



## 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 lub w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np. "pobieranie\*/niepobieranie\*" oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: "pobieranie\*/niepobieranie\*".

### I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Prezydent Miasta Piły
2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>	2) działalność na rzecz integracji i reintegracji zawodowej i społecznej osób zagrożonych wykluczeniem społecznym

### 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: <b>Krok po kroku HSA</b> , Forma prawna: <b>Stowarzyszenie Kultury Fizycznej</b> , Ewidencja Klubów Sportowych w formie Stowarzyszeń, Starostwo Powiatowe w Piłe: EKS58, Kod pocztowy: 64-920, Poczta: Piła, Miejscowość: Piła, Ulica: <b>Niepodległości</b> , Numer posesji: <b>98</b> , Numer lokalu: <b>C</b> , Województwo: <b>wielkopolskie</b> , Powiat: <b>piłski</b> , Gmina: <b>m. Piła</b> , Strona www: <b>www.facebook.com/krokpokrokuhsa/</b> , Adres e-mail: <b>krokpokrokuhsa@wp.pl</b> , Numer telefonu: <b>503189349, 601755845</b> ,	
Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Krzysztof Trawiński  Adres e-mail: <b>krokpokrokuhsa@wp.pl</b> Telefon: <b>503189349</b>

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Zdrowie w czasie pandemii			
2. Termin realizacji zadania <sup>2)</sup>	Data rozpoczęcia	07.12.2020	Data zakończenia	31.12.2020

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



### Opis zadania

Celem projektu jest dbałość o zdrowie psychiczne i fizyczne osób z niepełnosprawnościami i zagrożonych wykluczeniem społecznym w czasie pandemii. W związku z bardzo trudną sytuacją związaną z licznymi obostrzeniami oraz szczególnym odczuwaniem samotności i zamknięcia w 4 ścianach przez osoby z niepełnosprawnościami, starsze lub zagrożone wykluczeniem społecznym chcemy zorganizować tryb spotkań o charakterze indywidualnym z zachowaniem najwyższych standardów sanitarnych. Program kierujemy do podopiecznych Stowarzyszenia, w szczególności jego członków. Uczestnicy będą mieli możliwość wziąć udział w spotkaniach integracyjnych z przedstawicielami kadry, psychologiem oraz wolontariuszami. Spotkanie będzie związane z omówieniem aktualnej sytuacji osoby, jej reakcji na aktualne zagrożenia, sposoby radzenia sobie z wykluczeniem i odosobnieniem. Tematem spotkania będzie także omówienie aktywności sportowej (w tym nurkowej) tych osób w tym trudnym czasie, z opcją uczestnictwa w zajęciach indywidualnych dot. teorii lub nurkowania. Planujemy zachęcanie do indywidualnych ćwiczeń i aktywności. W uzasadnionych przypadkach zaproponujemy konsultacje lekarskie. Planujemy wytypowanie minimum 7 osób (liczba osób może być większa), dla których zrealizujemy ponad 20 godzin spotkań.

### Miejsce realizacji

Piła: Baza Nurkowa nad jeziorem Płotki lub salka szkoleniowa.

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

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
spotkanie integracyjne / wsparcie psychologiczne	min 8 osób / 10h	Fotografie, lista obecności
udział w zajęciach nurkowych teoretycznych lub praktycznych (prowadzonych indywidualnie z zachowaniem reżimu sanitarnego)	min 6 osób / 9h	Fotografie, lista obecności

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

## Charakterystyka oferenta

Stowarzyszenie Krok po kroku HSA (handicapped scuba association) z siedzibą w Pile. Od 5 lat działamy na rzecz osób z niepełnosprawnościami. Aktualnie mamy 30 członków stowarzyszenia i działamy na rzecz ponad 50 osób z niepełnosprawnościami oraz współpracujemy z licznymi organizacjami pozarządowymi w realizacji zdarzeń i eventów dla setek osób, w tym w szczególności osób zagrożonych wykluczeniem społecznym. Realizujemy programy badawcze we współpracy z uczelniami wyższymi – Collegium Medikum Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu, Nadnoteckim Instytutem UAM w Pile Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Katedrą Fizjoterapii Państwowej Uczelni Stanisława Staszica w Pile, a także Zakładem Aktywności Zawodowej w Pile, czy Regionalnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w celu opracowania standardów rehabilitacji społecznej i ruchowej poprzez uprawianie sportu ekstremalnego (metoda uznana i stosowana w innych krajach). Doznania związane z nurkowaniem, sportem niedostępnym dla większości sprawnych osób zapewnia poczucie wyjątkowości i daje szansę na przełamanie w sytuacji załamania, braku nadziei czy autyzmu.

