

# 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 | Prezydent Wrocławia                                                                                                                                                                                                               |
| 2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>                          | 6) ochrony i promocji zdrowia, w tym działalności leczniczej w rozumieniu ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz.U. z 2015 r. poz. 618,788 i 905);<br>10) działalności 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 |                                                                                                                    |
| nazwa oferenta: FUNDACJA SEKSUALNI<br>numer: 0001085281 - Krajowy Rejestr Sądowy<br>forma prawna: fundacja<br>strona WWW: http://www.seksualni.pl/                               | telefon: 698857696<br>email: kontakt@seksualni.pl                                                                  |
| Adres siedziby<br>ulica: AL. LIPOWA 40<br>miejscowość: WROCŁAW<br>kod pocztowy: 53-124<br>poczta: Wrocław                                                                        | Adres do korespondencji<br>ulica: AL. LIPOWA 40<br>miejscowość: WROCŁAW<br>kod pocztowy: 53-124<br>poczta: Wrocław |
| 2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)                                          | Oferent 1<br>Magdalena Jakiwczuk tel.:531 058 394 email:kontakt@seksualni.pl                                       |

## III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                       |            |                  |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------|------------------|------------|
| 1. Tytuł zadania publicznego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Akademia Seniora - o dobrostanie, relacjach i zdrowiu |            |                  |            |
| 2. Termin realizacji zadania publicznego <sup>2)</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Data rozpoczęcia                                      | 05.12.2025 | Data zakończenia | 31.12.2025 |
| 3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                       |            |                  |            |
| <p><b>Syntetyczny opis zadania:</b><br/> Wrocławscy seniorzy stanowią coraz liczniejszą grupę mieszkańców Wrocławia. Wraz z wiekiem rośnie znaczenie działań, które wspierają zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne tej grupy. Wiele seniorów doświadcza obniżonego nastroju, samotności i ograniczonych kontaktów społecznych, dolegliwości natury psychicznej i fizycznej, a czasami także niepełnosprawności. Część z nich zmaga się z trudnościami wynikającymi z przewlekłych dolegliwości bólowych, spadku sprawności poznawczej i ruchowej czy problemów w relacjach partnerskich. Wciąż także tematy związane z bliskością i seksualnością w dojrzałym wieku są obarczone tabu, co dodatkowo pogłębia poczucie izolacji, wstydu oraz potęguje trudność wchodzenia w nowe relacje partnerskie.</p> <p>Fundacja Seksualni planuje realizację jednodniowego wydarzenia edukacyjno-integracyjnego dla seniorów pod nazwą „Akademia Seniora - o dobrostanie, relacjach i zdrowiu”, które odbędzie się w Centrum Seniora przy pl. Dominikańskim 6 we Wrocławiu.</p> <p>Celem działania jest wzmocnienie dobrostanu psychicznego i fizycznego osób starszych poprzez psychoedukację, rozwijanie świadomości ciała, dobrych relacji oraz promowanie postaw sprzyjających aktywnemu i satysfakcjonującemu życiu w dojrzałym wieku oraz trosce o profilaktykę zdrowotną. Projekt ma również charakter integracyjny, stwarzając uczestnikom okazję do rozmowy, wymiany doświadczeń i budowania wspólnoty wokół tematu zdrowia, relacji i samopoczucia.</p> <p>Podczas wydarzenia zaplanowano cykl prelekcji i warsztatów prowadzonych przez specjalistów różnych dziedzin:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- psychologa i seksuologa - o bliskość i intymność w dojrzałym wieku oraz o wpływie dotyku i bliskości fizycznej na zdrowie.</li> <li>- psychoterapeutę par - jak zmienia się nasze podejście do budowania relacji na przestrzeni lat i jaki ma na to wpływ osobista dojrzałość.</li> </ul> <p>Relacja jako wymiana, zaspokojenie potrzeb bezpieczeństwa, bliskości, troski. Dlaczego bycie w satysfakcjonującej relacji jest tak istotne dla naszego dobrostanu psychicznego i dlaczego takie może nie być. Warunki, jakie są potrzebne do tego aby relacja (partnerska/przyjacielska) była udana.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- osteopatkę uroinekologiczną – jak dbać o mięśnie dna miednicy (profilaktyka nietrzymania moczu) oraz prawidłową postawę ciała</li> <li>- lekarza rodzinnego i geriatry - o profilaktyce zdrowotnej, roli suplementacji (także nadmiarowej) oraz zdrowym stylu życia i zalecanych szczepieniach</li> <li>- psychoonkologa - o profilaktyce onkologicznej</li> <li>- psychologa - o tym jak zadbać o pamięć, o profilaktyce i treningu poznawczym</li> <li>- psychiatry - o problemach natury psychicznej pojawiających się w wieku dojrzałym, o ich profilaktyce i leczeniu</li> </ul> <p>Każda z części będzie prowadzona w przystępnej, aktywizującej formie, z możliwością zadawania pytań pojawiają się także krótkie ćwiczenia</p> |                                                       |            |                  |            |

