

Ocena merytoryczna złożonego wniosku

Dotyczy: oferty złożonej przez : **Stowarzyszenie Promocji Sportu FAN**

Spostrzeżenia:

- poprawa jakości i poziomu życia osób starszych
- zwiększenie potencjału i aktywności społecznej

Wnioski: - zaleca się do realizacji

Propozycja: 2.465,- zł (dwa tysiące czterysta sześćdziesiąt pięć złotych 00/100)

Akceptuję weryfikację :

BURMISTRZ

Dorota Pawnuł

sporządził: *Lukasz Krzysztofczyk*



STOWARZYSZENIE PROMOCJI SPORTU FAN

ul. Legnicka 65, 54-206 Wrocław

e-mail: biuro@mistrzostwawroclawia.pl | tel. 71 797 60 80



Wrocław, 11 września 2015 r.

Dorota Pawnuke
Biuro

Pani Dorota Pawnuke
Burmistrz
Miasta Strzelin



DOTYCZY: wsparcia projektu "Aktywne życie zaczyna się po 60-ce" w ramach art. 19 a

W imieniu Zarządu Stowarzyszenia zwracam się z wnioskiem o realizację zadania publicznego pod nazwą - **Aktywne życie zaczyna się po 60-ce** w ramach środków z art. 19a ustawy o działalności pożytku publicznego i wolontariacie. Proponowane przez nas zadanie realizuje politykę aktywizacji osób starszych i ich wykluczenia z życia społecznego.

Projekt, który chcemy zrealizować jest współfinansowany ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020. Zakłada on aktywizację i integrację trzech środowisk senioralnych Wrocławia, Nowej Rudy i Strzelina.

Zadanie właściwe finansowane ze środków Ministerstwa Pracy jest realizowane w okresie od 1 kwietnia do 31 grudnia 2015 roku, w tym okresie odbędzie się rekrutacja uczestników, promocja projektu oraz realizacja działań w tym m.in. zajęć edukacyjnych, wykładów, zajęć sportowo-rekreacyjnych, szkoleń dla liderów i wyjazdów. Podzadanie dotyczące strzelińskiej części tego projektu realizowane będzie zgodnie z załączoną do pisma ofertą.

Z góry dziękujemy za pozytywne rozpatrzenie naszego wniosku z artykułu 19a ustawy o działalności pożytku publicznego i wolontariacie.

Stowarzyszenie Promocji Sportu FAN
ul. Legnicka 65
54-206 Wrocław
NIP: 897 171 03 23 www.fan.org.pl
BANK BZ WBK numer: 82 1090 1522 0000 0001 1322 2027

Ze sportowym pozdrowieniem,

PREZES ZARZĄDU

Jolanta Ubowska
Jolanta Ubowska



Aktywne życie zaczyna się po 60-ce
www.aktywnysenior.fan.org.pl

ASOS 2014-2020

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej

STRZELIN
Wpl. 14. 09. 2015
L.dz. *18158/15*
Podpis

OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

ZŁOŻONO OSOBIŚCIE.....

Data i miejsce złożenia oferty
(wypełnia organ administracji publicznej)

OFERTA/OFERTA-WSPÓLNA¹⁾

ORGANIZACJI POZARZĄDOWEJ(-YCH)/PODMIOTU (-ÓW), O KTÓRYM (-YCH) MOWA W ART. 3 UST. 3 USTAWY Z DNIA 24 KWIETNIA 2003 r. O DZIAŁALNOŚCI POŻYTKU PUBLICZNEGO I O WOLONTARIACIE (Dz. U. z 2010 r. Nr 234, poz. 1536)¹⁾,
REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

działalności na rzecz osób w wieku emerytalnym
(rodzaj zadania publicznego²⁾)

Aktywne życie zaczyna się po 60-ce

(tytuł zadania publicznego)

w okresie od 25.09.2015 do 20.12.2015

W FORMIE
~~POWIERZENIA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO/WSPIERANIA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO~~¹⁾

PRZEZ

Burmistrz miasta Strzelin

.....
(organ administracji publicznej)

składana na podstawie przepisów działu II rozdziału 2 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r.
o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie

I. Dane oferenta/offerentów

1) nazwa: **STOWARZYSZENIE PROMOCJI SPORTU FAN**

2) forma prawna

- | | |
|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> stowarzyszenie | <input type="checkbox"/> fundacja |
| <input type="checkbox"/> kościelna osoba prawna | <input type="checkbox"/> kościelna jednostka organizacyjna |
| <input type="checkbox"/> spółdzielnia socjalna | <input type="checkbox"/> inna..... |

