

Wpłynęło dnia 09.08.2023  
Nr pisma RKP-41465-2023  
Podpis Xroszczyk

Załącznik nr 1

## 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 ŚWIĘTOKRZYSKIEGO
2. Rodzaj zadania publicznego	Aktywny senior – upowszechnianie aktywności fizycznej i promowanie sportu wśród osób starszych.

### 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	
Fundacja Błask Nadziei Ul. Kościuszki 11/315 25 - 310 Kielce Forma prawna : Fundacja tel : 516 449 402 e-mail : <a href="mailto:fundacja@blasknadziei.pl">fundacja@blasknadziei.pl</a> NIP : 6572908732 KRS : 0000439980	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Ireneusz Chaiński 697801268 <a href="mailto:697801268@wp.pl">697801268@wp.pl</a>



### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Narodowy Dzień Sportu dla Świętokrzyskich Seniorów			
2. Termin realizacji zadania publicznego	Data rozpoczęcia	11.09.2023	Data zakończenia	10.11.2023
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				

*Ch*

Fundacja Blask Nadzieji w ramach zadania publicznego planuje przeprowadzić dla 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce, powiatu Kielce, Województwa Świętokrzyskiego zajęcia rehabilitacyjno-ruchowe pt. „ Narodowy Dzień Sportu Dla Świętokrzyskich Seniorów ” celem wspierania aktywności fizycznej, oraz poprawy stanu zdrowia i jakości życia osób starszych . Zajęcia odbędą się w terminie od 18.09.2023 do 03.11.2023 na terenie Klubu Expert Fitness ul. Szczecińska 1 w Kielcach. Celem głównym zadania jest przeprowadzenie zajęć rehabilitacyjno-ruchowych poprzez realizację dwóch działań :

I. Pierwsze działanie w ramach Narodowego Dnia Sportu Dla Seniorów odbędzie się dnia 18.09.2023 i będzie obejmowało 6 godzin zajęć :

1. Zajęcia edukacyjno-dietetyczne, w trakcie których zostanie przeprowadzone w sumie 1 godzina wykładów dla 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce, powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego prowadzone przez wykwalifikowanego dietetyka klinicznego, mające na celu poszerzenie wiedzy dotyczącej zdrowego odżywiania oraz zdrowego stylu życia.

2. Zajęcia edukacyjno-fizjoterapeutyczne, w trakcie których zostanie przeprowadzone w sumie 1 godzina wykładów dla 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce, powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego prowadzone przez wykwalifikowanego fizjoterapeutę, mające na celu zwiększenie świadomości wśród uczestników dotyczącą prawidłowego funkcjonowania aparatu ruchu oraz sposobu doboru odpowiedniej aktywności.

3. Konsultacje fizjoterapeutyczne przeprowadzone dla 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce , powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego przez wykwalifikowanego fizjoterapeutę mające na celu sprawdzenie sprawności funkcjonalnej. Na konsultacjach fizjoterapeutycznych uczestnicy zostaną poddani testom oceniającym ogólną sprawność fizyczną, siłę, gibkość górnej i dolnej części ciała, a także zwinność oraz koordynację ruchową. Test będzie składał się z 6 kolejno wykonywanych części :

- Próba zginania przedramienia - ocena siły górnej części ciała
- Próba „drapania po plecach” - ocena elastyczności górnej części ciała
- Wstawianie z krzesła w ciągu 30 sek. - ocena siły dolnej części ciała
- Próba „siad i dosięgnięcie” - ocena elastyczności dolnej części ciała
- Próba „8 stóp – wstań i idź” - ocena zwinności/równowagi
- Test 6-minutowego marszu lub Próba 2-minutowego marszu - ocena tolerancji wysiłku

Następnie seniorzy otrzymają ocenę testu, a także specjalne zalecenia pozwalające zwiększyć sprawność fizyczną i zminimalizować ryzyko upadku. Ponadto w trakcie trwania zadania w zależności od potrzeb uczestników będą udzielane dodatkowe indywidualne konsultacje.