praktyczne. Dodatkowo w planie wydarzenia przewidziane są przerwy kawowe oraz wspólny obiad, które stanowią okazję do integracji i swobodnej rozmowy uczestników z ekspertami i między sobą.  
Wydarzenie skierowane jest do około 50 osób w wieku 55+, mieszkających we Wrocławiu i okolicach. Udział w spotkaniu będzie bezpłatny, po wcześniejszej rejestracji. Fundacja zapewni zaplecze organizacyjne oraz koordynację i promocję wydarzenia.  
Działanie ma charakter lokalny i wspiera realizację polityki senioralnej miasta Wrocław poprzez promowanie aktywności, zdrowia i relacji społecznych wśród mieszkańców w wieku 55+ w tych osób z niepełnosprawnością.

#### Miejsce realizacji zadania:

Wydarzenie zostanie zrealizowane we Wrocławskim Centrum Seniora przy pl. Dominikańskim 6 we Wrocławiu.

Fundacja Seksualni zadba, by wszystkie działania były dostępne, zrozumiałe i przyjazne dla każdej osoby – niezależnie od wieku, stopnia sprawności czy sytuacji życiowej.

1. Zapewnienie dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami:

Realizacja zadania "Akademia Seniora" odbywać się będzie zgodnie z zasadami projektowania uniwersalnego oraz wymogami ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami.

2. Dostępność informacyjno-komunikacyjna

Zostaną zapewnione różnorodne formy kontaktu i komunikacji, m.in.: kontakt osobisty, telefoniczny oraz mailowy, możliwość uzyskania informacji w formie łatwym do czytania (ETR), zapewnienie obecności asystenta, tłumacza języka migowego (PJM) lub osoby wspierającej komunikację (SSP), przygotowanie materiałów z wykorzystaniem prostego, zrozumiałego języka i grafiki wspomagającej przekaz treści.

W dniu wydarzenia dostępny będzie punkt informacyjny obsługiwany przez wolontariuszy przeszkolonych z zasad komunikacji z osobami z niepełnosprawnościami.

3. Dostępność cyfrowa

Wszystkie treści publikowane w internecie (strona wydarzenia, media społecznościowe, materiały edukacyjne) będą przygotowane zgodnie z zasadami WCAG 2.1 AA.

Osoby zainteresowane otrzymaniem materiałów w innym formacie (np. brajlowskim, audio, w druku powiększonym) będą mogły złożyć wniosek o ich dostarczenie.

4. Dostępność edukacyjna i sensoryczna

Wszystkie materiały dydaktyczne i promocyjne zostaną opracowane z myślą o osobach z różnymi potrzebami poznawczymi i sensorycznymi: - przygotowanie materiałów w czarnodruku, w druku powiększonym, w brajlu oraz w wersji cyfrowej;

- opracowanie grafik i piktogramów wspierających przekaz;

- zastosowanie prostych, kontrastowych kolorów i zrozumiałych komunikatów;

5. Dostępność organizacyjna

Zespół realizujący projekt zostanie przeszkolony w zakresie:

- zasad komunikacji z osobami z niepełnosprawnościami,

- reagowania w sytuacjach trudnych lub wymagających empatii,

- zasad projektowania uniwersalnego.

Ponadto powołany zostanie koordynator ds. dostępności projektu, odpowiedzialny za bieżące monitorowanie zgodności działań z wymogami dostępności i przyjmowanie uwag od uczestników.

Dzięki kompleksowemu podejściu do dostępności projekt będzie w pełni inkluzywny i stanie się dobrą praktyką w zakresie realizacji polityki

dostępności w samorządzie lokalnym.

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

| Nazwa rezultatu                                                             | Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)                 | Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Promocja aktywnego, świadomego stylu życia wśród wrocławskich seniorów      | 40- 60 osób w wieku senioralnym biorących udział w wydarzeniu              | lista obecności                                                             |
| Rozszerzenie oferty edukacyjno-prozdrowotnej dostępnej we Wrocławiu         | 40- 60 osób w wieku senioralnym biorących udział w wydarzeniu              | lista obecności                                                             |
| Udział w wydarzeniu min. 40 osób w wieku senioralnym                        | Prowadzenie zapisów na wydarzenie.                                         | Lista obecności                                                             |
| Realizacja wydarzenia z prelekcjami dedykowanymi osobom w wieku senioralnym | Realizacja 8-godzinnego spotkania                                          | Fotorelacja z wydarzenia, agenda wydarzenia                                 |
| Wydanie dań obiadowych uczestnikom                                          | wydanie 40-60 dań obiadowych                                               | Druk zamówienia oraz faktura                                                |
| Poczucie zwiększenia wiedzy na temat zdrowia u uczestników                  | Minimum 80% osób oceni wydarzenie jako wnoszące nowe, przydatne informacje | ankieta ewaluacyjna                                                         |

