

WNIOSEK O SFINANSOWANIE PROJEKTU INICJATYWY JEDNOSTKI POMOCNICZEJ

1. INFORMACJA O WNIOSKODAWCY

| | |
|--|--|
| 1.1. Nazwa jednostki: | Przymorze Wielkie |
| 1.2. Adres: | Kod pocztowy: 80-371 , Poczta: Gdańsk , Miejscowość: Gdańsk , Ulica: Jagiellońska , Numer posesji: 5 , Województwo: pomorskie , Powiat: Gdańsk , Gmina: m. Gdańsk |
| 1.3. Imię i nazwisko, telefon oraz adres email Przewodniczącego Zarządu: | Krzysztof Skrzypski, telefon: 508186023, e-mail: k.skrzypski@przymorzewielkie.pl |
| 1.4. Imię i nazwisko, telefon oraz adres email do osoby odpowiedzialnej za realizację projektu z ramienia jednostki pomocniczej: | Krzysztof Skrzypski, telefon: 508186023, e-mail: k.skrzypski@przymorzewielkie.pl |

2. INFORMACJE O PROJEKCIE

| | |
|---|---|
| 2.1. Nazwa Projektu: | Warsztaty żywieniowe "Zdrowe Przymorze" |
| 2.2. Podstawa prawna (pozycja z uchwały budżetowej): | Uchwała nr XX/35/2021 z dnia 16 lutego 2021 roku §1 ust 2 |
| 2.3. Rodzaj projektu: | ochrona zdrowia i pomoc społeczna |
| 2.4. Opis projektu (w tym opis składowych projektu w przypadku inwestycji): | |

Cykl 18 wykładów dla mieszkanki i mieszkańców dzielnicy Przymorze Wielkie. Możliwość przeprowadzenia 9 wykładów dla osób pracujących np. w godzinach popołudniowych lub wieczornych oraz 9 z tych samych tematów dla osób w wieku senioralnym we wcześniejszych godzinach (czyli w sumie 18 spotkań), w zależności od zapotrzebowania mieszkańców dzielnicy Przymorze Wielkie. 9/18 spotkań wykładowych z rozmową i czasem na zadawanie pytań (po dwie godziny), skierowanych do osób dorosłych lub/i seniorów mieszkających na terenie dzielnicy Przymorze Wielkie, tematyka spotkań będzie obejmowała zagadnienia dietetyczne, przede wszystkim zalecenia żywieniowe z zakresu diety klinicznej; dokładne tematy spotkań będą na bieżąco ustalane z uczestnikami, by jak najlepiej sprostać ich potrzebom. Wykłady dla uczestników będą całkowicie bezpłatne.

Proponowane tematy:

„Odporność i zdrowie na talerzu” – wprowadzenie do cyklu wykładów, omówienie produktów spożywczych i zachowań pozażywnościowych np. aktywność fizyczna i sen, wpływających na odporność i ogólne zdrowie organizmu, temat jak najbardziej na czasie, dlatego chciałabym nim rozpocząć cykl

„Wesoły mózg” – jak żywnością wzmocnić układ nerwowy

„Tarczyca na diecie” – o chorobach tarczycy, przede wszystkim niedoczynność tarczycy oraz dwie choroby autoimmunizacyjne tarczycy: Hashimoto i Gravesa-Basedowa

„Problemowy układ pokarmowy” – choroby żołądka w tym refluks żołądkowo-przełykowy i wrzody oraz choroby jelit

„Dieta zatrzymująca młodość – czy istnieje?” – produkty sprzyjające starzeniu się organizmu oraz produkty, które pomogą w zachowaniu młodości mimo upływającego czasu

„Cukrzyca na językach” - spotkanie poświęcone jednej z najczęstszych chorób cywilizacyjnych – cukrzyca

„Mocne kości i zdrowa krew” – wpływ żywienia na układ krwionośny, nadciśnienie tętnicze, hipercholesterolemię, osteoporozę

„Chowaj się przed rakiem” - profilaktyka nowotworów i dietoterapia po wystąpieniu nowotworów

„Zdrowa wątroba i stawy” - spotkanie poświęcone zdrowiu wątroby i stawów

Istnieje możliwość rozszerzenia lub zamiany tematów na następujące np. żywienie dzieci, diety kobiety ciężarnej, żywienie młodzieży, budowanie zdrowych nawyków żywieniowych itd.

Warsztaty poprowadzi dietetyk i psychodietetyk, od 4 lat pracująca jako edukator żywieniowy w Banku Żywności w Trójmieście. Przez ostatnie 4 lata poprowadziła ponad 120 warsztatów i wykładów dietetycznych dla dorosłych, seniorów i dzieci. W 2020 roku przeprowadziła 10 spotkań online dla seniorów i 2 spotkania online dla dorosłych z dzielnicy Przymorze Wielkie. W praktyce dietetycznej skupia się na dietetyce klinicznej.

2.5. Czas rozpoczęcia i zakończenia projektu:

wrzesień - grudzień 2021 r.

| | |
|---|---|
| 2.6. Miejsce realizacji projektu: | Warsztaty stacjonarne: sala udostępniona przez ZSP nr 1 w Gdańsku |
| 2.7. Liczba osób objętych projektem: | 15 osób/warsztat lub więcej w wersji online |
| 2.8. Procedura wyłonienia grupy mieszkańców jednostki objętych projektem: | |
| Tworzenie wydarzeń na Facebooku oraz plakaty w gablotach Rady Dzielnicy Przymorze Wielkie | |
| 2.9 Podmiot realizujący projekt | Wydział Rozwoju Społecznego - ZSP nr 1 w Gdańsku |

3. KOSZTY PROJEKTU

| | | |
|---|---------------------------------|-------------|
| 3.1. Całkowity koszt projektu: | 2 200,00 zł | |
| 3.2 Szczegółowy kosztorys: | | |
| Zakupy | | |
| Usługi | | |
| 1. | Prowadzenie cyklu 18 warsztatów | 2 200,00 zł |
| Inne | | |
| 3.3. Specyfikacja wydatków: | | |
| Wydziały Urzędu Miejskiego i jednostki organizacyjne Miasta mogą wystąpić do jednostki pomocniczej celem uzupełnienia i uszczegółowienia przedłożonego Wniosku. | | |

Załączniki:

1. Uchwała budżetowa (*fakultatywny*)