

## 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

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta</b>	Gmina Łomianki
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	6) ochrony i promocji zdrowia, w tym działalności leczniczej w rozumieniu ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej

### II. Dane oferenta(-tów)

<b>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</b>	
Nazwa: KUMA JUDO, Forma prawna: Stowarzyszenie Kultury Fizycznej, Rejestr ewidencji klubów sportowych, który prowadzi miasto stołeczne Warszawa. : Numer rejestru ewidencji klubów: 318, Kod pocztowy: 01-494, Poczta: Warszawa, Miejscowość: Warszawa, Ulica: Ul. Obrońców Tobruku, Numer posesji: 38, Numer lokalu: 316, Województwo: mazowieckie, Powiat: Warszawa, Gmina: Bemowo (dzielnica), Strona www: <a href="http://www.kumajudo.pl">www.kumajudo.pl</a> , Adres e-mail: <a href="mailto:kumajudoklub@gmail.com">kumajudoklub@gmail.com</a> , Numer telefonu: +48 501 353 446,	
Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta	
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)</b>	Karolina Bukowska  Adres e-mail: <a href="mailto:karolina.grzeskiewicz@wp.pl">karolina.grzeskiewicz@wp.pl</a> Telefon: +48 503 798 653

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

<b>1. Tytuł zadania publicznego</b>	Zajęcia rekreacyjno-sportowe dla seniorów i dorosłych			
<b>2. Termin realizacji zadania<sup>2)</sup></b>	Data rozpoczęcia	01.10.2019	Data zakończenia	08.12.2019

<b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>
---

### Opis zadania

Zadanie będzie polegało na prowadzeniu zajęć rekreacyjno-sportowych organizowanych w okresie od 1.10.2019 do 8.12.2019 w liczbie 36 zajęć, każdorazowo trwających 60 min. Zajęcia będą odbywać się 4 razy w tygodniu: w poniedziałki i środy wieczorem oraz wtorki i czwartki w godzinach porannych (zajęcia dla seniorów). Zajęcia będą zawierały elementy ćwiczeń z zakresu: Zdrowy kręgosłup, Kinezygerontoprofilaktyka (Trening funkcjonalny dla seniorów), Pilates, Joga (vinyasa), Brzuch po porodzie. Planowana liczba osób uczestniczących w zajęciach od 10 do 15 uczestników. Realizacja zadania publicznego ma na celu promowanie zdrowego stylu życia poprzez działania umożliwiające poszczególnym osobom i społeczności zwiększenie kontroli nad czynnikami mającymi bezpośredni wpływ na stan zdrowia i przez to jego poprawę między innymi poprzez podejmowanie regularnej aktywności ruchowej. Aby zachować na dłużej sprawność umysłową i fizyczną niezbędne jest odpowiednie postępowanie z własnym organizmem tzn. podejmowanie systematycznej aktywności fizycznej poprzez uczestnictwo w zajęciach rekreacyjno-sportowych. Regularnie podejmowana aktywność ruchowa przynosi wiele prozdrowotnych korzyści, do których możemy zaliczyć wzmocnienie wydolności układu krążeniowo-oddechowego, zmniejszenie ryzyka występowania chorób przewlekłych na przykład nadciśnienia tętniczego, chorób serca, cukrzycy czy osteoporozy oraz bezpośrednio i pośrednio mechanizmy, przez które wysiłek fizyczny może zapobiegać niektórym nowotworom, to m.in. wpływ na wydzielanie hormonów płciowych i insuliny oraz korzystne działania na układ odpornościowy.

### Miejsce realizacji

Buraków, ul.Parkowa 2, 05-092 Łomianki

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

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Realizacja zajęć rekreacyjno-sportowych	ilość godzin: 36 x 60 minut	lista obecności, zdjęcia

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

##### Charakterystyka oferenta

Stowarzyszenie o nazwie Kuma Judo jest klubem sportowym w rozumieniu art.4 ust.7 ustawy o sporcie.Celem klubu sportowego jest propagowanie i upowszechnianie kultury fizycznej i sportu oraz rozbudzenie wśród społeczeństwa zamiłowania do różnych form aktywności fizycznej poprzez umożliwianie dzieciom i dorosłym uczestnictwa w różnych formach aktywności fizycznej. Klub realizuje swoje cele poprzez: organizowanie zajęć sportowo- rekreacyjnych i opiekę wyspecjalizowanej kadry instruktorskiej. W ramach stowarzyszenia działają wolontariusze, którzy chętnie wspierają działalność klubu sportowego (promocja).

##### Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Realizacja zajęć sportowo-rekreacyjnych pod okiem wykwalifikowanej kadry instruktorskiej w siedzibie klubu sportowego (Ul. Andriolliego 1, 01-494 Warszawa) oraz na salach gimnastycznych udostępnianych w innych placówkach tj. szkoły na terenie m.st. Warszawy.

##### Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

zasoby rzeczowe (sprzęt) : piłki sensoryczne, gumy do ćwiczeń, maty gimnastyczne i zasoby osobowe (instruktor zajęć rekreacyjno- sportowych)

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Zakup sprzętu	1200,0		
2.	Zatrudnienie instruktora	4320,0		

3.	Promocja zajęć (wolontariat)	147,0		
4.	Projekt plakatu i ulotek	300,0		
5.	Wydruk plakatów i ulotek	500,0		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		6467,0	5520,0	947,0

## 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. Referencje, listy polecające itp. *(fakultatywny - niezłożony)*

<sup>1)</sup> 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.).

<sup>2)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.