

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	Burmistrz Miasta Wojkowice
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	aktywizowanie osób starszych poprzez ich uczestnictwo w różnych formach życia społecznego,

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 Aktywny Wojkowicki Senior – stowarzyszenie, KRS: 0000539385, 42- 580 Wojkowice ul. Żrałków 1.		
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	e-mail: stowarzyszenieaws@onet.pl osoba upoważniona do kontaktu: Teresa Jaskuła, tel.: 602392008		

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Wojkowicki Senior wobec wyzwań czasów epidemii.		
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia:	1 marca 2021r.	Data Zakończenia: 25 maja 2021r.
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)			
Cel projektu Głównym celem projektu jest podniesienie aktywności osób w wieku emerytalnym oraz poszerzenie ich wiedzy na temat sposobów radzenia sobie z problemami wynikającymi ze stanu epidemii, w tym: - obniżeniem sprawności fizycznej, - utratą sił witalnych, - zanikiem motywacji do podejmowania zorganizowanych działań na rzecz najbliższego środowiska, - ograniczeniem możliwości własnego rozwoju. Cele szczegółowe - Popularyzacja zachowań wzmacniających zdrowie psychiczne i fizyczne osób starszych. - Wzrost wiedzy osób starszych na temat profilaktyki prozdrowotnej, technik samokontroli zdrowia psychicznego i fizycznego, - Utrwalanie zdrowych nawyków i zdrowego stylu życia wpływającego na zapobieganie schorzeniom wynikającym z braku aktywności fizycznej.			

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.

- Wzmocnienie więzi społecznych poprzez działania na rzecz najbliższego środowiska.
- Wzrost motywacji seniorów do podejmowania działań w zakresie rozwoju osobistego.

Opis zadania: Stan epidemii spowodowanej wystąpieniem wirusa COVID 19 zmienił codzienność osób w wieku emerytalnym. Wielu seniorów, ze względu na potrzebę ochrony zdrowia, wycofała się z aktywnego życia. Konsekwencją tego jest narastające poczucie izolacji i osamotnienia osób starszych. Aby zapobiegać temu zjawisku, stowarzyszenie Aktywny Wojkowicki Senior wprowadzi efektywne formy aktywizacji osób 60+, dostosowane do zasad bezpieczeństwa sanitarnego. Planując działania w projekcie, wzięliśmy pod uwagę fakt, że regularne ćwiczenia fizyczne i rehabilitacyjne mogą nie tylko korzystnie modyfikować obecność i przebieg chorób przewlekłych, ale również wpływać na ilość przyjmowanych leków. U pacjentów ze schorzeniami układu ruchu wysiłek fizyczny może pomóc w łagodzeniu dolegliwości bólowych. Wysiłek fizyczny jest też uważany za wspólny mianownik wszystkich działań prewencyjno-rehabilitacyjnych, niezależnie od stanu zdrowia i sprawności fizycznej osób w starszym wieku. Z drugiej strony uwzględniliśmy potrzebę rozwoju własnych zainteresowań i talentów seniorów, zwłaszcza umiejętności przydatnych w życiu codziennym (posługiwanie się technologią informacyjno- komunikacyjną).

Działania w projekcie:

