

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	Zarząd Województwa Mazowieckiego
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	17) wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej

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: Stowarzyszenie Lepsze Jutro Mazowsza , Forma prawna: Stowarzyszenie Rejestrowe , Numer Krs: 0001072546 , Kod pocztowy: 09-506 , Poczta: Soczewka , Miejscowość: Soczewka , Ulica: Lipowa , Numer posesji: 2 , Województwo: mazowieckie , Powiat: płocki , Gmina: Nowy Duninów , Strona www: , Adres e-mail: lepszjutromazowsza@gmail.com , Numer telefonu: 531-450-418 ,	
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)	

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Silni i świadomi - Krav Maga dla Mazowsza			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	15.06.2026	Data zakończenia	12.09.2026

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

Opis zadania

Zadanie polega na realizacji intensywnego i angażującego cyklu zajęć Krav Maga, czyli praktycznego systemu samoobrony i ruchu, z dodatkowymi, praktycznymi szkoleniami z pierwszej pomocy. Zajęcia są dla mieszkańców Województwa Mazowieckiego, dla młodzieży i dorosłych, dla tych którzy chcą być bardziej aktywni i pewni siebie. To odpowiedź na potrzebę ruchu, na chęć lepszego przygotowania do sytuacji zagrażających zdrowiu i życiu. Ludzie chcą działać, więc dajemy im narzędzia i trening. To ma być angażujące i konkretne, nie teoria, tylko praktyka.

Program łączy dynamiczny trening ogólnorozwojowy z nauką skutecznych technik samoobrony i podstaw pierwszej pomocy. Ćwiczymy wytrzymałość, siłę i refleks, a też uczymy jak reagować przy urazach, zasłabnięciach czy wypadkach. Uczestnicy dostają praktyczne umiejętności, które można od razu zastosować. Duży nacisk kładziemy na odpowiedzialne zachowanie, szybkie decyzje i działanie pod presją. To ma pomóc nie tylko czuć się bezpieczniej, ale też umieć pomóc innym.

Zajęcia poprowadzi wykwalifikowany instruktor Krav Maga i osoba z uprawnieniami do szkoleń z pierwszej pomocy. Program będzie dopasowany do wieku i możliwości uczestników, z podziałem na grupy młodzieżowe i dorosłe. Treningi mają zachęcać do regularnej aktywności i tworzyć trwałe, zdrowe nawyki. Będzie bezpiecznie i motywująco, tak żeby ludzie wracali i chcieli ćwiczyć dalej.

Zajęcia odbywać się będą na terenie Województwa Mazowieckiego, w sali świetlicy OSP Dzierżazna, raz w tygodniu przez 8 tygodni. Obiekt będzie przystosowany do ćwiczeń i zajęć edukacyjnych. Zapewnimy dostępność, a jeśli pojawią się bariery, przygotujemy rozwiązania alternatywne by każdy mógł wziąć udział. Po każdym zajęciu zapewnimy zdrowy poczęstunek. Na koniec cyklu zajęć, podczas uroczystego zakończenia zajęć każdy uczestnik otrzyma dyplom uczestnictwa w zajęciach.

Realizacja projektu pomoże upowszechnić kulturę fizyczną i promować zdrowy styl życia. To też zwiększy umiejętności społeczne i poczucie bezpieczeństwa mieszkańców Mazowsza. Połączenie aktywności sportowej z nauką pierwszej pomocy sprawia, że projekt jest kompleksowy i praktyczny. To nowoczesne podejście, które odpowiada na realne potrzeby lokalnej społeczności.

W ramach realizacji zadania przewidziano działania mające na celu pełne uwzględnienie potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami, w tym osób z niepełnosprawnością.

1. Dostępność architektoniczna:

- zajęcia będą prowadzone na terenie ogólnodostępnej sali świetlicy OSP Dzierżazna, pozbawionej barier architektonicznych uniemożliwiających uczestnictwo osób poruszających się na wózkach lub o ograniczonej mobilności.
- dostęp do miejsca zajęć zapewniony będzie poprzez utwardzone ścieżki i miejsca do siedzenia oraz odpoczynku, dostosowane do potrzeb osób z ograniczeniami ruchowymi.

2. Dostępność informacyjno-komunikacyjna:

- wszystkie materiały informacyjne (plakaty, zaproszenia, harmonogramy zajęć) będą przygotowane w czytelnej formie, z dużą czcionką i kontrastem kolorów, umożliwiającym odbiór osobom słabowidzącym.
- informacje o zajęciach dostępne będą również w formie cyfrowej, w tym w wersji przystosowanej do odczytu przez czytniki ekranu.