3) numer w Krajowym Rejestrze Sądowym, w innym rejestrze lub ewidencji:

KRS 0000243595

4) data wpisu, rejestracji lub utworzenia: **21.10.2005**

5) nr NIP: **8971710323** nr REGON: **020193696**

6) adres:

miejsowość: : WROCŁAW ul.: LEGNICKA 65
gmina: MIASTO WROCŁAW
powiat: MIASTO WROCŁAW
województwo: DOLNOŚLĄSKIE
kod pocztowy: 54-206 poczta: WROCŁAW

7) tel.: 71 797 60 80 faks: ----
e-mail biuro@fan.org.pl [http:// www.fan.org.pl](http://www.fan.org.pl)

8) numer rachunku bankowego: **26 1090 1522 0000 0001 2127 1610**

nazwa banku: V oddział Banku Zachodniego WBK we Wrocławiu

9) nazwiska i imiona osób upoważnionych do reprezentowania oferenta/offerentów⁴⁾:

a) Jolanta Ubowska - Prezes Zarządu

10) nazwa, adres i telefon kontaktowy jednostki organizacyjnej bezpośrednio wykonującej zadanie, o którym mowa w ofercie:⁹⁾

NIE DOTYCZY

11) osoba upoważniona do składania wyjaśnień dotyczących oferty (imię i nazwisko oraz nr telefonu kontaktowego)

Marcin Spitalniak 501 158 201 biuro@fan.org.pl

12) przedmiot działalności pożytku publicznego:

a) działalność nieodpłatna pożytku publicznego:

1. upowszechnianiem kultury fizycznej, sportu, turystyki i rekreacji
2. promocją i ochroną zdrowia
3. działalnością na rzecz osób niepełnosprawnych i seniorów
4. krajoznawstwem oraz wypoczynkiem dzieci i młodzieży
5. przeciwdziałaniem patologiom społecznym oraz wspieraniem porządku i bezpieczeństwa publicznego
6. ratownictwem i ochroną ludności - szczególnie w zakresie udzielania pomocy podczas imprez masowych, udzielania pierwszej pomocy ofiarom wypadków drogowych oraz poprawy widoczności pieszych i rowerzystów na drodze
7. nauką, oświatą, edukacją i wychowaniem
8. kulturą, sztuką, ochroną dóbr kultury i tradycji
9. promocją zatrudnienia i aktywizacją zawodową osób pozostających bez pracy i zagrożonych zwolnieniem z pracy
10. wspomaganie rozwoju gospodarczego, w tym rozwoju przedsiębiorczości
11. ekologią i ochroną zwierząt oraz ochroną dziedzictwa przyrodniczego
12. integracją europejską oraz nawiązywaniem kontaktów między społeczeństwami,
13. upowszechnianiem i ochroną praw konsumentów
14. pomocą społeczną, w tym pomocą rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób

15. wspomaganie rozwoju wspólnot i społeczności lokalnych
16. promocją i organizacją wolontariatu

b) działalność odpłatna pożytku publicznego

1. upowszechnianiem kultury fizycznej, sportu, turystyki i rekreacji
2. przeciwdziałaniem patologiom społecznym oraz wspieraniem porządku i bezpieczeństwa publicznego
3. ratownictwem i ochroną ludności - szczególnie w zakresie udzielania pomocy podczas imprez masowych, udzielania pierwszej pomocy ofiarom wypadków drogowych oraz poprawy widoczności pieszych i rowerzystów na drodze
4. promocją i ochroną zdrowia
5. działaniami na rzecz osób niepełnosprawnych i seniorów
6. nauką, oświatą, edukacją i wychowaniem
7. krajoznawstwem oraz wypoczynkiem dzieci i młodzieży
8. kulturą, sztuką, ochroną dóbr kultury i tradycji
9. promocją zatrudnienia i aktywizacji zawodowej osób pozostających bez pracy i zagrożonych zwolnieniem z pracy
10. wspomaganie rozwoju gospodarczego, w tym rozwój przedsiębiorczości
11. ekologią i ochroną zwierząt oraz ochroną dziedzictwa przyrodniczego
12. integracją europejską oraz nawiązywaniem kontaktów między społeczeństwami
13. pomocą społeczną, w tym pomocą rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób
14. wspomaganie rozwoju wspólnot i społeczności lokalnych

13) jeżeli oferent /oferenci prowadzi/przewodzą działalność gospodarczą:

- a) numer wpisu do rejestru przedsiębiorców NIE DOTYCZY
- b) przedmiot działalności gospodarczej