- 1) Promocja:** Będziemy informować o projekcie, jego celach i stopniu realizacji na stronie fb stowarzyszenia, stronie „Atrakcyjne Wojkowice” oraz poprzez informacje zamieszczone w Głosie Wojkowic, wydamy ulotkę promującą aktywność osób 60+.
- 2) Motywowanie seniorów do wysiłku fizycznego: ćwiczenia indywidualne i zespołowe: speed ball, bule, nordic walking.** Ze względu na to, że aktywność fizyczna wzmacnia odporność organizmu, w ramach projektu będziemy prowadzić bezpieczne zajęcia ruchowe: ogólnorozwojowe, nordic walking, na świeżym powietrzu, gra w speed ball oraz rozgrywki w bule. Zajęcia będą odbywać się w małych zespołach. Ich celem jest motywowanie seniorów do ciągłego dbania o siebie, podtrzymywania formy fizycznej oraz dbania o swój komfort psychiczny. Uczestnicy projektu otrzymają też mobilne komplety do gry w speed balla i będą walczyli o uzyskanie rekordowej liczby uderzeń, np. w swoich przydomowych ogródkach. Do wspólnych ćwiczeń będą mogli zaprosić też sąsiadów lub członków swoich rodzin. Speed ball: 8 zajęć x 4 godziny - razem 32 godz. Bule: 8 zajęć x 4 godziny - razem 32 godziny, ćwiczenia ogólnorozwojowe/nordic walking: 4 zajęcia x 2 godziny - razem 8 godzin. Ogółem 70 godz. aktywności fizycznej. Ponadto: rozegramy turniej podczas wyjazdu integracyjno – sportowego, w którego uczestnikami będzie 40 seniorów.
- 3) Wspieranie seniorów we własnym rozwoju, rozwijanie zainteresowań, promowanie talentów.** W Centrum Aktywnego Seniora zorganizujemy regularną pracę sekcji artystycznych oraz rozwijających zainteresowania, zgodnie ze zgłoszonymi potrzebami seniorów:
 - manualnej: zainteresowane osoby będą wykonywać prace i prezentować swoje rękodzieło podczas wystaw w CAS: 8 zajęć x 4 godziny. Razem: 32 godziny.
 - literackiej: zainteresowani seniorzy wezmą udział w warsztatach kreatywnego pisania. Tematem przewodnim zajęć będzie tworzenie „Opowiadań z Wojkowicami w tle”: 2 zajęcia x 4 godziny. Razem: 8 godzin
 - kompetencji cyfrowych: seniorzy rozwiną swoje umiejętności w zakresie TIK, a zwłaszcza posługiwania się smartfonem w życiu codziennym. 8 zajęć x 4 godziny. Razem: 32 godziny.
- 4) Przeprowadzenie akcji społecznej: „Pamiętajmy o seniorach – świąteczny dar serca”.** Wzmocnimy i podkreślimy znaczenie wolontariatu seniorów na rzecz środowiska lokalnego. Przygotujemy „koszyczki-

niespodzianki”, w tym własnoręcznie wykonamy życzenia i/lub prześlemy życzenia przygotowane przez dzieci (we współpracy z „Przedszkolem im. Przyjaciół Bajek”). Zajmiemy się dystrybucją paczek, dotrzemy do co najmniej 30 seniorów, którzy ze względu na stan zdrowia rzadko wychodzą z domu. Do akcji zaangażujemy seniorów – wolontariuszy.

Adresaci bezpośredni:

Projekt adresowany jest do grupy 40 –ciu Seniorów z stowarzyszenia AWS i osób, które za pośrednictwem AWS zgłoszą akces do projektu. Pośrednio adresatami będą seniorzy, którzy otrzymają świąteczne paczki, co najmniej 30 osób.

Miejsce realizacji projektu: Miasto Wojkowice, Centrum Aktywnego Seniora „Senior na fali”.

Wyjazdowy turniej sportowy – Beskidy.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Zmotywowanie 40 seniorów do aktywności prozdrowotnej	Udział 40 seniorów w zajęciach sportowych oraz ogólnorozwojowych: speed ball, bule, nordic walking oraz wyjazdowym turnieju integracyjnym	Listy osób biorących udział w zajęciach, fotorelacja z zajęć
Zmotywowanie 40 seniorów do własnego rozwoju, rozwijania zainteresowań oraz zaprezentowania swoich możliwości twórczych, talentów.	Udział 40 seniorów w zajęciach sekcji manualnej i literackiej oraz w zajęciach z zakresu TIK.	Listy osób biorących udział w zajęciach, fotorelacja z zajęć i warsztatów literackich.
Zintegrowanie środowiska senioralnego poprzez zorganizowanie akcji społecznej na rzecz osób w wieku emerytalnym.	Zorganizowanie jednej akcji społecznej na rzecz środowiska senioralnego Wojkowic.	Fotorelacja z akcji.

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

Stowarzyszenie Aktywny Wojkowicki Senior powstało i funkcjonuje dzięki sile wolontariatu. Członkowie organizacji od ponad 6 lat z entuzjazmem angażują się w akcje społeczne skierowane do seniorów i mieszkańców regionu. AWS nie zatrudnia żadnych etatowych pracowników, pomimo tego faktu organizuje na dużą skalę przedsięwzięcia skierowane do społeczności lokalnej i ponadlokalnej. Efektem tej pracy jest samodzielne skonstruowanie programu działania obejmującego cykliczne projekty, spotkania, działania pomocowe.

Misja stowarzyszenia Aktywny Wojkowicki Senior wyrasta z przekonania, że pracując dla siebie i dla innych możemy odzyskać utracone po zaprzestaniu pracy zawodowej – poczucie własnej wartości i motywację do prowadzenia aktywnego i wartościowego życia.

