

Handwritten: SOC

Handwritten: Obocul

BIURO OBSŁUGI INTERESANTA
Urzędu Miasta Ząbki
Wpłynęło dnia

2021-05-06

L. Dz. 25 Podpis. *[Signature]*

Załączniki do rozporządzenia Ministra
Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej
z dnia.....(poz. ...)

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 adresowana jest oferta	Burmistrz Miasta Ząbki
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 publicznego ¹⁾	Ochrona i promocja zdrowia
4. Tytuł zadania publicznego	Warsztaty fitness i jogi
5. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia 01.06.2021 r. Data zakończenia 22.08.2021 r.

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 Self Active Planet Akademia Rozwoju Osobistego ul. Lekka 3 lok. 31 01-910 Warszawa NIP: 1182105052 Regon: 360745534 Numer KRS: 0000540463 Numer konta: BNP Paribas PL 85 1750 0012 0000 0000 2767 0733
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)	Weronika Doliwa 788-021-372 self.active.planet@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	Fundacja Self Active Planet będzie organizować Warsztaty fitness i jogi po 120 minut od 1 czerwca do 22 sierpnia. Zakładamy, że będą to grupy minimum 10-osobowe. Warsztaty będą prowadzone przez
--	---

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.

dwóch instruktorów: jedna osoba prowadzi fitness, druga osoba prowadzi jogę. Warsztaty są przeznaczone dla mieszkańców Ząbek i są to zajęcia ukierunkowane na stworzenie grup początkujących i rekreacyjnych, nastawionych na ochronę i poprawę zdrowia. W obecnej sytuacji, związanej z pandemią, jesteśmy w stanie przeprowadzić zajęcia hybrydowe i online, jeśli nastąpią obostrzenia, posiadamy odpowiedni sprzęt i warunki, do realizacji zadania w ten sposób. Będziemy pobierać symboliczną opłatę 10 zł od uczestników za warsztat. Uważamy, że wiedza i możliwość rozwoju, dbania o siebie powinna być wdrażana w każdym wieku, osoby już świadome swojego życia, swoich celów, swojego ciała, powinny wiedzieć jak o siebie dbać by żyć zdrowo i szczęśliwie. Ze względu na siedzący tryb życia i brak czasu na dojazdy, często ograniczone możliwości finansowe, korzystne bardzo dla mieszkańców jest organizowanie zajęć ruchowych, współfinansowanych przez urząd, nastawionych na potrzeby mieszkańców. Coraz więcej osób ma problemy z prawidłową postawą ciała, która prowadzi do stałych zmian w układzie mięśniowym i kostnym, także bólu przy którym trudno funkcjonować na co dzień. Nasze zajęcia, to także profilaktyczne działanie, prewencyjne, które zapobiega zamiast później leczyć. Wpływ jogi na zdrowie i fizjologię człowieka jest bardzo duży, dlatego osoby w różnym wieku, także z problemami zdrowotnymi, chętnie jogę ćwiczą, także zajęcia typu pilates działają, nie tylko na ciało, ale również wyciszająco na układ nerwowy. Dodatkowe koszty, związane z realizacją zadania, to koszty reklamy, która ma pozyskać uczestników zajęć, są to: strona WWW, plakaty, ulotki, reklama w mediach, i inne, a także wynajem bazy, wynagrodzenie dla instruktorów, koordynacja zadania i inne. Zajęcia fitness i jogi są doskonałym sposobem na upowszechnianie kultury fizycznej, nawyku zdrowego stylu życia wśród młodych osób, a także motywacją dla osób starszych. Wspomagają integrację środowiska lokalnego, a także ciekawy sposób spędzania wolnego czasu. Ponadto, poprzez krzewienie postaw i oddziaływanie relaksacyjne jogi, może doskonale przeciwdziałać patologiom społecznym, uzależnieniom i nadwadze, przeciwdziałanie stresowi i jego następstwom, a co za tym idzie, przeciwdziałanie wykluczeniom społecznym. To wspaniała inicjatywa, która buduje wizerunek miasta czy urzędu, które dba o zdrowie i aktywność fizyczną swoich mieszkańców, a także chroni przed poważnymi problemami ze zdrowiem, zarówno fizycznymi jak i psychicznymi. Prowadzimy takie zajęcia i warsztaty od kilku lat, w różnych miejscach w Polsce. Uczestnicy są bardzo zadowoleni i deklarują chęć uczestnictwa w naszych zajęciach.

Zajęcia będą się odbywać:

MOSiR Ząbki, w Sali lub na powietrzu, każdy uczestnik jest oddalony od innych uczestników zgodnie z wymogami obostrzeniami, związanymi z pandemią. Zapewnimy środki do dezynfekcji, jednorazowe maseczki, tak by każdy uczestnik mógł ćwiczyć bezpiecznie.

