

UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

Wpł. 2018 -11- 13
dnia**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*”.Znak
URZĄD MIASTA OLSZTYNA
KANCELARIA WSPOMAGAJĄCA**I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie**

2018 -11- 13

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Prezydent Olsztyna			Nr 442 35 11-2018 - F Elżbieta Roćko
2. Tryb, w którym złożono ofertę	Art. 19a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie			
3. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	Ochrona i promocja zdrowia,			
4. Tytuł zadania publicznego	Grupa wsparcia dla kobiet w ciąży i mam			
5. Termin realizacji zadania publicznego²⁾	Data rozpoczęcia	Grudzień 2018	Data zakończenia	Luty/marzec 2019

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)	
Fundacja „Mlekiem Mamy”, 05-077 Warszawa, ul. Jana Pawła II 31 lok. 3 KRS: 0000714216, NIP: 9522173483, REGON 369327005	
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)	Elżbieta Malinowska, tel. 662-065-294, e-mail. Elzbieta.malinowska85@gmail.com

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
Naszym celem jest tworzenie wspólnoty kobiet, które doświadczają różnych aspektów macierzyństwa, np. emocje w ciąży, przygotowanie do porodu, dbanie o zdrowie w okresie okołoporodowym, emocje w porożu, problemy z laktacją, depresja poporodowa, opieka nad dzieckiem, potrzeba wsparcia specjalistów, umiejętność odnalezienia się w nowej roli życiowej, dbanie o relacje w rodzinie, umiejętność odnalezienia w sobie siły płynącej z kobiecości. Uczestniczki dotychczasowych spotkań wielokrotnie podkreślały, jak ważnym elementem w ich życiu są podejmowane przez nas działania. Uważamy, że poczucie wspólnoty i przynależności do grupy kobiet posiadających różne historie życiowe i doświadczenia może być źródłem wsparcia i dawać poczucie akceptacji. Wierzymy w siłę kobiet i doświadczamy jej podczas każdego spotkania, bez względu na jego formułę oraz tematykę. Marzymy by odbudować pierwotną wspólnotę kobiet, której siła tkwiła w naturalnej potrzebie bycia razem, okazywaniu sobie wsparcia, dzieleniu swoimi doświadczeniami i emocjami. Zależy nam aby kobiety w okresie okołoporodowym знаły swoje prawa, bo wierzymy, że daje to kobietom siłę do decydowania o sobie. Dlatego tak ważna jest dla nas edukacja z zakresu m.in. Standardów Opieki Okołoporodowej, Prawa Pracy, Prawa Pacjenta oraz innych podstawowych praw obywatelskich. Chcemy przygotować grupy kobiet do godnego porodu i macierzyństwa, otoczyć je wsparciem oraz opieką w tym szczególnym momencie w ich życiu. Wierzymy, że dobry i świadomy poród może dać kobiecie siłę oraz wiarę w swoje kompetencje, dlatego naszym celem jest wzmocnić kobiety i dać im narzędzia do udanego startu w ich macierzyństwo. Spotkania będą prowadzone przez trzy doule – Elżbietę Malinowską, Zuzannę Taraszkiewicz oraz Darię Kowalską. Wszystkie ukończyłyśmy kurs na doułę Stowarzyszenia Doula w Polsce. Zuzanna i Daria są instruktorkami szkoły rodzenia (Fundacja Rodzić

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.

²⁾ Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

po Ludzku). Zuzanna jest ratownikiem medycznym, a Elżbieta promotorką karmienia piersią (Centrum Nauki o Laktacji). Prowadzimy spotkania (grupa wsparcia dla mam, dla kobiet w ciąży oraz grupa laktacyjna) oraz tworzymy strony internetowe <http://www.mlekiemmamy.org/>, <http://www.pracujezpelnapiersia.pl/>, <http://if.mlekiemmamy.org/>. Najnowszą inicjatywą jest „3mamy razem” <https://www.facebook.com/trzymamyrazem/>. Co roku prowadzimy Kręgi Opowieści Porodowych oraz Kręgi o Stracie. Organizujemy również Tydzień Promocji Karmienia Piersią, Tydzień Godnego Porodu (promujący Standardy Opieki Okołoporodowej) i Tydzień Douli. Posiadamy niezbędny sprzęt i akcesoria do prowadzenia tego typu spotkań, m.in. rzutnik, flipchart, lalki, modele miednicy i piersi, worki sako, fantomy do nauki pierwszej pomocy przedmedycznej.

Chcemy kontynuować prowadzenie grup wsparcia pod nazwą „3mamy razem macierzyństwo”, „3mamy razem ciążę” oraz „3mamy razem laktację”, które będą skierowane do kobiet w ciąży lub kobiet planujących ciążę (w tym kobiety posiadające już dzieci).

Spotkania te będą odbywać się raz w tygodniu w Olsztyńskim Centrum Organizacji Pozarządowych.

i za każdym razem będą skupiały się na innym zagadnieniu.