Członkowie stowarzyszenia mają doświadczenie w pracy na rzecz osób starszych, niepełnosprawnych i młodzieży, w tym trudnej wychowawczo. W projekcie zamierzamy wykorzystać zdobyte już umiejętności, wiedzę oraz chcemy podzielić się dobrą praktyką w zakresie partycypacji społecznej osób starszych. Działania stowarzyszenia wyrastają z myślenia, że nasz region, aby rozwijać się w sposób zrównoważony i uzyskiwać trwale rezultaty potrzebuje nowych pomysłów nie tylko w sferze technologii czy gospodarki, ale również w działalności społecznej, kierowanej do mieszkańców. Dążymy do tego, by realizować partnerską współpracę środowiska pracowników miejskich instytucji, organizacji pozarządowych i lokalnych

działaczy, którzy na różne sposoby wspierać będą rozwój innowacyjnych idei w zakresie działań obywatelskich, m.in. poprzez obecność prezes Stowarzyszenia Aktywny Wojkowicki Senior w Radzie Programowej Studium Pracy Socjalnej Instytutu Socjologii Uniwersytetu Śląskiego, która jest kolegialnym organem doradczym, mającym na celu opiniowanie i wytyczanie kierunków rozwoju i działalności w zakresie kształcenia i badań w obszarze pracy socjalnej oraz tworzenie warunków głębszego powiązania środowiska naukowo-dydaktycznego z podmiotami zatrudniającymi absolwentów studiów na kierunku Praca socjalna. Stowarzyszenie AWS w Urzędzie Marszałkowskim podpisało porozumienie z Gminnymi Radami Seniorów z Województwa Śląskiego. Prezes stowarzyszenia jest członkiem Śląskiej Rady ds. Seniorów. Współpracujemy z wieloma fundacjami i stowarzyszeniami m.in.: MOST Katowice, KAFOS Częstochowa, Zaczyn Warszawa czy UTW Gliwice, Bytom, Piekary Śląskie, Wyższa Szkoła Biznesu w Dąbrowie Górniczej.

Zrealizowane projekty to m.in.:

1. Projekt dofinansowany ze środków Powiatu Będzińskiego na realizację zadań publicznych w zakresie wspierania i upowszechniania kultury fizycznej i sportu - „Ruszamy Powiat z kanapy!” - 2016r.
2. Projekt dofinansowany ze środków Gminy Wojkowice w ramach „małych grantów” - „W zdrowym ciele - zdrowy duch”. 2016 r.
3. „Sportowe Czwartki” - cykliczne zajęcia sportowe prowadzone przez Seniorów – wolontariuszy w ramach działalności Centrum Aktywnego Seniora uruchomionego przez stowarzyszenie Aktywny Wojkowicki Senior.
4. Utworzenie Centrum Aktywnego Seniora, wykłady, szkolenia, wolontariat seniorów - współpraca z Fundacją Rozwoju Turystyki "Asiatica – 2016r.
5. „SŁONECZNY PARASOL WOJKOWICKIEGO SENIORA” – projekt w zakresie wolontariatu seniorów dofinansowany z środków Gminy Wojkowice. 2016r.
6. „PRZYSTANEK TOLERANCJA” projekt obejmujący działania wolontaryjne seniorów na rzecz osób niepełnosprawnych dofinansowany z środków Gminy Wojkowice. 2016r.
7. Projekt „Bystra głowa seniora. Dbamy o zdrowie psychiczne” dofinansowany ze środków Urzędu Marszałkowskiego Województwa Śląskiego w ramach „małych grantów”. 2016.
8. „Młodość + doświadczenie = podwójna siła!” Program Równać szanse Polskiej Fundacji Dzieci i Młodzieży. Projekt obejmował działania na rzecz młodzieży trudnej wychowawczo, seniorzy pracowali w projekcie wolontaryjnie.
9. Projekt „Variete, variete, sąsiedzkie podwieczorki przy mikrofonie”. Projekt dofinansowany ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich". 2016.
10. Projekt „Spotkajmy się na ławeczce” w ramach dotacji Towarzystwa Inicjatyw Twórczych „ę” i Polsko- Amerykańskiej Fundacja Wolności „Seniorzy w akcji”. 2017r.
11. Projekt „Burza mózgów. Dbamy o zdrowie psychiczne” dofinansowany ze środków Urzędu Marszałkowskiego Województwa Śląskiego. 2017r.
12. Projekt „Wędrujemy ręką w rękę” dofinansowany ze środków Urzędu Marszałkowskiego Województwa Śląskiego. 2017r.
13. Projekt „Teatr bez granic”. dofinansowany w ramach Programu Inicjatyw Obywatelskich – Śląskie Lokalnie 2017, realizowany przez grupę nieformalną - członków AWS. 2017r.
14. Projekty „Siła rodziny” oraz „Rodzinnie, zdrowo i sportowo”. 2017r. dofinansowane ze środków programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich pn. „Centrum dla Rodziny”,
15. Projekt ASOS 2018. „Aktywni Seniorzy do Boju”,
16. Projekt „Aktywny senior- aktywne społeczeństwo” 2019r. dofinansowany ze środków Urzędu Gminy Wojkowice,
17. Projekt „Speed-ball dla seniora – w zdrowym ciele zdrowy duch” dofinansowany z tzw. „grantów senioralnych województwa śląskiego” w 2020r.