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

##### Doświadczenie w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja Seksualni to organizacja pozarządowa z siedzibą we Wrocławiu, której celem jest wspieranie zdrowia psychicznego, seksualnego i relacyjnego osób dorosłych, młodzieży oraz seniorów. Fundacja realizuje działania edukacyjne, profilaktyczne i interwencyjne, promując postawę otwartości, uważności na potrzeby własne i innych oraz dbania o dobrostan psychiczny i fizyczny.

Na co dzień Fundacja prowadzi bezpłatne konsultacje psychologiczne, seksuologiczne i psychoonkologiczne, grupy wsparcia oraz warsztaty dla mieszkańców Wrocławia i Dolnego Śląska. Działa na rzecz osób w kryzysie, w trakcie choroby, a także ich bliskich. Współpracuje z psychologami, seksuologami, osteopatami, neuropsychologami, onkologami, psychiatrami i innymi specjalistami z zakresu zdrowia i edukacji. W ostatnich latach Fundacja zrealizowała liczne wydarzenia edukacyjne, m.in.:

- cykle warsztatów OnkoIntymność we współpracy z DCOPIH (część w ramach projektu realizowanego w trybie 19a finansowanego przez Miasto Wrocław),

- konsultacje psychologiczne w ramach projektu "Oleśnickie Amazonki", konsultacje warsztaty i grupy wsparcia w ramach projektu PozyTYwnym tRAKtem, w ramach współpracy z Fundacją Pozytywka w ramach Dotacji Fundacji DKMS,

- konsultacje psychologiczne, seksuologiczne oraz warsztaty i grup wsparcia dla osób LGBT+ u boku Fundacji Pozytywka w ramach konkursu Miasta Wrocław z zakresu wsparcia dla osób nieheteronormatywnych.

- organizacja dwóch Onkośniadań (jedno w ramach Mikrograntów, jedno w ramach projektu PozyTYwnym tRAKtem realizowanego ze środków DKMS u boku Fundacji Pozytywka). Wydarzenia o podobnej skali i formie co projekt "Akademia Seniora".

- warsztaty psychoedukacyjne oraz bezpłatne konsultacje psychologiczne w ramach Dnia Życiowości we współpracy z Miastem Wrocław.

To co nas wyróżnia nas profesjonalna, doświadczona kadra oraz dbałość o atmosferę podczas realizowanych działań.

Fundacja Seksualni stale współpracuje z lokalnymi instytucjami i organizacjami społecznymi, w tym z Miastem Wrocław, Fundacją Pozytywka, Fundacją Dobre Znaki, DCOPIH, Fundacją Wspierania Organizacji Pozarządowych Umbrella, realizując inicjatywy wspierające zdrowie, relacje i integrację mieszkańców. Działania Fundacji przyczyniają się do wzmacniania kompetencji emocjonalnych, poznawczych, poprawy jakości życia oraz przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu.

**Zasoby, które będą wykorzystane w realizacji zadania**

Fundacja Seksualni posiada doświadczenie w organizacji tego typu spotkań (organizacja dwóch Onkośniadań dla grup o podobnej liczebności), doświadczonych koordynatorów oraz zespół współpracujących osób eksperckich. Wykorzystane zostaną kanały informacyjne Fundacji - strona www oraz social media i wizytówka Google, jako jedno z kanałów informowania potencjalnych odbiorców o wydarzeniu.

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

| Lp.                                        | Rodzaj kosztu                                | Wartość PLN  | Z dotacji    | Z innych źródeł |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------|--------------|-----------------|
| 1                                          | Wynagrodzenia prelegentów                    | 5 000,00 zł  |              |                 |
| 2                                          | Catering                                     | 3 000,00 zł  |              |                 |
| 3                                          | Materiały promocyjne ulotki i plakaty        | 600,00 zł    |              |                 |
| 4                                          | koordynacja, promocja, sprawozdawczość - 12h | 600,00 zł    |              |                 |
| 5                                          | Księgowanie w ramach projektu                | 300,00 zł    |              |                 |
| 6                                          | Projekt graficzny - druk i social media      | 500,00 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(-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\* / właściwą ewidencją\*;
- 6) wszystkie informacje podane w ofercie 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.

*Olga Piątek-Chyba*

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

**Fundacja Seksualni**

al. Lipowa 40

53-124 Wrocław

NIP: 899-298-42-15

KRS: 0001085281

**seksualni**

Data: 18.11.25

- 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.