

P.P. Robotycki
20.02.2019
Szkła



Załączniki do rozporządzenia
Przewodniczącego Komitetu do spraw Pożytku
Publicznego z dnia 24 października 2018 r. (poz. 2055)



Załącznik nr 1

WZÓR

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	ZARZĄD WOJEWÓDZTWA MAZOWIECKIEGO
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	DZIAŁANIA NA RZECZ ROZWOJU 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 AKTYWNY SENIOR „BIEŻUNIAKI”, Forma prawna: Stowarzyszenie, Numer KRS: 0001093823, Kod pocztowy: 09-320, Poczta: BIEŻUŃ, Miejscowość: BIEŻUŃ, Ulica: ZAWIDZKA, Numer posesji: 8, Województwo: Mazowieckie, Powiat: Żuromiński, Gmina: Biezuń, Adres e-mail: klobukosia33@wp.pl Numer telefonu: 791052061
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	KRYSTYNA KŁOBUKOWSKA TEL. 791-052-061 e-mail: klobukosia33@wp.pl tel. 791-052-061

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	„RAZEM W RUCHU, RAZEM W FORMIE W KAŻDYM WIEKU”			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	10.07.2026r.	Data zakończenia	10.09.2026r.
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
Projekt ma na celu upowszechnianie kultury fizycznej wśród Seniorów 60 + z terenu miasta i gminy Biezuń / środowisko miejsko – gminne/. Osoby o różnym poziomie sprawności fizycznej, w tym osoby mało aktywne. Zwiększenie poziomu aktywności fizycznej oraz poprawa kondycji zdrowotnej, psychicznej i społecznej poprzez realizację kompleksowego programu zajęć ruchowych, warsztatów edukacyjnych i wsparcia terapeutycznego. Cel główny zakłada trwałą zmianę postaw uczestników wobec własnego zdrowia oraz wykształcenie potrzeby regularnej aktywności fizycznej jako elementu codziennego stylu życia. Działania będą sprzyjać poprawie zdrowia, sprawności fizycznej, samodzielności oraz integracji społecznej				

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.

wśród osób starszych, ponieważ osoby te prowadzą siedzący tryb życia, co zwiększa ryzyko chorób przewlekłych, izolacji społecznej. To działanie prozdrowotne.

W ramach zadania planujemy zorganizować 3 etapy działania;

Pierwszy etap - Zajęcia ruchowe w wodzie przy muzyce „Aqua Fitness /aqua aerobik” na pływalni w Żurominie pod okiem wykwalifikowanego instruktora z niezbędnym sprzętem. Grupa to 30 osób z podziałem na 2 grupy po 15 osób. Zajęcia dostosowane do wieku i stanu zdrowia w małych grupach zapewniające bezpieczeństwo. Ćwiczenia w wodzie prowadzone w rytm spokojnej muzyki zapewniają seniorom poprawę równowagi i koordynacji, wzmacniają mięśnie, lepsze krążenie.

Program: 2 grupy po 15 osób

Czas trwania : Każda grupa 2 x po 1 godz. tygodniowo przez 3 tygodnie

Łącznie 12 godz. tj. I grupa 6 godz. II grupa 6 godz.

Miejsce realizacji: Pływalnia Powiatowa w Żurominie

Drugi etap - Warsztaty edukacyjne pn. „Ruch to zdrowie po 60” - łączące część teoretyczną z praktyczną pod okiem kwalifikowanej osoby.

Instruktor prowadzący zajęcia w części teoretycznej przekaze wiedzę na temat poprawy sprawności ruchowej i równowagi, nauki prostych ćwiczeń do samodzielnego wykonywania w domu.

Część praktyczna to ćwiczenia rozciągające, wzmacniające, oddechowe dla osób z ograniczoną sprawnością ruchową a także instruktaż odnośnie zestawu ćwiczeń do samodzielnego wykonywania w domu.

Przewidujemy posiłek dla uczestników „zdrowa żywność” jako element aktywizujący i integracyjny.

Czas trwania łącznie: 5 godz.