4. Zajęcia rehabilitacyjno-sportowe, w trakcie których zostanie przeprowadzone w sumie 2 godziny zajęć rehabilitacyjnych dla 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce, powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego prowadzone przez wykwalifikowanego trenera, instruktora fitness, fizjoterapeutę, mające na celu poprawę sprawności fizycznej.

Podczas trwania działania każdy uczestnik otrzyma poczęstunek.

II. Drugie działanie odbędzie się w terminie 19.09.2023 - 03.11.2023 i będzie obejmować 18 godzin zajęć rehabilitacyjno-ruchowych dla 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce , powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego prowadzone przez wykwalifikowanego trenera, instruktora fitness, fizjoterapeutę mające na celu kształtowanie prawidłowych wzorców ruchowych, ze szczególnym uwzględnieniem pracy nad kręgosłupem, wzmocnienie oraz poprawę kondycji fizycznej, poprawę siły mięśniowej. Zajęcia obejmować będą kompleksowy zestaw prostych i przyjemnych ćwiczeń o małej intensywności przygotowany z myślą o seniorach. Uczestnicy podczas zajęć będą się mogli skoncentrować na technice, bezpieczeństwie i dokładności wykonywanych ćwiczeń, a co za tym idzie naberą prawidłowe wzorce ruchowe. Efektem zajęć rehabilitacyjno-ruchowych będzie, poprawa wydolności organizmu, zwiększenie siły, wzmocnienie układu mięśniowo-stawowego. Działania będą objęte opieką: instruktora fitness, fizjoterapeuty, w celu zapewnienia odpowiedniej asekuracji. Rekrutacja odbywać się będzie poprzez wypełnienie formularza rekrutacyjnego dostępnego w biurze Fundacji, promocja odbywać się będzie poprzez media społecznościowe i lokalne . Efektem realizacji projektu będzie promocja zdrowego i aktywnego starzenia się ukierunkowana na poprawę stanu zdrowia i jakości życia oraz integracja społeczna osób starszych.

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

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Przeprowadzenie zajęć edukacyjno-dietetycznych	1 godzina / 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce, powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego	Lista obecności, dokumentacja zdjęciowa

Przeprowadzenie zajęć edukacyjno-fizjoterapeutycznych	1 godzina / 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce, powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego	Lista obecności, dokumentacja zdjęciowa
Przeprowadzenie konsultacji fizjoterapeutycznych indywidualnych	2 godziny / 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce, powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego	Pomiary przed i po
Przeprowadzenie zajęć rehabilitacyjno-sportowych	2 godziny / 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce, powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego	Lista obecności, dokumentacja zdjęciowa
Przeprowadzenie zajęć rehabilitacyjno-ruchowych	18 godzin / 20 osób po 60 roku życia z miasta Kielce, powiatu Kielce i Województwa Świętokrzyskiego	Lista obecności, dokumentacja zdjęciowa