Planujemy 12 spotkań o następującej tematyce:

1. Standardy Opieki Okołoporodowej (obowiązujące od 2019 roku).
2. Jak żyć zdrowo - wpływ alkoholu, nikotyny oraz innych używek na stan zdrowia matki i dziecka.
3. Plan porodu - to mi się przyda!
4. Emocje i hormony w ciąży i porodzie.
5. Wsparcie w porodzie oraz rola bólu porodowego.
6. Zaplanuj swój połóg - fizjologia położu oraz potrzeby rodziny.
7. Karmienie naturalne - korzyści płynące z mlekiem matki
8. Problemy w laktacji oraz mity dotyczące karmienia piersią.
9. Co przyda się mnie, a co mojemu dziecku - plan wyprawki.
10. Pielęgnacja noworodka oraz pierwsza pomoc przedmedyczna.
11. Znaczenie bliskości w życiu noworodka oraz rodziców.
12. Zrozumieć noworodka - Skala Brazeltona.

2. Zakładane rezultaty realizacji zadania publicznego

Zakładanymi rezultatami naszego przedsięwzięcia są:

1. Wzrost świadomości kobiet w okresie okołoporodowym o szkodliwości używek na zdrowie ich oraz ich dzieci.
2. Dzięki zapoznaniu się ze Standardami Opieki Okołoporodowej kobiety poznają swoje prawa w okresie okołoporodowym, dzięki czemu będą wiedziały co może, a co nie powinno spotkać ich na sali porodowej. Uważamy, że znajomość praw zwiększa ich decyzyjność względem własnego porodu.
3. Wspólne opracowanie Planu Porodu uwzględniające obowiązujące standardy Opieki Okołoporodowej oraz możliwości olsztyńskich placówek medycznych. Pomoc w tym obszarze daje szansę na świadomy, oparty o rzetelne informacje wybór rodzącej i ułatwia podjąć najbardziej adekwatne do swojej sytuacji decyzje.
4. Świadomość roli hormonów w okresie okołoporodowym pozwoli lepiej zrozumieć swoje ciało i psychikę - co pozwala aktywnie współpracować z mechanizmami porodowymi, w efekcie zwiększa szansę na poród, który jest bezpieczny dla matki i dziecka .
5. Wiedza na temat niefarmakologicznych metod łagodzenia bólu oraz wsparcia w porodzie zwiększy prawdopodobieństwo porodu bez znieczulenia zewnątrzoponowego, a co za tym idzie, bez skutków ubocznych związanych z tymże, które mogą wpłynąć negatywnie zarówno na matkę jak i dziecko.
6. Znajomość przebiegu położu oraz roli hormonów w tym okresie pozwoli przygotować się do trudnych sytuacji oraz nauczyć rozróżniać stany fizjologiczne od patologicznych. Uczestniczki dostaną informacje, gdzie i w jakich sytuacjach szukać wsparcia specjalistów, co pozytywnie wpłynie na ich zdrowie fizyczne i psychiczne.
7. Wiedza na temat korzyści płynących z laktacji oraz ewentualnych problemach z karmieniem piersią zwiększy szansę na wyłączenie karmienia piersią przez pierwszych 6 miesięcy, co jest zaleceniem Światowej Organizacji Zdrowia; Karmienie piersią niesie wiele korzyści nie tylko dla dziecka, ale także i dla samej matki. Karmienie naturalne to także korzyści społeczne i ekonomiczne.
8. Wiedza na temat prawidłowej pielęgnacji dziecka oraz umiejętność udzielenia pierwszej pomocy zwiększy wiarę w swoje kompetencje rodzicielskie i pozwoli udzielić niezbędnej pomocy. Wiedza z tego obszaru przyczynia się do skutecznego reagowania w sytuacjach zagrożenia życia dziecka a także do sprawnej i umiejętnej współpracy z pracownikami służb medycznych.
9. Wiedza na temat korzyści płynących z utrzymywania bliskości fizycznej z dzieckiem ułatwi nawiązanie głębokiej więzi, co nawet w przyszłości będzie mogło zapobiec uzależnieniom i trudnościom wychowawczym.

10. Podwyższenie kompetencji rodzicielskich da pewność siebie i swobodę w pielęgnacji noworodka.
11. Kobiety przygotowane do macierzyństwa, znające fizjologię porodu, położu, karmienia piersią, znające potrzeby małego człowieka łatwiej odnajdą się w nowej sytuacji, będą potrafiły rozpoznać sytuacje trudne i będą wiedziały gdzie w razie konieczności szukać pomocy i wsparcia.

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 ³⁾ (zł)	do poniesienia ze środków własnych, środków pochodzących z innych źródeł, wkładu osobowego lub rzeczowego ⁴⁾ (zł)
1	Wynagrodzenie dla prowadzących	3600	3600	-
2	Materiały edukacyjne dla uczestników: opracowanie merytoryczne i graficzne, korekta, skład, wydruk	765	765	-
3	Poczęstunek na każdym spotkaniu (kawa, herbata, ciastka)	360	360	-
4				-
5				-
Koszty ogółem:		4725	4725	-

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.

Alzbieta Melinska

.....

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

Data *13.11.2018*

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.

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

⁴⁾ W przypadku wsparcia realizacji zadania publicznego.