone od połowy lat osiemdziesiątych badania naukowe w Japonii, Korei i wielu krajach Europejskich dowodzą konsekwentnie i niezłomie, że jako forma dbania o zdrowie i prewencji chorób cywilizacyjnych kontakt z przyrodą nie ma sobie równych. Leśne Kąpiele obniżają poziom stresu, działają wzmacniająco na układ odpornościowy. Badania naukowe dowodzą, że regularne zażywanie kąpiele leśnych m.in. obniża ciśnienie i poziom cukru we krwi, pomaga w walce z depresją i bezsennością, a także dodaje energii, a nawet podnosi próg bólu.

Jeśli jako definicję zdrowia przyjmiemy poczucie dobrostanu i takiej rozszerzonej na ciało, psychikę i umysł "homeostazy", w której to organizm sprawnie reguluje swoje procesy i gładko reaguje na różnorodne bodźce płynące z otaczającego nas świata, to regularne przebywanie w środowisku jak najbardziej zbliżonym do naturalnego, na przykład w lesie, na łące czy dzikiej nadmorskiej plaży, stwarza dla naszego ciała i umysłu idealnie wręcz warunki. To naturalne środowisko sprzyja wszelkim procesom naprawczym, które powinny zachodzić w naszym organizmie dosyć samoczynnie.

Nasze ciała są z natury dobrze zaprojektowane i nie aż tak wiele im potrzeba do gładkiego funkcjonowania. Dobry sen, zróżnicowana i bogata w produkty roślinne dieta oraz ruch na świeżym powietrzu to trzy często wymieniane filary zdrowia.

Warsztaty będą realizowane na terenie bazy Fundacji „Bajkowy Las” w Łubnianach k/Opola przy ul. Krzyżula oraz okolicznych lasach i łąkach.

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

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Poznanie kilkunastu relaksujących ćwiczeń do samodzielnego praktykowania w lesie/okolicznościach natury.	Zorganizowanie 3 warsztatów z leśnych kąpiele dla grupy 25-ciu Seniorów	Dokumentacja fotograficzna, listy obecności, informacje w social mediach na profilu Bajkowego Lasu

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

Fundacja „Bajkowy Las”, położona jest w przestrzeni lasów Nadleśnictwa Turawa w Łubnianach przy ul. Krzyżula 8. To ponad hektarowy teren z brzoźowo-sosnowym lasiem, łąką, zagrodami dla zwierząt, drewnianymi altanami. Fundacja powstała na skutek inicjatywy oddolnej i powołana do życia została w 2018 roku. Główne obszary działalności Fundacji to: edukacja alternatywna, promowanie nowoczesnej edukacji, pedagogiki lasu, działania promujące zdrowy tryb życia, zapobieganie Zespołowi Deficytu Natury wśród dzieci i młodzieży. Szeroko rozumiana profilaktyka zdrowia psychicznego i fizycznego wśród : dzieci, młodzieży oraz osób starszych.

Fundacja, wraz z gminą Łubniany organizowała cykl spotkań z kąpiele leśnych dla mieszkańców gminy. W pierwszym takim spotkaniu uczestniczyło prawie 150 osób.

W ramach dnia z gościem w leśnym przedszkolu, prowadzonym przez Fundację regularnie goszczą Seniorzy oraz Panie z Klubu Gospodyń Wiejskim. Celem tych spotkań jest integracja międzywiekowa oraz profilaktyka zdrowia fizycznego i psychicznego.

Warsztaty z Shinrin Yoku- Kąpiele Leśnych poprowadzi Katarzyna Sowa- certyfikowana przewodniczka Kąpiele Leśnych - certyfikat międzynarodowy, zrzeszona w Polskim towarzystwie Kąpiele Leśnych.

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	I warsztaty z Leśnej Akademii dla grupy 25-ciu Seniorów w Bajkowym Lesie wraz z transportem i zwiedzaniem Zamku Bożejów.	4 000,00 zł		
2	II warsztaty z Leśnej Akademii dla Seniora w Bajkowym Lesie w Łubnianach- wyprawa przyrodnicza	2 500,00 zł		
3	III warsztaty z Leśnej Akademii dla Seniora w Bajkowym Lesie w Łubnianach- Mildfulness- trening uważności i ćwiczenia odechowe	3 500,00 zł		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>10 000,00 zł</b>	<b>10 000,00 zł</b>	<b>0,00 zł</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;
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: 2023-04-18 12:21:38

### 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 2018 r. poz. 450, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.