3. Dostępność w zakresie samej aktywności fizycznej:

- instruktor prowadzący zajęcia będzie odpowiednio przeszkolony w zakresie pracy z osobami o

różnych ograniczeniach sprawnościowych, w tym z niepełnosprawnością ruchową.

- zajęcia będą dostosowane indywidualnie do możliwości uczestników – np. modyfikacja pozycji i ćwiczeń, możliwość użycia podpór i pomocy rehabilitacyjnych.
- osobom potrzebującym wsparcia zapewnimy pomoc asystenta,
- umożliwimy wejście z psem przewodnikiem,
- nagłośnienie zostanie dostosowane do potrzeb uczestników,
- w razie potrzeby zapewnimy tłumacza języka migowego,

Działania te zapewniają, że projekt jest dostępny dla wszystkich mieszkańców Mazowsza, w tym osób ze szczególnymi potrzebami i niepełnosprawnych, zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa i kryteriami formalnymi naboru dotacji.

Miejsce realizacji

Gmina Nowy Duninów, świetlica OSP Dzierżazna

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Zajęcia Krav Magi	8 spotkań, 30 osób	Zdjęcia, lista obecności
Dyplom ukończenia cyklu spotkań	30 sztuk	Zdjęcia, faktura
Drobne upominki z logo Mazowsza dla każdego uczestnika	30 sztuk	Zdjęcia, faktura

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

Charakterystyka oferenta

Stowarzyszenie Lepsze Jutro Mazowsza to organizacja, która powstała z potrzeby serca i realnej troski o lokalną społeczność. Działamy od 4 grudnia 2023 roku, a naszą siedzibą jest Soczewka – miejsce, z którego naturalnie kierujemy swoje działania głównie na teren gminy Nowy Duninów. Od samego początku postawiliśmy na bliskość z ludźmi, autentyczne relacje i inicjatywy, które realnie poprawiają jakość codziennego życia.

W ciągu krótkiego czasu zbudowaliśmy solidne fundamenty działalności społecznej. Dzięki skutecznej współpracy z Samorządem Województwa Mazowieckiego pozyskaliśmy kilkanaście grantów, które pozwoliły nam realizować projekty skierowane zarówno do dzieci, jak i seniorów. Nasze działania to nie jednorazowe akcje – to przemyślane programy aktywizujące, integrujące i wzmacniające lokalną wspólnotę.

Rok 2024 był dla nas czasem intensywnej pracy i wielu ważnych inicjatyw. Zorganizowaliśmy warsztaty wielkanocne, współtworzyliśmy bal maskowy, a także przygotowaliśmy uroczyste spotkanie z okazji Narodowego Święta Niepodległości 11 listopada. Z szacunkiem dla historii

odnowiliśmy również groby Nieznanego Żołnierza na cmentarzu w Soczewce, przywracając im należną godność i pamięć.

Latem tętniło u nas życie – półkolonie dla dzieci, rodzinny piknik sportowy w Lipiankach oraz letnie turnieje piłki plażowej (organizowane zarówno w 2024, jak i 2025 roku) stały się przestrzenią radości, ruchu i międzypokoleniowej integracji. W 2025 roku mieliśmy zaszczyt wspólnie z OSP Lipianki świętować ich 95-lecie istnienia, aktywnie włączając się w organizację jubileuszu.

Wspieramy również lokalne tradycje i inicjatywy – finansowaliśmy IV Święto Pieczonego Ziemniaka w Dzierżanej, a także zorganizowaliśmy pierwszą edycję wydarzenia „Bryczką przez naturę”, łącząc rekreację z promocją walorów przyrodniczych regionu.

Jesteśmy zawsze tam, gdzie dzieje się coś ważnego dla mieszkańców. Chętnie odpowiadamy na zaproszenia lokalnej szkoły podstawowej i aktywnie uczestniczymy w niemal wszystkich świętach i wydarzeniach okolicznościowych. Dzień Kobiet, Dzień Ziemi, Dzień Dziecka, Dzień Chłopaka, Dzień Edukacji Narodowej, Dzień Przedszkolaka, Dzień Misia, Andrzejki czy Mikołajki – to święta, które celebруем wspólnie, radośnie i zawsze z rozmachem.