Docieramy do osób pozbawionych nadziei z przesłaniem

„Niezależnie od tego, jaką masz niepełnosprawność, jakie ograniczenia - naprawdę możesz żyć pełnią aktywnego życia. Może czasami będziemy musieli pomóc w transporcie, przeniesieniu sprzętu czy organizacji zajęć dla twojej rodziny, ale umożliwimy Ci realizację pasji, w kontakcie z przyrodą, z samodzielnością dostępną tylko w kosmosie lub pod wodą.”

Osobom zależnym dajemy szansę aby pierwszy raz samodzielnie zmieniły swoje położenie, nie muszą prosić opiekuna o przestawienie wózka, mogą swoim oddechem decydować o głębokości swojego zanurzenia zbliżając się lub oddalając od roślin czy zwierząt wodnych!

Nasze działania

Głównym obszarem naszej działalności jest organizacja zajęć nurkowych. Prowadzimy badania lekarskie i psychologiczne, zajęcia teoretyczne dotyczące zasad bezpiecznego nurkowania (w tym w postaci eksperymentalnych metod uczenia wizualnego dla osób z niepełnosprawnościami intelektualnymi oraz za znacznymi kłopotami z uczeniem się), zajęcia basenowe i na wodach otwartych (jeziora, morze). Dostosowujemy nasze zajęcia do indywidualnych potrzeb i barier osób ze wszystkimi rodzajami niepełnosprawności.

Wspieramy udział członków naszego Stowarzyszenia i ich rodzin w aktywności sportowej. Jeden z naszych sportowców HSA Krzysztof mimo swej niepełnosprawności od czasu rozpoczęcia nurkowania zaczął uprawiać też inne dyscypliny sportu, systematycznie jeździć rowerem (50 km dziennie), biegać ćwierć maratony a ostatnio półmaratony. Aktualne badania potwierdziły zmniejszenie stopnia niepełnosprawności!

Corocznie organizujemy zagraniczne wyjazdy nurkowe (w ostatnim roku 39 osób w tym 17 osób z niepełnosprawnościami). Ideę wyjazdów najlepiej oddaje reportaż (film 24 minuty, język polski, napisy w języku angielskim – link <https://vimeo.com/216736707>, hasło: HSAen ). Wyjazdy te są uwieńczeniem całorocznych szkoleń i przygotowań. Udowadniają innym, że osoby bez względu na swoje ograniczenia mogą uprawiać sport uznawany za elitarny i ekstremalny i zostać certyfikowanymi nurkami.

Organizujemy integracyjne spływy kajakowe po rzekach północnej wielkopolski. Prowadzimy wypożyczalnię sprzętu wodnego na terenie Jeziora Płocie (Ośrodek Płotki w Pile), gdzie organizujemy pikniki rodzinne i integracyjne połączone z wykorzystaniem sprzętu wodnego. Organizujemy także aktywne zajęcia dla rodzin osób zależnych, zapewniając im opiekę wytchnieniową. Organizujemy spotkania międzypokoleniowe współpracując na stałe z Uniwersytetem Trzeciego Wieku i Centrum Aktywności Osób Starszych i Niepełnosprawnych.

Prowadzimy zajęcia dla osób po poważnych wypadkach i chorobach, m.in. we współpracy z Fundacją Aktywnej Rehabilitacji. Przygotowujemy spotkania motywacyjne, których zdaniem jest przywrócenie wiary we własne siły, zmiana nastawienia do życia, powrót do aktywności. Nasi podopieczni zarażają energią. Spotkanie z osobą o niesprawnych 4 kończynach, kipiącą energią i przekonującą, że całe życie przed nimi, że stracili tylko nogi lub władzę w nich a nadal mogą wszystko całkowicie odmieniać ich życie. Znaczna część uczestników 2 tygodniowych obozów FAR w ankiecie końcowej zaznacza że największy wpływ na nich wywarło spotkanie z nurkami HSA, w szczególności 20 lat chorującym na stwardnienie rozsiane Piotrem.