2. Zakładane rezultaty realizacji zadania publicznego

Mamy nadzieję, że poprzez organizację zadania zachęcimy mieszkańców Ząbek do aktywnego spędzania czasu, którym zapewnimy ciekawy sposób pracy nad ciałem i umysłem, i dostarczymy motywację do aktywności ruchowej, a także wiedzę na temat, jak zdrowo i bezpiecznie ćwiczyć i dbać o ciało. Być może wśród uczestników znajdziemy też takie, którym uda się pomóc pokonać uzależnienie, zmniejszyć stres, nadwagę i poprawić dobre samopoczucie psychofizyczne, a także zaangażować więcej osób do aktywności społecznej, na rzecz mieszkańców. Instruktorzy będą prowadzić zajęcia pod kątem ochrony zdrowia i ogólnorozwojowym. Poprzez różnorodne zestawy ćwiczeń wpływać będą na aparat kostno-mięśniowy korygując w znacznym stopniu wady postawy. Zajęciach fitness i jogi podnoszą sprawność fizyczną uczestników i siłę oraz rozwijają wśród nich ważne wartości wolicjonalne (odwaga, wytrwałość, pewność siebie, systematyczność, dyscyplina). Uprawianie sportu zapobiega także wadom postawy lub je koryguje, oraz krzewi pozytywne postawy społeczne, uczy nawyku dbania o ciało i zdrowie, oraz zachęca do rozwoju osobistego. W teoretycznej części pracy, dostarczymy wiedzę z zakresu anatomii, kinezylogii, korektywy podczas prelekcji prowadzonej podczas zajęć i warsztatów. Założone cele udokumentujemy za pomocą listy uczestników, ankiety przeprowadzonej przed i po zakończeniu zadania wśród uczestników, zdjęć z zajęć, filmików, plakatów itp.

Mamy nadzieję, zachęcimy młodszych i mieszkańców do aktywnego spędzania czasu, zapewnimy ciekawy sposób pracy nad ciałem i umysłem. Dostarczymy motywację do aktywności ruchowej, a także wiedzę na temat, jak zdrowo i bezpiecznie ćwiczyć i dbać o ciało i zdrowie. Być może wśród uczestników znajdziemy też takie, którym uda się pomóc pokonać uzależnienie, zmniejszyć nadwagę i poprawić dobre samopoczucie psychofizyczne, zmniejszyć stres, nadwagę i poprawić dobre samopoczucie psychofizyczne, a także zaangażować więcej osób do aktywności społecznej, na rzecz mieszkańców.

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 finansowych własnych, środków pochodzących z innych źródeł, wkładu osobowego lub rzeczowego ⁴⁾ (zł)
	Warsztat wynagrodzenie	3 100,00	2 500,00	600,00
	Niezbędne artykuły i sprzęt sportowy	1000,00	1 000,00	0,00
	Wynajem bazy	750,00	750,00	0,00
	Reklama i promocja	350,00	350,00	0,00
	Koordinacja zadania	200,00	200,00	0,00

³⁾ Wartość kosztów ogółem do poniesienia z dotacji nie może przekroczyć 10 000 zł.
⁴⁾ W przypadku wsparcia realizacji zadania publicznego.

	Obsługa finansowa	200,00	200,00	0,00
	Koszty ogółem:	5 600,00	5 000,00	600,00

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.

Fundacja SELF ACTIVE PLANET
AKADEMIA ROZWOJU OSOBISTEGO
ul. Łaska 3/31, 01-910 Warszawa
tel. +48 788 021 372
NIP 1182105052, REGON 380745534

Prezes
Weronika Doliwa
Wiceprezes
Jadwiga Sulkowska
(podpis osoby upoważnionej
lub podpisy osób upoważnionych
do składania oświadczeń woli w imieniu
oferenta)

Data ..20.04.2021v.

Załącznik:

W przypadku gdy oferant nie jest zarejestrowany w Krajowym Rejestrze Sądowym – potwierdzone za zgodność z oryginałem kopia aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji.

Dokument elektroniczny

Miejsce i data sporządzenia dokumentu

2021-05-06

Dane nadawcy

Weronika Doliwa
PESEL: 90091906701
Telefon: +48788021372
Email: self.active.planet@gmail.com
Fundacja SELF ACTIVE PLANET AKADEMIA ROZWOJU
OSOBISTEGO

Dane adresata

MIASTO ZĄBKI (05-091 ZĄBKI, WOJ. MAZOWIECKIE)

POTWIERDZENIE ZŁOŻENIA OFERTY MAŁY GRANT

Potwierdzenie złożenia Oferty Mały Grant

Fundacja przesyła ofertę Mały Grant.

Załączniki:

1. [Obraz.jpg](#)
2. [Obraz \(2\).jpg](#)
3. [Obraz \(6\).jpg](#)
4. [Obraz \(7\).jpg](#)

Dokument został podpisany, aby go zweryfikować należy użyć oprogramowania do weryfikacji podpisu. Data złożenia podpisu:

2021-05-06T11:23:12.073+02:00

Podpis elektroniczny