

UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

URZĄD GMINY CZOSNÓW
 Wpłynęło dnia 2022-08-08 r.
 Nr 4918 zał.
 podpis pracownika

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



PP/1086863
 2022-08-08 13:22:52
 2022-08-08
 Urząd Gminy Czosnów

1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta	Wójt Gminy Czosnów ul. Gminna 6 05-152 Czosnów
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	Wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej

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	
Czosnowskie Stowarzyszenie Kobiet Stowarzyszenie zwykłe wpisane do ewidencji stowarzyszeń zwykłych w powiecie nowodworskim pod nr 19 ul. Gminna 6 05-152 Czosnów https://www.facebook.com/czosnowskie.sk e-mail: csk@interia.pl	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Anna Maliszewska – prezes zarządu stowarzyszenia Tel.509274554 e-mail: csk@interia.pl

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Maraton fitness dla zdrowia			
2. Termin realizacji zadania publicznego²⁾	Data rozpoczęcia	4.07.2022	Data zakończenia	29.09.2022
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
Projekt ma na celu organizację imprezy sportowo-rekreacyjnej o zasięgu gminnym w dniu 10 lipca 2022 r. na parkingu przy ul. Gminnej 6, promującą wśród mieszkańców kulturę fizyczną, sport i zdrowy styl życia. Będzie to otwarta impreza plenerowa, skierowana do różnych grup wiekowych. Podczas realizacji zadania rozwinięte zostaną umiejętności sportowe, uczestnicy zachęcani zostaną do aktywności i wysiłku fizycznego. Zorganizowany podczas jednego dnia maraton różnych aktywności, zapewni dzieciom, młodzieży, dorosłym i seniorom atrakcyjne zajęcia ruchowe. Będą to 4 godziny zajęć fitness. Również najmłodszy włącznie zostaną w zadanie poprzez udział w edukacyjnym teatryku o zdrowym stylu życia w wykonaniu Teatru TAK pt. „Bajka do zjedzenia” wraz z animacjami. Odbiorcami zadania będą: dzieci, młodzież, dorośli, seniorzy. Wśród uczestników, na zakończenie imprezy 10 lipca rozlosowane zostaną drobne upominki, gadzety promocyjne, dla wszystkich zakupiona zostanie woda butelkowana.				

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.

Ponadto, w lipcu, sierpniu i we wrześniu, w Sali przy Gminnej Bibliotece Publicznej w Czosnowie odbędą się w każdym tygodniu po 2 godziny zajęć fitness dla młodzieży i dorosłych. (25 godzin zajęć) Zapisy będą prowadzone przez stronę stowarzyszenia na facebooku lub osobiście lub telefonicznie w bibliotece.

Po otrzymaniu ofert na prowadzenie zajęć ustalone zostaną konkretne rodzaje aktywności. Wśród nich mogą znaleźć się np.:

- Tabata - intensywny trening interwałowy angażujący większość partii mięśni. Tabata pomaga w przyspieszeniu metabolizmu i zwiększeniu wytrzymałości organizmu. Na koniec zajęć przeprowadzane są ćwiczenia rozciągające.
- TBC - połączenie ćwiczeń aerobowych i wzmacniających mięśnie w rytmie muzyki. Skutecznie kształtują sylwetkę, idealne dla początkujących i zaawansowanych osób.
- Smukła Sylwetka – to forma aerobiku, która ma na celu wzmocnić i ujędrnić górne i dolne partie ciała.
- Brazylijskie Pośladki – to odmiana aerobiku polegająca na modelowaniu dolnych partii ciała, ze szczególnym uwzględnieniem mięśni pośladkowych. Doskonale kształtuje pośladki, biodra, uda i brzuch oraz redukuje cellulit.
- Cross Training -trening angażujący wszystkie partie mięśniowe, oparty na złożonych, funkcjonalnych ruchach. Łączy w sobie elementy treningu kondycyjnego, siłowego, gimnastycznego i interwałowego.
- Zdrowy Kręgosłup – Sesje oparte są na ćwiczeniach rozluźniających, mobilizacyjnych, wzmacniających i koordynacyjnych. Odciążają kręgi wzmacniając głębokie partie mięśniowe pleców oraz likwidują przykurcze mięśni.
- Zumba – zajęcia polegają na wykonywaniu prostych kroków tanecznych w rytmie porywającej muzyki. Zumba przede wszystkim umożliwi spalanie dużej ilości kalorii przy wspaniałej zabawie.
- Fit & Dance – doskonała zabawa taneczna z ciekawą choreografią i jednocześnie bardzo efektywny trening cardio. Na zajęciach poznajemy różne style tańca i łączymy je z elementami aerobiku.