Wszystkie zrealizowane projekty obejmowały działania pro bono seniorów stowarzyszenia Aktywny Wojkowicki Senior, wyłoniły 10 osobową grupę doświadczonych liderów – wolontariuszy, którzy potrafią formułować cele i realizować zadania w sferze pomocy społecznej i współpracy w tym zakresie z innymi ngo i instytucjami.

Zasoby wykorzystane w realizacji zadania:

Stowarzyszenie Aktywny Wojkowicki Senior jako operator Centrum Aktywnego Seniora „Senior na fali” zapewni dostęp do proponowanych form aktywności zainteresowanym osobom w wieku emerytalnym.

W projekcie zostanie wykorzystany potencjał seniorów /wolontariuszy. Stąd możliwość nieodpłatnej koordynacji zadania (wymagającej znacznego nakładu czasu i pracy) oraz nieodpłatnego prowadzenia zajęć ogólnorozwojowych, gry w bule oraz z zakresu rękodzieła i literackich. Realizatorami projektu będą członkowie stowarzyszenia AWS: co najmniej 6

Seniorów/osób wspierających - wolontariuszy, którzy brali już udział w projektach prospołecznych i mają niezbędne doświadczenie w ich realizacji. W tym osoby z dużym życiowym i zawodowym doświadczeniem: nauczyciele, społecznicy, sportowcy – amatorzy.

- zasoby lokalowe – biuro dla potrzeb realizacji projektu,

- zasoby techniczne – zestawy do speed-balla, sprzęt informatyczny, fotograficzny.

Wkład własny:

- koordynacja projektu: 40 godz. x 30 zł = 1 200,00,

- prowadzenie warsztatów kreatywnego pisania: 8 godz. x 50 zł = 400,00zł

- prowadzenia warsztatów z rękodzieła: 16 godz. x 50 zł = 800,00

- prowadzenie zajęć na świeżym powietrzu, nordic walking: 8 godz. 50 zł = 400,00 zł

- prowadzenie zajęć sportowych: gra w bule: 32 godz. 50 zł = 1 600,00 zł.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Promocja – wydanie ulotek	500	500	0
2.	Zajęcia sportowe: Speed ball: 8 zajęć x 4 godz. x 50 zł	1 600	1 600	0
3.	Zajęcia: „Cyfrowy senior” 8 zajęć x 4 godz. x 50 zł	1 600	1 600	0
4.	Zajęcia sportowe: Bule: 8 zajęć x 4 godz. x 50 zł	1 600	0	1 600
5.	Zakup produktów spożywczych – m.in.: woda mineralna, ciastka, owoce, kawa, herbata - org. warsztatów	500	500	0
6.	Zakup materiałów, drobnej konfekcji do wykonania koszyczków świątecznych – akcja społeczna.	800	800	0
7.	Wyjazd sportowo – rekreacyjny- wyżywienie dla 40 uczestników	1 600	1 600	0
8.	Wyjazd sportowo- rekreacyjny- przejazd dla 40 uczestników	1 400	1 400	0
9.	Ćwiczenia ogólnorozwojowe/nordic walking: 4 zajęcia x 2 godziny. 8godz. x 50zł	400	0	400
10.	Prowadzenie warsztatów literackich: 8 godz. x 50 zł	400	0	400
11.	Prowadzenie warsztatów z rękodzieła: 16 godz. x 50	800	0	800
12.	Koordynacja projektu	1 200	0	1 200
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		12 400	8 000	4 400

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.

.....
Tomasz Jodkowski

Data 02.02.2011

.....
Mr. Marek Gajda

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

Stowarzyszenie
Aktywny Wojkowicki Senior
42-580 Wojkowice, ul. Stara 65a
NIP: 6252453081, Regon: 360596873