NIE DOTYCZY

II. Informacja o sposobie reprezentacji oferentów wobec organu administracji publicznej wraz z przytoczeniem podstawy prawnej¹⁰⁾

NIE DOTYCZY

III. Szczegółowy zakres rzeczowy zadania publicznego proponowanego do realizacji

1. Krótka charakterystyka zadania publicznego

Projekt ma na celu poprawę jakości i poziomu życia osób starszych dla godnego starzenia się poprzez ich aktywność społeczną oraz edukację. Inspiracją do poszerzenia obszaru, na którym będzie realizowany projekt oraz pokazania aktywności osób starszych jest nagroda otrzymana w 2013 roku w plebiscycie "zDolne NGO" organizowanego przez Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego dla najlepszej organizacji pozarządowej prowadzącej działania w obszarze aktywizacji senioralnej na Dolnym Śląsku. Klub Aktywnego Seniora działający w ramach naszego Stowarzyszenia stał się przykładem do naśladowania na innych obszarach. Projekt realizowany jest w ramach Rządowego Programu Aktywności Społecznej Osób Starszych, beneficjentami będą osoby w wieku 60+. Głównym założeniem projektu jest integracja 3 różnych środowisk senioralnych, które poprzez wzajemną wymianę doświadczeń będą mogły zwiększyć aktywność społeczną i edukacyjną w miejscu swojego zamieszkania. Na projekt składają się poddziałania realizowane w etapach (informacja i promocja, rekrutacja, zajęcia edukacyjne, integracja, wykłady tematyczne, szkolenie liderów, podsumowanie).

2. Opis potrzeb wskazujących na konieczność wykonania zadania publicznego, opis ich przyczyn oraz skutków

I. Opis stanu wyjściowego

W wyniku przeprowadzonych analiz i rozeznania się w potrzebach stwierdzono, iż osoby w wieku 60+ potrzebują stałego poszerzania oferty edukacyjnej oraz budowania świadomości na temat roli społeczeństwa obywatelskiego. Jak wykazuje raport „Starzejące się społeczeństwo jako wyzwanie ekonomiczne dla europejskich gospodarek” [Pracodawcy Rzeczypospolitej Polskiej] Polska jest społeczeństwem starzejącym się - zgodnie z prognozami GUS liczba osób w wieku 65+ zwiększy się z 5,1 mln w 2010 roku (13% populacji) do 8,35 mln w 2035 roku (23% populacji). Tak ważne staje się więc zachęcanie tej grupy wiekowej do aktywnej działalności społecznej oraz pokazanie im ciekawych form spędzania wolnego czasu.

II. Opis problemów według schematu:

a) Niewystarczający poziom wiedzy w zakresie korzystania tech. inform. - Podstawową umiejętność korzystania z komputerów deklaruje 43% os. w wieku 45-59, 39% w wieku 60-64 i 36% w wieku 65+, podczas gdy w młodszych grupach wiekowych odsetek ten wynosi od 50% do 64% [dane: Diagnoza Społeczna 2011]

b) Niewystarczający poziom wiedzy dotyczącej aspektów prawnych w codziennym życiu

c) Niewystarczający dostęp do aktywnych form spędzania wolnego czasu - Polacy nie prowadzą aktywnego stylu życia. Około 60% kobiet i 53% mężczyzn zadeklarowało brak intensywnej aktywności fizycznej. Niska aktywność ruchowa przekładała się na problemy z nadwagą wśród osób starszych [załącznik - Diagnoza, Program ASOS 2014-2020]

d) Niewystarczający poziom edukacji - Uczestnictwo osób dorosłych z najstarszej kategorii wieku podawanej badaniom w UE (55-74 lata), zarówno w edukacji formalnej, jak i poza formalnej, Polska wyraźnie odstaje od średniej w UE (w Polsce 0,6%, w UE 3,5%), co daje jedno z ostatnich miejsc wśród krajów UE. [załącznik - Diagnoza, Program ASOS 2014-2020]

e) Niewystarczający poziom wiedzy dotyczącej zasad „zdrowego życia”

f) niska aktywność społeczna oraz postępująca singularyzacja życia osób starszych - Głównym sposobem spędzania wolnego czasu przez osoby w podeszłym wieku jest oglądanie telewizji, przeciętnie poświęcają na to o ponad 60% więcej czasu niż osoby młodsze [Diagnoza Społeczna 2013] g) Niewystarczająca liczba liderów lokalnych - W Polsce w 2013 r. członkami „jakichś organizacji, stowarzyszeń, partii, komitetów, rad, grup religijnych, związków lub kół” było 13,7 proc. badanych: 10,3 proc. należało tylko do jednego stowarzyszenia; 2,5 proc. do dwóch, a 0,9 proc. do dwóch lub więcej; 86,3 proc. nie należy do żadnej organizacji.[...] Aktywnie działa w różnych organizacjach 9,4 proc. osób w podeszłym wieku; odsetek bardzo podobny jak w młodszych grupach (9,6 proc.). [Diagnoza Społeczna 2013] h) Niewystarczający poziom wiedzy dotyczącej finansów