Współpracujemy z jednostkami samorządu lokalnego, m.in. realizując programy identyfikacji barier architektonicznych dla osób z niepełnosprawnościami w przestrzeni i obiektach publicznych. Uczestniczymy w zajęciach edukacyjnych na wszystkich szczeblach (od przedszkoli do uczelni wyższych) w tematyce niepełnosprawności, aktywności życia i wyciągania osób z ich „czterech ścian”. Cyklicznie organizujemy szkolenia z pierwszej pomocy i resuscytacji krążeniowo-oddechowej. Współpracujemy z wielkopolskimi przedsiębiorcami zatrudniającymi osoby z niepełnosprawnościami, m.in. z pilskim Zakładem Aktywności Zawodowej oferując ich pracownikom rehabilitację wodną, w tym nurkową.

#### Obecność w mediach

O osiągnięciach naszych podopiecznych systematycznie informują media: telewizja, radio i prasa. Udzielamy wywiadów, powstają ciekawe reportaże. Pokazujemy, że niepełnosprawność nie oznacza zamknięcia w 4 ścianach.

#### Koncepcja ośrodka rehabilitacji nurkowej

Chcemy przekonywać innych, że jeżeli tylko bardzo się chce to prawie wszystko jest możliwe. Dajemy szansę nurkowania osobom z większością rodzajów niepełnosprawności. W celu umożliwienia im bezpiecznego nurkowania nie tylko na basenie ale też w warunkach naturalnych zbudowaliśmy pierwszą na świecie platformę rehabilitacji nurkowej (pływająca baza nurkowa bez barier).

Naszym celem było stworzenie najnowocześniejszego obiektu, neutralnego dla środowiska - pływającego na terenie jeziora Płotki (Płocie) k/Piły w obrębie obszaru Natura 2000 PLH300045 „Ostoja Pilska” chronionego siedliska łąk ramienicowych (3140), na terenie ośrodka MOSiR Piła. Bazę rehabilitacji nurkowej stanowi kompleks obiektów lądowych i pływających. W pierwszym etapie powstał obiekt pływający platformy o rozmiarach 12m x 22m, zabudowany budynkiem 12 m x 12 m zapewniający funkcję szatni, toalet, strefy mokrej, suchej zawierającej strefę wytchnieniową dla osób z niepełnosprawnościami i ich opiekunów oraz sali szkoleniowej. Obiekt platformy połączony jest trapem i pomostem pływającym z lądem, zapewniając komunikację bez barier. W kolejnym etapie na lądzie zrealizujemy obiekty obsługi technicznej i socjalne.

Innowacyjna konstrukcja całkowicie zmienia nasze postrzeganie bezpiecznego miejsca do nurkowania, bez względu na stopień niepełnosprawności. Stanie się ona rozpoznawalnym znakiem na cały świat, że niepełnosprawność nie jest barierą, że ograniczenia mamy tylko w głowie. Zrealizowaliśmy nagranie pierwszego na świecie filmu instruktażowego dotyczącego nurkowego szkolenia osób z niepełnosprawnościami (pt. „Poznaj nurkowanie HSA”). Już w przyszłym roku planujemy organizację międzynarodowych mistrzostw Polski w doskonałej pływerności dla wszystkich osób – sprawnych jak i z niepełnosprawnościami (a docelowo mistrzostw świata).

#### Granty i projekty badawcze

Zrealizowaliśmy projekty grantowe „Rehabilitacja społeczna osób niepełnosprawnych poprzez nurkowanie” i „Płetwą malowany powrót do prawdziwego życia - rehabilitacja społeczna osób z niepełnosprawnościami intelektualnymi z wykorzystaniem technik myślenia wizualnego w nauce nurkowania” w ramach projektu „Przepis na wielkopolską innowację społeczną - usługi opiekuńcze dla osób zależnych” Celem projektu było poszukiwanie metody rehabilitacji społecznej osób w trudnej sytuacji poprzez ich udział w uprawianiu sportu ekstremalnego – nurkowaniu. Dodatkowymi celami było opracowanie przygotowanie raportów wpływu potwierdzających efekty rehabilitacji

oraz standardów tej formy rehabilitacji. Kolejnym efektem było umożliwienie uczestnictwa oraz podniesienie bezpieczeństwa osób niepełnosprawnych intelektualnie w stopniu lekkim poddawanych rehabilitacji ruchowej i społecznej przez nurkowanie: opracowanie i zastosowanie innowacyjnych metod uczenia się i komunikacji z technikami myślenia wizualnego.

