

## 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

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Gmina Skawina
2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>	10) działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym

### 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	Nazwa: Skawińskie Stowarzyszenie Klubu Seniora "SENIOREK" w Skawinie, Forma prawna: Stowarzyszenie Rejestrowe, Numer Krs: 0000445116, Kod pocztowy: 32-050, Poczta: Skawina, Miejscowość: Skawina, Ulica: Głowiackiego, Numer posesji: 7, Województwo: małopolskie, Powiat: krakowski, Gmina: Skawina, Strona www: , Adres e-mail: seniorek@o7.pl, Numer telefonu: 506903344,
--	---

Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta

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	Skawińska Spółdzielnia Sportowa dla Seniorów			
2. Termin realizacji zadania <sup>2)</sup>	Data rozpoczęcia	15.08.2021	Data zakończenia	12.11.2021

3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)

### Opis zadania

Według badań opisanych w „Aktywność fizyczna receptą na długowieczność” brak ruchu jest problemem w każdym wieku, ale staje się szczególnie widoczny u osób starszych. Systematyczne ćwiczenia fizyczne w późnym wieku wpływają na zachowanie sprawności, niezależności i samodzielności w wykonywaniu czynności dnia codziennego, są istotnym elementem pominiętego starzenia się. Ponadto aktywność fizyczna może korzystnie wpływać na stan emocjonalny seniorów i podnosić subiektywną ocenę jakości życia.

Według przeprowadzonych przez Panię Magdalенę Skotnicką oraz Magdalенę Pieszko badań wynika, że Seniorzy, którzy są w stanie aktywne uczestniczyć w codziennym życiu, ocenili swój stan zdrowia bardzo wysoko, twierdząc, że obok odpowiedniej diety i wsparcia rodziny, ćwiczenia fizyczne są receptą na długowieczność. Dodatkowo samopoczucie i subiektywna ocena poziomu jakości życia badanych uzależniona była od aktywności fizycznej. Osoby, którym towarzyszył ruch na co dzień, wysoko ocenili jakość swojego życia.

Osoby starsze zmagają się z mnóstwem problemów - dolegliwościami zdrowotnymi, chorobami przewlekłymi oraz zmianami związanymi z procesem starzenia się, prowadzącymi m.in. do trudności z pamięcią i poruszaniem się. Regularna odpowiednio dostosowana aktywność fizyczna może wpłynąć korzystnie nie tylko na aspekt fizyczny, ale i psychiczny.

Oprócz kwestii natury zdrowia fizycznego coraz częściej, w związku z pandemią koronawirusa mówi się o samotności seniorów, a – jak pokazują badania – samotność może być dla nich bardziej niebezpieczna niż problemy z krążeniem... Z przeprowadzonych badań wynika bowiem, że osoby samotne częściej podpadają na zdrowiu, tracą chęci do życia, przestają tym samym dbać o siebie, a nawet, przez zubożenie i depresję, przestają prosić o pomoc.

Z raportu „Oblicza Samotności” przygotowanego przez Szlachetną Paczkę (zobacz: Raport o samotności 2021. Pierwszy rok pandemii) dowiadujemy się, że:

- co trzeci Polak powyżej 74. roku życia mieszka sam
- u 42% badanych osób w wieku powyżej 85 lat obserwuje się objawy depresji
- ponad 58 tysięcy nadmiernych zgonów zanotowano w 2020 r. w Polsce, z czego 94% stanowiły zgony osób w wieku 65 lat i starszych
- 10% osób starszych (65+) doświadczało izolacji społecznej już w 2018 r.
- co czwarty Polak odczuł w ostatnim roku pogorszenie nastroju: 1 na 4 osoby odczuwa spadek energii, a 17% zmagają się z bezsennością
- w 2020 r. po raz pierwszy od 20 lat liczba osób podejmujących próbę samobójczą przekroczyła granicę 12 tys. osób w skali roku, z czego niemal połowa (43%) z nich zakończyła się śmiercią
- blisko 30% potrzebujących, którzy zostali włączeni do Szlachetnej Pączki w 2020 roku, stanowiły osoby samotne

Dodajmy, że badania przeprowadzone w roku 2018 na zlecenie Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” pokazuje, że aż 3 na 10 Polaków w wieku powyżej 80 lat mówi o odczuwanej samotności. 1. na 10 stwierdza, że czuje się samotnie bardzo często, a nawet zawsze.

### Cele

W związku z powyższym celami naszego projektu są:  
 Rozwijanie i popularyzacja aktywności sportowych i ruchowych wśród seniorów, w szczególności reprezentowanie form aktywności adekwatnych dla osób o różnej kondycji fizycznej.  
 Integracja oraz aktywizacja seniorów przez ćwiczenia fizyczne i rywalizację sportową.