III. Przyczynami wskazanych powyżej problemów są:

- Ograniczony dostęp do szkoleń
- Ograniczone środki finansowe
- Ograniczony dostęp do technologii
- Ograniczony dostęp do informacji i oferty
- Zbyt mała oferta dla osób 60+
- Niska świadomość osób 60+ o roli jaką mogą odegrać w społ. obyw.
- Stereotyp seniora jako osoby nieaktywnej zawodowo i społecznie
- Bariery pomiędzy mieszkańcami wsi i miasta

IV. Zdiagnozowane powyżej problemy powodują:

- Odrzucenie osób w wieku 60+ od nowych technologii
- Bariery komunikacyjne z innymi seniorami
- Niską samoocenę spowodowaną niższym poziomem wiedzy
- Skłonność do zapominania
- Pogarszanie się stanu zdrowia

- Nieaktywność na rynku pracy i w społeczeństwie
- Pogłębiający się stan spędzania wolnego czasu przed telewizorem
- Narażenie na agresywne kampanie sprzedażowe
- Brak pomocy ze strony liderów w realizacji pomysłów

3. Opis grup adresatów zadania publicznego

Odbiorcami bezpośrednimi projektu realizowanego we Wrocławiu będzie grupa przynajmniej 50 osób, którzy w chwili przystąpienia do projektu mają ukończony 60 rok życia.

We Wrocławiu według danych statystycznych GUS-u w tym obszarze ludność powyżej 50 roku życia sięga blisko 30% mieszkańców.

We właściwej części projektu (m.in. zajęcia edukacyjne, wyjazdy integracyjne i szkolenia dla liderów) weźmie udział od 20 do 40 osób z każdego obszaru. Pozostałe osoby stanowią uczestników części otwartych np. wykłady, spotkanie podsumowujące i integracyjne (w przypadku posiadania wolnych miejsc). W Strzelinie rekrutacja zostanie przeprowadzona przy współpracy z lokalnym koordynatorem oraz partnerami (m.in. biblioteki, gminy, parafie itp.). Dodatkowo w celu zwiększenia zainteresowania projektem zostaną zorganizowane spotkania informacyjne na każdym z obszarów. Lokalni asystenci koordynatora mający bezpośredni kontakt i wiedzę o mieszkańcach będą mogli lepiej dotrzeć do potencjalnych uczestników projektu. Rekrutacja odbędzie się w dwóch etapach. W pierwszej etapie przyjmowane będą kwestionariusze uczestników do części właściwej projektu wraz z danymi kontaktowymi oraz ankiety, z których uzyskamy m.in. informacje o posiadanych umiejętnościach [m.in. znajomość obsługi komputera, formy aktywności ruchowej itp.] oraz motywację potencjalnych beneficjentów do udziału w projekcie. Na podstawie analizy kwestionariuszy wybrani zostaną beneficjenci projektu, którzy będą mieli największą motywację do udziału w zajęciach i założeniach projektu, w przypadku zbliżonej motywacji dodatkowym kryterium będzie kolejność zgłoszeń, a w niektórych przypadkach koordynator może również odbyć rozmowy osobiste bądź wywiady telefoniczne w celu uzyskania bardziej szczegółowych informacji. W przypadku nie zebrania wystarczającej liczby uczestników zakłada się możliwość przeprowadzenia dodatkowego naboru. W drugim etapie rekrutacji wezmą udział uczestnicy, którzy nie dostali się do części właściwej oraz będzie otwarty nabór na wykładu edukacyjne w różnych obszarach tematycznych. Dotacją pochodzącą ze środków Gminy Strzelin zostaną objęte działania dotyczące mieszkańców miasta i gminy Strzelin.