Lepsze Jutro Mazowsza to energia ludzi, którzy wierzą, że nawet lokalne działania mogą przynosić wielkie zmiany. Tworzymy przestrzeń do spotkań, rozwoju i współpracy – bo lepsze jutro zaczyna się tu i teraz, blisko ludzi.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Jako Stowarzyszenie Lepsze Jutro Mazowsza mamy duże doświadczenie w organizowaniu otwartych wydarzeń sportowych i rekreacyjnych dla mieszkańców Mazowsza. Działamy głównie przy turniejach i imprezach, które mają pobudzić lokalną społeczność. Robimy to praktycznie, angażujemy ludzi w konkretne działania. Nasze inicjatywy promowały ruch i zdrową rywalizację, często także łączyły różne pokolenia. To były wydarzenia dostępne dla wszystkich, z normalnymi zasadami bezpieczeństwa. Ludzie chętnie w nich uczestniczyli, i to aktywnie, a nie tylko oglądali. Nasze turnieje i imprezy zawsze były otwarte, i każdy mógł w nich wziąć udział. Dbaliśmy o bezpieczeństwo i o równe szanse dla zainteresowanych. Formy aktywności dopasowywaliśmy do wieku i możliwości, z naciskiem na rekreację. Czasem były to krótsze zabawy, czasem dłuższe zajęcia, wszystko po to żeby każdy mógł spróbować. Zależało nam na tym, żeby ludzie brali czynny udział, nie tylko stali z boku. W kolejnych edycjach cały czas to podkreślaliśmy i tak robiliśmy. To doświadczenie pokazuje, że Stowarzyszenie Lepsze Jutro Mazowsza potrafi wspierać aktywność mieszkańców Mazowsza i ma umiejętności potrzebne do prowadzenia zadań z zakresu sportu i rekreacji. Mamy wypracowane sposoby organizacji i działania, które dają solidną podstawę do następnych projektów. Dzięki temu mamy pewność, że poradzimy sobie z zajęciami Krav Magi. Znamy się na koordynacji, umiemy robić promocję i prowadzić zajęcia dla różnych grup. To realny potencjał, mamy ludzi i doświadczenie. Chcemy dotrzeć do szerokiego grona uczestników i to zrealizować.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Do realizacji zadania wykorzystamy własne zasoby Oferenta i także wsparcie lokalnych partnerów.

Zasoby osobowe

Zajęcia poprowadzi doświadczony instruktor Krav Magi, który już prowadził zajęcia rekreacyjne i prozdrowotne dla dorosłych, także dla początkujących.

Koordynator zajmie się organizacją, przygotowaniem i nadzorem harmonogramu, będzie też w

stałym kontakcie z uczestnikami i pilnować, by wszystko szło zgodnie z planem.
W działania zaangażują się wolontariusze. Pomogą przy organizacji, w informowaniu, w logistyce, a także przy sprzątaniu i przy codziennej pomocy uczestnikom.
Księgowa - będzie dbała o profesjonalne rozliczenie projektu.

Zasoby rzeczowe

Mamy sprzęt potrzebny do zajęć oraz przenośne nagłośnienie. Użyjemy też materiałów informacyjnych i promocyjnych, na przykład plakatów i materiałów cyfrowych, do rekrutacji uczestników i promocji aktywności fizycznej wśród mieszkańców.

Zasoby lokalowe i infrastrukturalne

Zajęcia będą się odbywać na świetlicy OSP Dzierżązna w gminie Nowy Duninów. To miejsce jest bezpieczne do zajęć. Na miejscu jest zaplecze sanitarne i podstawowa infrastruktura rekreacyjna. To zwiększa komfort uczestników i ułatwia organizację działań.

Zasoby organizacyjne i partnerskie

Oferent ma doświadczenie w organizowaniu projektów sportowo-rekreacyjnych i wydarzeń plenerowych, to wykorzystamy przy przygotowaniach i realizacji zadania. Projekt realizujemy we współpracy z lokalnymi instytucjami i organizacjami z Mazowsza, które pomogą w promocji, logistyce i w kontakcie z lokalną społecznością.
Zgromadzone zasoby odpowiadają planowanym działaniom i są wystarczające, by sprawnie i bezpiecznie zrealizować zadanie. Dzięki nim osiągniemy zaplanowane cele i spodziewane rezultaty.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Organizacja 8 spotkań	4 800,00		
2.	Dyplomy z logo Mazowsza dla uczestników (30 sztuk)	150,00		
3.	Upominki dla każdego uczestnika (30 sztuk)	1 600,00		
4.	Poczęstunek po każdych zajęciach (8 razy)	2 400,00		
5.	Księgowa	450,00		
6.	Koordinator zadania	400,00		
7.	Projekt i wydruk plakatów	200,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00	10 000,00	0,00

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.

.....

....

.....

....

.....

....

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

Data.....

Załączniki:

1. Wypis z ewidencji stowarzyszeń (*fakultatywny*)
2. Statut (*obligatoryjny - złożony elektronicznie*)

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.