

15.525.27.2018.60

## 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 samorządu terytorialnego do którego skierowana jest oferta	Zarząd Powiatu w Legionowie	
2. Nazwa wydziału/branży/instytucji		
3. Rodzaj zadania publicznego	Działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym	
4. Rodzaj zadania publicznego	Sprawny Senior	
5. Termin realizacji zadania publicznego	08.10.2018	15.12.2018

### II. Dane oferenta(-tów)

1. Nazwa oferenta(-ów), forma organizacyjna, adres siedziby, adres kontaktowy, adres e-mail, adres strony internetowej, adres siedziby zarządcy zadania publicznego	Stowarzyszenie Spektrum Sportu, Ul.G.Narutowicza 96, 05-120 Legionowo, ewidencja Stowarzyszeń Kultury Fizycznej nieprowadzącej działalności gospodarczej w Starostwie Powiatowym Legionowo pod numerem 57
2. Inne dane kontaktowe, w tym dane osób odpowiedzialnych za realizację zadania publicznego, adres e-mail, adres strony internetowej, adres siedziby zarządcy zadania publicznego	Michał Szostek 888 550 654, michalszostek@spektrumsportu.pl.

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Opis zadania publicznego, w tym w szczególności zakres rzeczowy, w tym w szczególności: cele, zakres, rodzaje zadań, termin realizacji, adres siedziby zarządcy zadania publicznego, adres e-mail, adres strony internetowej, adres siedziby zarządcy zadania publicznego	<p>Zajęcia „Sprawny Senior” skierowane są do osób starszych – emerytów i rencistów po 50 roku życia. Obejmuje zajęcia rekreacyjno – sportowe: zajęcia ogólnorozwojowe, zajęcia cardio, zajęcia ze sportów raketowych, przy wykorzystaniu specjalnie przystosowanych sal (fitness, crossgym,) oraz kortów (tenis, badminton, squash) pod kierunkiem wykwalifikowanych instruktorów. Sala będzie wynajęta od firmy Fastos Sp. z o.o. ( dane: ul. Orłów Piastowskich 60a Warszawa). Jest to spółka będąca właścicielem hali przy ul. Narutowicza 96. Stowarzyszenie Spektrum Sportu nie posiada żadnego mienia i jako organizacja pozarządowa zmuszona jest wynajmować sale od podmiotów zewnętrznych. Stowarzyszenie zrealizowało z dotacji publicznych wiele zadań m.in. zajęcia dla osób niepełnosprawnych jak i akcje typu Lato czy Zima w mieście.</p> <p>Zajęcia dwa razy w tygodniu, jednostka czasowa 60 min. Łączna ilość godzin-20. Opis zajęć: 30 min. rozgrzewki połączonej z elementami cardio i ćwiczeniami na wzmocnienie mięśni pleców i głębokich partii brzucha. Ćwiczenia przeprowadzone na matach i piłkach z dodatkiem rollerów (wałki do masażu). Następnie rozpoczynamy sesję z raketami: ćwiczenia mają na celu podniesienie sprawności ruchowej poprzez: ćwiczenia koordynacyjne i ćwiczenia na równowagę. Na lekcjach nauczymy się: historii każdego ze sportów (squash, tenis, badminton), informacji o sprzęcie, zasad gry, technik odbić.</p>
--	---

Umowa wolontariacka obejmuje: promocję wydarzenia, prowadzenie zapisów na zajęcia, koordynację między trenerem, klubem a uczestnikami, przygotowanie sprawozdania, organizacja imprezy integracyjnej. Koszt to 25 zł za 1h, ilość godzin 20.

Impreza integracyjna odbędzie się ostatniego dnia zajęć, przeznaczona będzie dla wszystkich uczestników, spotkanie towarzyskie przy muzyce z poczęstunkiem.

Wkład osobowy i rzeczowy:

- wykwalifikowani trenerzy prowadzący zajęcia dwa razy w tygodniu po 1h
- sprzęt do ćwiczeń ogólnorozwojowych (rollery, piłki) - 500zł
- sprzęt (rakiety) do ćwiczeń na kortach - 500zł

Miejsce realizacji:

obiekt sportowy należący do Fastos Sp z o.o. przy ulicy Narutowicza 96 w Legionowie

Cele:

- podniesienie sprawności psychofizycznej osób starszych - emerytów i rencistów,
- wdrażanie nawyku do prozdrowotnego stylu życia obejmującego ćwiczenia fizyczne, dietę i pozytywne myślenie,
- podniesienie zdolności do samodzielnego funkcjonowania,
- podniesienie jakości życia,
- przeciwdziałanie monotonii dnia codziennego,
- uświadomienie potrzeby i kształtowanie nawyku aktywności ruchowej,
- rozszerzenie możliwości kontaktu z innymi ludźmi dla osób samotnych.

<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.

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

Objęcie programem: ok.40 seniorów z powiatu legionowskiego, max. 15 osób na zajęciach  
Aktywność fizyczna jako nawyk u osób starszych, zbudowanie przekonania, że ruch dobrze wpływa na serce, mięśnie przez co podnosi sprawność fizyczną  
Podniesienie sprawności fizycznej co wiąże się z poprawą zdrowia i podniesieniem jakości życia  
Przekazanie wiedzy na temat ćwiczeń, które można wykonywać samemu w domu  
Podniesienie integracji wśród grupy rówieśniczej  
Przekazanie wiedzy z zakresy profilaktyki zdrowotnej

**IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego** (w przypadku większej liczby kosztów istnieje możliwość dodania kolejnych wierszy)

Opis kosztów	Koszt w ofercie	Koszt w dotacji	Koszt w własnym wkładzie
Wynagrodzenie instruktora 20x100zł	2000	2000	0
Wynajem Sali 20 x80zł	1600	1600	0
Obsługa księgowa	300	0	300
Umowa wolontariacka	500	0	500
Sprzęt sportowy( wkład rzeczowy)	1000	0	1000
Poczęstunek (catering)	500	500	0
Zakupienie piłek, lotek	600	600	0
<b>RAZEM</b>	<b>6500</b>	<b>4700</b>	<b>1800</b>

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.

*[Podpis]*  
**STOWARZYSZENIE SPEKTRUM SPORTU**  
 ul. G. Narutowicza 96, 05-120 Legionowo  
 NIP 536 192 03 22

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

Data 18.09.2018

**Załącznik:**

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

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