Część teoretyczna: 1 godz.

Część praktyczna: 2 grupy x 20 osób x 2 godz. / 1godz.x 1 grupa/

Posiłek „Zdrowa żywność” 2 godz.

Grupa docelowa to 40 osób

Miejsce realizacji: Sala Ochotniczej Straży Pożarnej/ Hala Sportowa w Bieżuniu.

Celem warsztatów jest poprawa sprawności fizycznej i ogólnego samopoczucia uczestników, a także zwiększenie świadomości zdrowotnej, że ruch = zdrowie.

Trzeci etap - Spotkanie z terapeutą zajęciowym, który przekaze wiedzę, że poprzez odpowiednio dobrane formy aktywności fizycznej, ćwiczenia i działania wspierające, pomagają seniorom zachować sprawność, samodzielność i dobre samopoczucie.

Dzięki edukacji w właściwym zakresie i prowadzeniu bezpiecznych zajęć ruchowych, poprawimy koordynację, równowagę i siły mięśniowe. Zmotywujemy się do aktywnego dbania o własne zdrowie.

Każdy uczestnik zdobędzie wiedzę i umiejętności do kontynuacji własnej aktywności

Na zakończenie przeprowadzimy monitoring postępów uczestników.

Czas trwania: 3 godz.

Grupa docelowa: 40 osób

Miejsce realizacji: Sala Ochotniczej Straży Pożarnej w Bieżuniu.

Zdobyte wrażenia i doświadczenia Seniorzy wykorzystają w swoich grupach społecznych, środowiskowych czy rodzinnych.

Przewidujemy udział osób z niepełnosprawnościami. Wszelkie pomieszczenia i miejsca są dostosowane dla osób niepełnosprawnych. W przypadku osób niepełnosprawnych przewidziany jest także udział Opiekuna tej osoby.

Celem zadania jest wykształcenie w pokoleniu osób starszych potrzeby dbania o zdrowie, dobrą kondycję fizyczną i psychiczną poprzez zrozumienie egzystencjalnej potrzeby ruchu. Aby Seniorzy zrozumieli jak ważne jest utrzymanie sprawności fizycznej i psychicznej i zachowanie zdrowego stylu życia.

Zróznicowanie finansowe, odległość duża od większego miasta, brak możliwości transportu, wskazują na konieczność wykonania zadania publicznego, poprzez zmianę polityki społecznej miasta i gminy na rzecz osób starszych i podjęcie działań do poprawy infrastruktury pomocy społecznej dla Seniorów.

CELE SZCZEGÓŁOWE

1. Poprawa sprawności fizycznej seniorów

- o zwiększenie siły mięśniowej, równowagi i koordynacji,
- o poprawa wydolności organizmu poprzez ćwiczenia w wodzie i zajęcia ogólnorozwojowe.

2. Zwiększenie świadomości zdrowotnej

- o przekazanie wiedzy dotyczącej profilaktyki chorób cywilizacyjnych,
- o nauka bezpiecznych ćwiczeń do wykonywania w domu.

3. Aktywizacja i integracja środowiska seniorów

- o stworzenie przestrzeni do spotkań i wspólnych działań,
- o ograniczenie poczucia osamotnienia.

4. Wzmocnienie samodzielności uczestników

- o wyposażenie seniorów w praktyczne umiejętności dbania o zdrowie,
- o zwiększenie motywacji do regularnej aktywności fizycznej.

UZASADNIENIE PROJEKTU

Postrzeganie osób starszych zniekształcone przez stereotypy powoduje, że starość odbieramy jako stopniową utratę dotychczasowych możliwości człowieka, spadek siły fizycznej, ograniczenie sprawności ruchowej, niepełnosprawności a przez to zależnych od innych w zaspokajaniu najbardziej podstawowych potrzeb. Inicjatorzy projektu dostrzegają ograniczenie w aktywności osób starszych spowodowane bardziej nie stanem zdrowia czy wieku, a raczej ograniczonymi funduszami na udział w działaniach skierowanych do osób starszych. Wpłyne to na poprawę jakości życia mieszkańców z małej miejscowości wiejskiej.