<p><b>Działania</b></p>	<p>Wydarzenie będzie miało charakter jednodniowej akcji. W terminie od 04.08.21 r do 30.08.21 r przygotowujemy i zakupimy potrzebne do przeprowadzenia konkurencji sprzęty i rekwizyty, dyplomy ewentualnie drobne upominki dla zwycięzców. W tym czasie zostanie skompletowana ekipa wolontariuszy do przeprowadzenia konkurencji, oraz stroje dla sędziów (podkoszulki).</p> <p>Zostaną zaprojektowane, wydrukowane i rozwieszane plakaty i banery informujące o wydarzeniu.</p> <p>Nasz projekt/ wydarzenie ma pokazać, że wspólne aktywności sportowe, ruchowe czy rywalizacja intelektualna są zarówno dobrą formą dbania o zdrowie jak i sposobem na podtrzymywanie relacji i spędzanie czasu z innymi. Poprzez zaplanowane działania realizujemy wszystkie cele oraz odpowiadamy na zdiagnozowane potrzeby i problemy. Podczas naszego wydarzenia odbędą się konkurencje sportowe. Zaplanowano zarówno aktywności sportowe dostosowane do wieku uczestników (gra w bule, rzut strzałkami do tarczy, rzuty piłką do kosza), konkurencje intelektualne (układanie puzzli na czas lub rozwiązywanie krzyżówek na czas) oraz o charakterze zręcznościowym, z przymrużeniem oka (np. rozdanie ciastka bez użycia rąk, rzuty piłeczkami do wiadra).</p> <p>W każdej z konkurencji weźmie udział ok 6 uczestników oraz wyróżnionych zostanie 3 najlepszych uczestników (medale dla zwycięzców 7 konkurencji x 3 osoby tj, 21 medali).</p> <p>Nasz projekt zostanie zrealizowany etapami:</p> <p>Etap 1) od 16 sierpnia do 04 września: etap przygotowawczy: W ramach etapu przygotowawczego zostanie przeprowadzona promocja projektu oraz rekrutacja uczestników. Dodatkowo zostaną tu zaplanowane wszystkie wydarzenia, zostaną przeprowadzone działania w związku z zgodą na zajęcie terenu oraz zostaną zrobione zakupy.</p> <p>Etap 2) 04.09.2021 września Skawińska Spartakiada dla Seniorów – w ramach tego etapu zostanie przeprowadzone nasze wydarzenie.</p>
<p><b>Miejsce realizacji</b></p>	<p>Wydarzenie będzie miało charakter plenerowy, przeprowadzone będzie przez członków Stowarzyszenia Klubu Seniora "SENIOREK" na terenie parku miejskiego w Skawinie. Impreza trwać będzie ok 5 godz. ( od ok 13.00 do 18.00 ). Podczas wydarzenia zapewniona zostanie obsługa techniczna umożliwiająca swobodny udział w wydarzeniu z zachowaniem dystansu społecznego i niezbędnych obostrzeń sanitarnych( m.in. rozmieszczenie konkurencji na dużym terenie parku, środki do dezynfekcji).</p> <p>do realizacji wydarzenia zostaną zaangażowani wolontariusze prowadzący poszczególne konkurencje sportowe.</p> <p>Grupa docelowa: Seniorzy 60+.</p>

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego	
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)
	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika

Jednodniowe wydarzenie Sportowe	<p>Zmiana społeczna polegająca na zwiększeniu aktywności seniorów polegać będzie na upowszechnieniu wśród seniorów z Gminy Skawina aktywności sportowych poprzez realizację jednego wydarzenia. Trwałość rezultatów osiągnięta zostanie w następujący sposób:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wydarzenie sportowe (Spartakiada) wejdzie do kalendarza działań Klubu Seniora i w miarę możliwości będzie co roku kontynuowana . Udział w konkurencjach pozwoli również zawiązać grupy, w których seniorzy będą wspólnie trenować, zdobyte przez uczestników inspiracje dot. aktywności sportowych, będą możliwe do dalszego wykorzystania poprzez samodzielne działania .</li> </ul>
	<p>Program wydarzenia, dokumentacja fotograficzna, relacja na portalach internetowych.</p>

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

**Charakterystyka oferenta**

Skawińskie Stowarzyszenie Klubu Seniora "Seniorek" w Skawinie zrzesza 159 członków na dzień 31.12.2020 r. i ma tendencję wzrostową. Stowarzyszenie pracuje dla dobra seniorów, ich wsparcia, edukacji, kultury, kształtowania więzi międzypokoleniowej i pełnej integracji pośród naszego środowiska.