W celu poprawy jakości życia niezbędne są działania profilaktyczne. Jednym z nich jest promocja zdrowego trybu życia, która realizowana będzie poprzez zachęcanie do aktywności fizycznej i uprawiania sportu. Projekt przyczyni się do rozwiązania problemu związanego z niewłaściwym stylem życia. W zadaniu wykorzystana zostanie sala oraz parking Gminy Czosnów. Uczestnicy maratonu zajęć ruchowych w różnym wieku spędzą wspólnie czas na sportowo, nauczą się wykonywać różne ćwiczenia, a także dadzą dobry przykład dzieciom. Najmłodszy, poprzez zabawę i edukację z teatrem, poznają zasady prawidłowego odżywiania i zdrowego stylu życia. Dla nich też przygotowane będą zajęcia stosowne do wieku.

Z realizacji projektu zostanie sporządzony reportaż fotograficzny.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Przeprowadzona zostanie jedna impreza "Maraton fitness dla zdrowia":	Planowana liczba odbiorców - ok. 120 osób	zdjęcia, faktury
- spektakl teatralny z animacjami	1,5 godz.	
- zajęcia ruchowe	4 godz.	
- zabezpieczenie medyczne	1 usługa	
- ubezpieczenie imprezy	1 opłata	
- zakup upominków, gadżetów, wody	2 zakupy	

Przeprowadzenie zajęć fitness – 25 godz.	1 umowa na usługę (3 faktury)	Zdjęcia, faktury
Reportaż fotograficzny	Relacja w formie zdjęć z wydarzenia	Umowa wolontariacka
Plakaty informujące o imprezie	40 szt.	Umowa wolontariacka

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

Czosnowskie Stowarzyszenie Kobiet w 2018 r. realizowało już projekt związany ze sportem i rekreacją, a konkretnie z organizacją "Maratonu fitness". Pozyskano środki na opłacenie instruktorów i rzeczowe wsparcie wydarzenia, poprzez udostępnienie sceny i nagłośnienia z lokalnych instytucji. Co roku stowarzyszenie wspiera inne organizacje przy realizacji biegów ("Policz się z cukrzycą" 2020, "Bieg Orła" 2018) czy rajdów rowerowych. CSK brało intensywny udział przy tworzeniu, realizacji i rozliczeniu projektu dla Młodzieżowej Organizacji Czosnowskiej, OSP w Czosnowie, KGW w Częstokowie Pol. W 2019 r. pozyskało środki za pośrednictwem Stowarzyszenia „Między Wisłą a Kampinosem” na realizację dwóch projektów „Śmiechu warte” oraz „Siła kobiet”, w ramach których zorganizowano liczne warsztaty, zajęcia ruchowe, koncerty, występ kabaretu oraz wystawę zdjęć. W 2021 r. CSK realizowało projekt „Piosenki powstańczej Warszawy”, na który zdobyły środki z budżetu Samorządu Województwa Mazowieckiego. Czosnowskie posiada zasoby kadrowe i doświadczenie w realizacji i rozliczaniu projektów.

Stowarzyszenie tworzą członkowie, którzy od wielu lat angażują się w działalność społeczną na rzecz lokalnego środowiska, seniorów, osób niepełnosprawnych, edukacji dzieci i młodzieży oraz integracji.

- przygotowanie organizacyjne, uzyskanie zgody na wykorzystanie obiektu, plakaty, informacje - osoba posiadająca doświadczenie w organizacji tego typu imprez

- obsługa finansowa - osoba posiada doświadczenie w księgowości, w rozliczaniu projektów, dotacji.

- koordynator projektu - posiada umiejętności w koordynacji zadań, planowaniu ich, realizacji i podsumowywaniu i ewaluacji,

- dokumentacja fotograficzna z wydarzenia - osoba posiadająca umiejętności i doświadczenie w wykonywaniu fotografii.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Spektakl teatralny – usługa	2000	2000	0
2.	Poprowadzenie 4 godzin zajęć podczas maratonu	600	600	0
3.	Poprowadzenie 25 godzin zajęć	3750	3750	0
4.	Zabezpieczenie medyczne	500	500	0
6.	Ubezpieczenie imprezy	200	0	200
8.	Zakup upominków, gadżetów, wody	3150	3150	0
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10200	10000	200

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.

PREZES
Czosnowskiego Stowarzyszenia Kobiet

Anna Maliszewska
..... Anna Maliszewska

[Signature]
..... CZŁONEK ZARZĄDU

CSK

Czosnowskie Stowarzyszenie Kobiet

ul. Gminna 6, 05-152 Czosnów
NIP 531-170-27-64, REGON 381163899

Czosnów, 07.06.2022 r.

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