W ramach składanego wniosku nie przewidujemy pobierania opłat od adresatów projektu. Udział w zadaniu będzie miał charakter ogólnodostępny, dobrowolny i bezpłatny.

Przy wykonywaniu zadania publicznego zobowiązujemy się do zapewnienia dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami, w ramach realizowanego zadania:

- w obszarze dostępności architektonicznej: miejsca wolne od barier poziomych i pionowych przestrzeni komunikacyjnych budynków, w których realizowane będzie zadanie, informacja o rozkładzie pomieszczeń w budynku zamieszczona w sposób wizualny i dotykowy lub głosowy, możliwość udziału osobie korzystającej z psa asystującego;
- w obszarze dostępności informacyjno-komunikacyjnej: na wniosek osoby ze szczególnymi potrzebami, uwzględnimy pomoc wolontariusza w ramach realizowanego zadania.

Osobom ze szczególnymi potrzebami zapewnimy wsparcie innej osoby lub zapewnimy wsparcie techniczne osobie ze szczególnymi potrzebami, w tym z wykorzystaniem nowoczesnych technologii.

Stowarzyszenie rozpoczęło swoją działalność, by pomóc w podejmowaniu działań, inicjatyw na rzecz Seniorów, poprzez organizowanie aktywnych form działalności, organizowaniu różnych spotkań, dyskusji, warsztatów, kursów, koncertów, spektakli, zagospodarowaniu wolnego czasu osób starszych zgodnie z zadaniami określonymi w Statucie. Zamierzamy podejmować działania przyczyniające się do aktywności Seniorów w naszej Małej Ojczyźnie jakim jest Mazowsze, Powiat Żuromiński, Biezuń miasto i wieś.

Organizacja tego zadania będzie motywacją do dalszego działania, nauki wielu umiejętności i zainteresowań. Stworzy nam bazę do organizacji kolejnych działań i przedsięwzięć kulturalno- artystycznych na wysokim poziomie. W realizacji zadania zapewnimy integrację i pobudzimy osoby do relacji interpersonalnych i empatii. W ramach realizacji zadania zapewnimy wykorzystanie zasobów wewnętrznych Stowarzyszenia oraz współpracę z Ochotniczą Strażą Pożarną, pomieszczenia na Hali Sportowej w Biezuńcu- w zakresie udostępnienia pomieszczeń.

Informacja o możliwości zgłaszania się do zadania, będzie zamieszczona na koncie Facebook Stowarzyszenia, portalu internetowym lokalnej prasy, w formie plakatów (na tablicach ogłoszeń) na terenie miasta Biezuń i sołectwach wiejskich obejmujących teren gminy oraz za pomocą marketingu szeptanego. W ramach promocji przygotowane zostaną plakaty, karty zgłoszeń i ankiety ewaluacyjne dla uczestników projektu. Jako element trwałej promocji planujemy zakupić baner, który zostanie opatrzony logami i informacją o realizacji projektu. Fotorelacja będzie na bieżąco zamieszczana na koncie społecznościowym Stowarzyszenia i w lokalnej prasie na portalu internetowym "Kurier Żuromiński".

Promocja zadania będzie prowadzona przez cały czas realizacji projektu.

DLUGOFALOWE EFEKTY PROJEKTU

1. Utrwalenie nawyku regularnej aktywności fizycznej.
2. Zmniejszenie ryzyka chorób cywilizacyjnych.
3. Wzmocnienie integracji międzyludzkiej w środowisku seniorów.
4. Ograniczenie wykluczenia społecznego ze względu na wiek.
5. Stworzenie podstaw do kontynuacji programu w kolejnych latach.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Przeprowadzenie promocji zadania	plakaty, karty zgłoszeń, baner promocyjny	Dokumentacja fotograficzna, lista uczestników, informacja na stronie Stowarzyszenia i w lokalnej prasie.
Zajęcia ruchowe w wodzie „Aqua fitness/aqua aerobik” 3 tygodnie	2 x 1 godz. tygodniowo x 2 grupy	Faktury, dokumentacja fotograficzna, informacja na stronie Facebook, lista uczestników
Warsztaty edukacyjne „Ruch to zdrowie po 60”	1 x 5 godz.	Faktury lista obecności, zdjęcia i informacja na stronie Facebook Stowarzyszenia. Relacje internetowe, relacje w mediach społecznościowych.
Spotkanie z terapeutą zajęciowym	1 x 3 godz.	Faktury, lista obecności, dokumentacja fotograficzna, informacja na stronie