Stowarzyszenie jest organizacją prowadzoną przez samych seniorów – członkami są w przeważającej liczbie osoby 60+ oraz kilku rencistów.

W tym czasie zrealizowało szereg projektów, akcji i wydarzeń.

Zrealizowane projekty finansowane ze środków publicznych:

2018 - Edukacyjny wyjazd dla seniorów na Dolny Śląsk- " W zdrowym ciele zdrowy duch", wyjazd edukacyjno- sportowo-rekreacyjny ok 40 osób. Dotacja Urzędu Miasta i Gminy Skawina- 5.000zł

2019 - Skawińskie Dni Seniora w Lubaczowie (woj. podkarpackie) - Wyjazd Skawińskich seniorów, którzy promowali swoje Stowarzyszenie oraz Gminą Skawina w Podkarpackich Klubach seniorów ok 50 osób .

Dotacja Urzędu Miasta i Gminy Skawina - 5.000zł.  
 Projekty realizowane w ramach środków własnych:  
 Cykliczne 14-dniowe wyjazdy wypoczynkowe dla seniorów do Łazów.  
 Coroczne wyjazdy 10-dniowe, rekreacyjno-turystyczne na Mazury dla seniorów.  
 Sportowo-rekreacyjno-turystyczne wyjazdy na "Białą Łaskę" dla seniorów z dysfunkcją wzrokową  
 wspólnie ze Stowarzyszeniem "Lajkonik".  
 W Stowarzyszeniu działają zespoły zainteresowań tj.:  
 Zespół plastyczny i robotek ręcznych (palmy wielkanocne wystawiane np. w Lipnicy Murwaniej i w  
 miejscu zamieszkania, dekoracje świąteczne i okolicznościowe z udziałem dzieci przedszkolnych).  
 Zespół turystyczno-sportowy (wyjazdy jw. oraz jednodniowe wycieczki np. baseny termalne,  
 zwiedzanie  
 Krakowa, Pieniń, Tarnowskich Gór, Kopalnia Srebra, Kopalnia Soli w Wieliczce i Bochni Puszczą  
 Niepołomicka, Sandomierz, Wrocław, Warszawa, Chęciny.  
 Grupa słowno-muzyczna "SALON" - członkami tej grupy jest 20 seniorów, którzy realizują się  
 przez  
 teatr, muzykę i taniec. Na przestrzeni 10 lat zespół wystawił sztuki teatralne i programy słowno-  
 muzyczne: "Babskie rządy"(150-lecie kłó gospodyń wiejskich) "Być kobietą", "Pamiętasz była jesień",  
 "Cztery pory roku", "Wspomnij mnie", "Senior w podróży", "Ja, Ty i czas", "A w nas ciągle wiosna  
 trwa",  
 "Droga Wolności-2018", "Senior w Hołdzie Powstańcom Warszawskim", Program z okazji 100-lecia  
 urodzin Papieża JP II "Z Wadowic do Rzymu" oraz liczne drobniejsze występy podtrzymujące polską  
 historię i tradycję narodową. Repertuar był wielokrotnie prezentowany mieszkańcom Miasta i  
 Gminy Skawina.  
 W ramach uczestnictwa w przeglądach sceniczny w Krakowie i Małopolsce "Starsi panowie dwaj"  
 zespół występował 7 razy. Współpracujemy także z młodymi artystami ze szkoły muzycznej, tworząc  
 razem wspólne spektakle. Wyżej wymienione działania realizujemy wolontaryjnie: piszemy  
 scenariusze,  
 reżyserujemy, układamy i tworzymy scenografię, projektujemy stroje do występów,  
 wykorzystujemy własny sprzęt muzyczny. Praca w zespole "SALON" daje seniorom ogromną  
 satysfakcję, poczucie wartości, integrację, jest świetną formą na odciążenie od pandemicznej  
 rzeczywistości z zachowaniem  
 wszelkich form reżimu sanitarnego.  
 W ramach rozwoju i wsparcia kulturalnego i edukacyjnego(kursy komputerowe) seniorów,  
 organizowane są wyjazdy do teatrów, kin oraz muzeów.  
 Stowarzyszenie współpracuje na bieżąco z innymi organizacjami i stowarzyszeniami m.in.  
 Stowarzyszenie "Lajkonik" w Krakowie, CAS Borsuczek i CAS "Tekla" w Krakowie, Klub Seniora w  
 Sygneczowie, Klub Seniora na Podkarpaciu, Muzeum Regionalne w Skawinie, Centrum Kultury i  
 Sportu w Skawinie, Biblioteka  
 Miejska i Pedagogiczna w Skawinie, PTTK w Skawinie, Partnerstwo Miast w Skawinie, Przedszkola i  
 szkoły w Skawinie.

#### Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Stowarzyszenie współpracuje na bieżąco z innymi organizacjami i stowarzyszeniami m.in.  
 "Lajkonik" w Krakowie z którym wspólnie bierze udział w "Białej Łasce" - wydarzeniu sportowym dla  
 osób niedowidzących.

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

Kadra projektu:

- Maria Blus - od 10 lat Prezes Zarządu Skawńskiego Stowarzyszenia Klubu Seniora "SENIOREK" w Skawinie. Koordynowała dwa projekty realizowane przez Stowarzyszenie w ramach dotacji Urzędu Miasta i Gminy Skawina. Reżyserowała programy artystyczne grupy "Salon", działającej w ramach Stowarzyszenia. Posiada doświadczenie w prowadzeniu otwartych spotkań dla seniorów. Zawodowo pełniła funkcje kierownicze.

- Ewa Klimek - od roku pełniąc funkcję skarbnika Skawńskiego Stowarzyszenia Klubu Seniora "SENIOREK" w Skawinie. Zawodowo obsługuje dziennika podawczego - doświadczenie w kontaktach międzyludzkich, współpracy z kontrahentami, koordynacja obiegu dokumentów.

- Wiesława Wątor - od 2013 roku Za-ca Prezesa Zarządu Skawńskiego Stowarzyszenia Klubu Seniora "SENIOREK" w Skawinie ds. turystyki. Czynniki uczestniczy w działalności Klubu. 30-letni staż pracy zawodowej, 20 lat na stanowisku kierowniczym. Doświadczenie w kontaktach międzyludzkich.

- Ewa Habrzyk - Za-ca Prezesa Zarządu Skawńskiego Stowarzyszenia Klubu Seniora "SENIOREK" w Skawinie. Czynniki uczestniczy w działalności Klubu. Zawodowo pracuje w Biurze Obsługi Klienta oraz doświadczenie w obsłudze kasy i rozliczaniu gotówki. Umiejętności interpersonalne oraz łatwość w nawiązywaniu kontaktów.

Wyżej wymieniony zespół realizować będzie zadania koordynacyjne, obsługę finansową projektu oraz animowanie akcji społecznych i działań wolontariusz.

W realizacji projektu zaangażowani zostaną wolontariusze – seniorzy, którzy realizować będą różnorodne zadania związane z obsługą wydarzeń (Spontakiada). Do ich zadań należeć będzie m.in. obsługa stanowisk z konkurencjami, przygotowanie wydarzeń i uporządkowanie terenu, opieka nad grupami

występującymi podczas wydarzenia, zabezpieczenie terenu i związane z reżimem sanitarnym.

Zasoby rzeczowe:

- lokal - umożliwiający spotkania dużej ilości seniorów, dostępny również dla osób niepełnosprawnych, wyposażony w kuchnię, toaletę.  
 - komputer, instrumenty muzyczne.

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Oferent i Promocja i rekrutacja, projekt i wydruk plakatów reklamowych, plakowanie na słupach ogłoszeniowych "okrągłakach".	1 800,00		
2.	Oferent i Obsługa techniczna wydarzenia (dostęp do parku, namioty, scena, transport )	1 000,00		

3.	Oferent 1 Podkoszulki dla organizatorów i sędziów	600,00	
4.	Oferent 1 Pokazy sportowe i muzyczne dla seniorów (np. nordic walking lub taniec w kregu)	1 000,00	
5.	Oferent 1 zakup sprzętu do realizacji konkurencji sportowych( m.in. Puzzle, piłki do tenisa, rzutki + tarcza itp.)	600,00	
6.	Oferent 1 Napoje dla zawodników i organizatorów	400,00	
7.	Oferent 1 Nagrody i dyplomy dla zwycięzców konkurencji.	300,00	
8.	Oferent 1 Wartość pracy wolontariuszy (16 osób * 8 godz.)	3 200,00	
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>8 900,00</b>	<b>5 700,00</b>
			<b>3 200,00</b>

## 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\* / hmgą własną 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 w imieniu oferenta)

Data.....

Załączniki:

1. Wyciąg z rejestru (*fakultatywny*)
2. Dokumenty potwierdzające doświadczenie, kwalifikacje i uprawnienia osób zaangażowanych przy realizacji zadania (*fakultatywny*)
3. Oświadczenie - stosowanie się do wytycznych MZ i GIS (*obligatoryjny - złożony elektronicznie*)

<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.