



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 Powiatu Cieszyńskiego
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	Ochrona i promocja zdrowia

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	
Stowarzyszenie :Skoczowski Uniwersytet III Wieku 43-430 Skoczów, ul. Mickiewicza 9 KRS 0000521994 Bank Spółdzielczy w Skoczowie, nr konta	
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	Ruch to zdrowie			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	01.10.2025	Data zakończenia	30.11.2025
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
Działania skierowane będą do słuchaczy naszego uniwersytetu oraz seniorów ze Skoczowa i gmin Skoczowa-Międzywieć, Kowale, Harbutowice, Pogórze, Ochaby, Bładnice oraz innych miejscowości Powiatu Cieszyńskiego-Cieszyn, Dębowiec, Nierodzim, Simoradz. Wiek senioralny wpływa negatywnie na kondycję fizyczną i psychiczną, zwiększone poczucie osamotnienia, rozluźnienie więzi społecznych wśród osób starszych. Celem naszego zadania będzie				

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.

promocja aktywności fizycznej, która w dużym stopniu wpływa również na poprawę równowagi psychicznej i otwarcie się seniorów na siebie i otoczenie. Projekt stanowić będzie aktywną, zorganizowaną formą terapii i wsparcia seniorów do pokonywania tych negatywnych stanów. A także formą edukacji seniorów o pozytywnym oddziaływaniu aktywności ruchowej na ich samopoczucie i budowania nawyków uczestniczenia w zajęciach fizycznych w przyszłości.

W ramach projektu planujemy przeprowadzenie takich aktywności ruchowych jak zajęcia : nordic walking oraz tańce liniowy . Treningi odbywać się będą w Skoczowie , w sali gimnastycznej będą trenować seniorzy z sekcji tańca liniowego, natomiast nordic walking będzie się odbywał w plenerze na terenie naszej gminy. Aktywności te oferują liczne korzyści, zarówno fizyczne, jak i psychiczne. Poprawiają kondycję, równowagę, koordynację i zdrowie układu sercowo-naczyniowego. Zmniejszają stres, poprawiają nastrój i pomagają w redukcji objawów depresji i lęku. Ponadto, sprzyjają nawiązywaniu kontaktów społecznych i budowaniu poczucia przynależności Zakładamy grupę docelową około 20-30 seniorów, którzy zostaną podzieleni na dwie grupy w ramach zaplanowanych aktywności. W celu zapewnienia najwyższej jakości i efektów tych działań, prowadzone będą przez wykwalifikowanych i doświadczonych instruktorów, którzy posiadają niezbędne certyfikaty do prowadzenia takich aktywności, oferując zajęcia adekwatne do potrzeb i możliwości uczestników. W realizacji projektu uczestniczyć będzie aktywnie dwóch wolontariuszy, którzy będą służyć pomocą instruktorowi przy organizacji zajęć, przygotują listy obecności i przeprowadzą anonimową ankietę satysfakcji wśród uczestników.

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 ruchowych - nordic walking – poprawa kondycji psychofizycznej społecznej uczestników	Jednorazowy udział na zajęciach 10-15 osób – 14 godz.	Wykaz ilości uczestników , anonimowe ankiety, faktury
Przeprowadzenie zajęć z tańca liniowego-poprawa kondycji psychofizycznej uczestników	Jednorazowy udział na zajęciach 10-15 osób- 14 godz.	Wykaz ilości uczestników , anonimowe ankiety, faktury
Aktywne spędzanie czasu poprzez organizację zajęć ruchowych – poprawa kondycji fizycznej, zmniejszenie poczucia samotności, integracja uczestników, poprawa relacji społecznych, wzmocnienie poczucia wspólnoty	28 godzin	Dokumentacja fotograficzna, ankiety anonimowe

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

SUTW działa już 17 lat .Skupiamy słuchaczy z ze Skoczowa i gmin Skoczowa- Międzywiecie ,Kowale, Harbutowice, Pogórze, Ochaby, Bładnice oraz innych miejscowości Powiatu Cieszyńskiego–Cieszyn, Dębowiec, Nierodzim, Simoradz. .Nasze działania są zgodne ze statutem naszej organizacji, którym podstawowym założeniem jest wsparcie osób starszych, poprzez m.in. promocję aktywności ruchowej i psychicznej oraz ich motywowanie do podejmowania działań w tym kierunku. Dlatego od lat organizujemy

wiele takich działań w celu poprawy jakości życia seniorów w zakresie zdrowia fizycznego -w obiektach sportowych i w plenerze oraz umysłowego – wykłady na temat zdrowego trybu życia , dietytyki, wyjazdy edukacyjno-krajoznawcze, spektakle kulturalne przeciwdziałając wykluczeniu osób starszych. Działania te realizujemy w ramach naszych stałych sekcji, jak i wielu projektów dofinansowywanych z różnych źródeł. Do realizacji naszych zadań wykorzystujemy nasze zaplecze rzeczowe, jak i osobowe .Nad przebiegiem projektów zawsze czuwa grupa doświadczonych wolontariuszy.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Opłata instruktora zajęć nordic walking	2100,00	2000,00	100,00
2.	Opłata instruktora zajęć taniec liniowy	2100,00	2000,00	100,00
3.	Praca wolontariuszy	420,00	0,00	420,00
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		4620,00	4000,00	620,00

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.

Grażyna Janos

GRAŻYNA JANOS
PREZES SUIIIW

Data 11.08.2025

Franciszek Sulcewicz

Wice Prezes Zarządu
Franciszek Sulcewicz
(podpis osoby upoważnionej lub podpisy osób upoważnionych do składania oświadczeń woli w imieniu oferentów)