		Stowarzyszenia, relacje w mediach społecznościowych.
--	--	--

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

Jako Stowarzyszenie składaliśmy wnioski w 2025 roku, ale nie otrzymaliśmy dotacji. Stowarzyszenie rozpoczęło swoją działalność 27 listopada 2023r., wpis do KRS uzyskaliśmy w marcu 2024r. Celem naszym jest chęć podejmowania działań, inicjatyw na rzecz Seniorów, poprzez organizowanie aktywnych form działalności, organizowaniu różnych spotkań, warsztatów, zagospodarowaniu wolnego czasu osób starszych zgodnie z zadaniami określone w Statucie. W ramach swojej działalności zorganizowaliśmy projekty 2024r. „Szlakiem Fryderyka Chopina”, Akademia Twórczości Kulturalnej Seniorów”, „Aktywny i Twórczy Razem dla Bieżunia” oraz coroczne „Biesiady Senioralne” 2024 i 2025. Projekty: „Poznajemy tradycję toruńskiego piernika”, „Piękno Ziemi Olsztyńskiej”. Warsztaty rękodzieła artystycznego, „Robienie biżuterii”, „Ozdób choinkowych, świątecznych, Spotkania, prelekcje. Udział w Akcjach charytatywnych Finał 33 i 34 WOŚP. Udział w Dożynkach, Wystawie Wielkanocnych w Głinojecku, Boże Narodzeniowej w Szrensku.

Zadania te zrealizowane przez członków Stowarzyszenia w ramach tzw. pracy społecznej. Członkowie Stowarzyszenia będą odpowiedzialni za organizację zadania, jego sprawne przeprowadzenie i rozliczenie, księgowość. Koordynatorem zadania - Prezes Stowarzyszenia, która posiada wieloletnie doświadczenie w pracy na stanowisku kierowniczym w Żuromińskim Centrum Kultury, w tym w zakresie pozyskiwania i rozliczania środków na zadania kulturalne z różnych źródeł. Sprawami rozliczeń finansowych będzie zajmować się osoba z wieloletnim doświadczeniem w pracy w sektorze samorządowym w dziale finansów. Na potrzeby zadania zostaną wykorzystane stanowiące własność członków stowarzyszenia: laptop, do przygotowania dokumentacji zadania i jego rozliczenia.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Zajęcia na pływalni – instruktor niezbędny sprzęt do ćwiczeń 30 osób x 6godz x 30 zł	5 400zł	5 400 zł	0 zł
2.	Warsztaty – instruktor	1 000 zł	1 000 zł	0 zł
3.	Usługa gastronomiczna 40 osób x 30 zł	1 200 zł	1 200 zł	0 zł
4.	Spotkanie z terapeutą	1 000 zł	1 000 zł	0 zł
5.	Promocja baner	600 zł	600 zł	0 zł
	Suma wszystkich kosztów realizacji zadania	9 200 zł	9 200 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* / ~~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.

Stowarzyszenie Aktywny Senior

„BIEŻUNIAKI”

Krzysztof Kłobukowski

PREZES

Data 30 stycznia 2026r.

Stowarzyszenie Aktywny Senior

„BIEŻUNIAKI”

Witok Elzbieta

Elzbieta Witak
SKARBNIK

Stowarzyszenie Aktywny Senior

„BIEŻUNIAKI”

ul. Zawadzka 8. 09-320 BIEŻUN

NIP 5110300266. REGON 528124905

KRS 0001093823

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