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

Projekt „Rajd po zdrowie” 17.06-18.06.2023 r. dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 4000 złotych  
Projekt „Integracja osób niepełnoprawnych „ 15.06-16.06.2023r. dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 10000 złotych  
Projekt " Na sportowo z niepełnosprawnościami " 30.05.2023 r. dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 2000 złotych  
Projekt " Dzień dla Zdrowia Seniora " 25.05.2023 r. dofinansowany z Świętokrzyskiego Funduszu Lokalnego w kwocie 5000 złotych  
Projekt „ Sportowe Półkolonie Zimowe z Województwem Świętokrzyskim” 03.02-21.02.2023 dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 10000 złotych  
Projekt „Półkolonie bez nałogów” 23.01-17.02.2023 dofinansowany z Urzędu Miasta Kielce w kwocie 10000 złotych  
Projekt "Aktywne dziecko" 23.04-09.07.2022 dofinansowany z Urzędu Miasta Kielce w kwocie 26000 złotych  
Projekt "Aktywne dziecko" 09.05.2022 dofinansowany z Urzędu Miasta Kielce w kwocie 10000 złotych  
Projekt "Aktywny senior" 02.06-14.07.2022 dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 12000 złotych  
Projekt "Organizacja letniego wypoczynku dla dzieci i młodzieży połączonego z profilaktyką uzależnień" 01.08-30.08.2022 dofinansowany z Urzędu Miasta Kielce w kwocie 13000 złotych  
Projekt "Upowszechnianie idei ekonomii społecznej oraz budowanie jej marki poprzez organizację lokalnych wydarzeń promocyjnych z udziałem społeczności i samorządu lokalnego" 02.09-30.09.2022 dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 4815 złotych  
Projekt "Aktywne dziecko-odchudzanie"02.09-30.09.2022 dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 10000 złotych  
Projekt "Dofinansowanie działań mających na celu poprawę sprawności fizycznej i intelektualnej ludzi starszych w różnych sferach życia" 16.09-30.11.2022 dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 9000 złotych  
Projekt "Stop Narkotykom" 03.10-16.12.2022 dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 1540 złotych  
Projekt "Zdrowy maluch-mama bez alkoholu" 03.10-16.12.2022 dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 24000 złotych  
Projekt "Międzynarodowy dzień osób niepełnosprawnych-sportowe Mikołajki" 01.11-12.12.2022 dofinansowany z Urzędu Marszałkowskiego w kwocie 15000 złotych  
Projekt "Jedzenie a emocje" 03.10-15.11.2022 dofinansowany z Urzędu Miasta Kielce w kwocie 35000 złotych  
Projekt "Aktywni po sześćdziesiątce"06.04.2016 dofinansowany z Województwa Świętokrzyskiego w kwocie 10000 złotych  
"Niepełnosprawność kluczem do aktywności zawodowej" 24.07.2015 dofinansowane z Województwa Świętokrzyskiego w kwocie 16680 złotych  
Fundacja dotychczas prowadziła szereg działań związanych z aktywizacją, aktywnością Kielczan w różnym wieku dla seniorów w ramach realizacji projektów Aktywny Senior, Senior Aktywny Obywatel, Aktywizacja osób po sześćdziesiątce, niepełnosprawność kluczem do aktywności zawodowej.  
„Senior Aktywny obywatel" 25.06.2015 dofinansowane z Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w kwocie 218330 złotych

W trakcie realizacji :

Projekt „ Sportowe Letnie Półkolonie „ dofinansowany z Ministerstwa Sportu i Turystyki w kwocie 40000 złotych  
Projekt „ Bądź z dala od alkoholu „ dofinansowany z Urzędu Miasta Kielce w kwocie 21000 złotych  
Projekt „ Pierwsze kroki do pozbycia się zaburzeń odżywiania „ dofinansowany z Urzędu Miasta Kielce w kwocie 21000 złotych  
Projekt „ Schudnij na zdrowie „ dofinansowany z Urzędu Miasta Kielce w kwocie 28000 złotych

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	wynajem sali	2400,00	1200,00	1200,00
2.	Zakup poczęstunku	800,00	800,00	
2.	Wynagrodzenie osób prowadzących zajęcia oraz indywidualne konsultacje podczas 1 działania ( trener, instruktor fitness, fizjoterapeuta )	4400,00	4400,00	
3.	Wynagrodzenie osób prowadzących zajęcia rehabilitacyjno-ruchowe podczas 2 działania ( trener, instruktor fitness, fizjoterapeuta )	3600,00	3600,00	
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		11200,00	10000,00	1200,00

## 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.

PREZES FUNDACJI

*Przemysław Charny*  
Przemysław Charny

Data 08 SIE. 2023

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



Blask  
Nadziei

25-210 Kieles, ul. Kościuszki 11, lokal 315, tel. 616 449 402  
KRS: 000043002 NIP: 657-29-08-732 REGON: 286648664