Na podstawie zgody komisji bioetycznej we współpracy z Collegium Medicum w Bydgoszczy Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu oraz Państwową Wyższą Szkołą Zawodową w Pile (aktualnie Państwowa Uczelnia Stanisława Staszica w Pile) przeprowadziliśmy Eksperyment Badawczy „Ocena wpływu nurkowania, jako metody rehabilitacji osób niepełnosprawnych na wybrane parametry psychofizjologiczne”, który potwierdził pozytywny wpływ nurkowania na badanych uczestników.

Współpracujemy z habitatem LUNARES Mobile Research Station (pierwsza na świecie analogowa baza kosmiczna – marsjańska i księżycowa) w ramach szkolenia kosmonautów analogowych, wspólnych autorskich programów rehabilitacji oraz przy tworzeniu elementów wyposażenia nurków i astronautów. Wspólnie z ośrodkiem LUNARES firmy Space Garden stwarzamy warunki dla pierwszego na świecie cywilnego (poza NASA) ośrodka szkoleniowo-badawczego łączącego funkcje badań kosmicznych i podwodnych.

#### **Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie**

Nasza kadra – w różnorodności siła.

Tworzymy zgrany zespół ludzi o różnych zawodach, doświadczeniach i kompetencjach.

Są wśród nas strażacy, lekarze, studenci, pracownicy uczelni wyższych, osoby sprawne jak i z niepełnosprawnościami. Wśród nas jest 11 instruktorów nurkowych

(z uprawnieniami HSA). Organizujemy komercyjne szkolenia nurkowe, finansując z pozyskanych środków nasze działania na rzecz osób niepełnosprawnych. Aby lepiej rozumieć i nawiązywać kontakt z osobami z niepełnosprawnościami uczymy się języka migowego, wizualnych technik szkolenia oraz wcielamy się w role osób z różnymi niepełnosprawnościami: poruszanie się bez używania wzroku, pływanie ze związanymi rękoma czy nogami czy poruszanie się na wózku zmienia nasze postrzeganie świata.

#### **Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania**

wiedza, doświadczenie, profesjonalny sprzęt do nurkowania, baza nurkowa nad jeziorem Płotki w Pile, sala szkoleniowa.

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Praca instruktorów nurkowania (spotkania, szkolenia)	2400,0		
2.	Praca psychologów i asystentów	2400,0		
3.	Koszty dojazdu - kilometrówka	280,0		

4.	Środki ochrony osobistej i dezynfekcji osób	200,0		
5.	Wynajem sprzętu wraz z jego dezynfekcją	750,0		
6.	Wynajem sal/bazy (wkład własny)	500,0		
7.	Praca wolontariuszy (Wkład własny)	900,0		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>7430,0</b>	<b>6030,0</b>	<b>1400,0</b>

## V. Oświadczenia

Oświadczam(y), 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.

**PREZES**  
  
 .....  
 Krzysztof Trawiński  
 .....

**KROK PO KROKU HSA**  
 64-920 PIŁA  
 Al. Niepodległości 98c  
 tel. 503 189 349  
 NIP 7642671053, REGON 363182942

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

Data 16.11.2020.

Załączniki:

1. 1. Potwierdzona za zgodność z oryginałem kopia KRS lub aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji. *(obligatoryjny - papierowo)*
  2. 2. Potwierdzony za zgodność z oryginałem statut. *(obligatoryjny - papierowo)*
  3. 3. Dokumenty, w tym oświadczenia potwierdzające doświadczenie w pozyskiwaniu środków finansowych z innych źródeł (np. Urząd Marszałkowski Województwa Wielkopolskiego) na realizację statutowych zadań w ciągu 5 lat poprzedzających ogłoszenie konkursu. *(obligatoryjny - papierowo)*
- 

<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.