4. **Uzasadnienie potrzeby** dofinansowania z dotacji inwestycji związanych z realizacją zadania publicznego, w szczególności ze wskazaniem w jaki sposób przyczyni się to do podwyższenia standardu realizacji zadania.¹¹⁾

NIE DOTYCZY

5. **Informacja, czy w ciągu ostatnich 5 lat oferent/oferenci³⁾ otrzymał/otrzymali³⁾ dotację** na dofinansowanie inwestycji związanych z realizacją zadania publicznego z podaniem inwestycji, które zostały dofinansowane, organu który udzielił dofinansowania oraz daty otrzymania dotacji.¹¹⁾

NIE DOTYCZY

6. Zakładane cele realizacji zadania publicznego oraz sposób ich realizacji

- poprawa jakości i poziomu życia przynajmniej 30 osób starszych mieszkających na terenie miasta Wrocławia, którzy ukończyli 60 rok życia w okresie od 25.09.2015 do 20.12.2015 r. - Cel zostanie osiągnięty poprzez realizację zaplanowanych w ramach programu zajęć (w tym zajęć komputerowych wzbogaconych o techniki zapamiętywania, zajęcia sportowo-rekreacyjne, liczne wykłady dotyczące zdrowego stylu życia, porady prawne itp.). Zmniejszenie wykluczenia grupy seniorów przyczyni się do poprawy jakości i poziomu ich życia.
- zwiększenie potencjału i aktywności społecznej poprzez edukację 15 liderów w okresie od 25.09.2015 do 20.12.2015 r. - wyłonienie po 5 osób z każdego obszaru (w sumie 15 osób),

którzy zostaną przygotowani do roli lidera i będą mogli pokierować grupą po zakończeniu projektu. Liderzy wezmą udział weekendowym szkoleniu, gdzie przejdą dodatkowe szkolenia (animacyjne, rzecznictwo, aspekty prawne funkcjonowania organizacji pozarządowych oraz nordic walking). Dodatkowo spośród 15 uczestników szkoleń dla liderów, po dwie osoby z każdego obszaru posiadają kwalifikacje potwierdzone certyfikatem active leader nordic walking (międzynarodowy certyfikat szkoły LEKI). Kurs na active leader nordic walking pozwoli na nabycie podstawowych umiejętności do prowadzenia zajęć po zakończeniu programu.

- zmniejszenie poziomu wykluczenia cyfrowego przynajmniej 20 mieszkańców miasta Strzelin, którzy ukończyli 60 rok życia w okresie od 25.09.2015 do 20.12.2015 - Cel zostanie osiągnięty poprzez organizację zajęć komputerowych, na których seniorzy posiadają umiejętności radzenia sobie z nowymi technologiami. Posiadają wiedzę posługiwania się komputerem w zakresie podstawowym m.in. środowisko windows, edytor tekstu, internet, poczta elektroniczna, komunikatory. Zajęcia mają na celu zmniejszyć wykluczenie elektroniczne omawianej grupy osób.

- poprawa stanu zdrowia przynajmniej 20 mieszkańców miasta Strzelin, którzy ukończyli 60 rok życia w okresie od 25.09.2015 do 20.12.2015 - Wiele osób w wieku senioralnym zmagają się ze schorzeniami, dlatego chcemy również postawić na edukację i poprawę stanu zdrowia beneficjentów. W pierwszym okresie zostaną przeprowadzone testy związane z wydolnością fizyczną oraz podstawowe badania (ciśnienie, tętno przed i po wysiłku). Instruktorzy na podstawie badań podzielą osoby na grupy dostosowane do możliwości oraz opracują plan treningowy. Nauka prawidłowej techniki nordic walking oraz zajęcia gimnastyczne - korekcyjne będą miały za zadanie korektę wad postawy, naukę prawidłowego ruchu. Dodatkowo zajęcia przygotowują Seniorów do samodzielnego ćwiczenia w domu, tak aby ćwiczenia mogły być kontynuowane przez każdego beneficjenta po zakończeniu programu.

- zwiększenie poziomu skutecznego zapamiętywania u przynajmniej 20 mieszkańców miasta Strzelin, którzy ukończyli 60 rok życia w okresie od 25.09.2015 do 20.12.2015 - Cel zostanie osiągnięty poprzez organizację szkoleń z doskonalenia pamięci. Spotkania mają przyczynić się do skuteczniejszego zapamiętywania, przyswajania materiału na zajęciach komputerowych. Skutecznie zapobiegają lub wstrzymują proces zapominania nabytej wiedzy i umiejętności. W miarę trwania kursu uczestnicy poznają techniki wspomagające zapamiętywanie (memotechniki). Na warsztatach zostaną zaprezentowane gry, które angażują umysł do pracy i stanowią sposób aktywnego spędzania czasu w swoim gronie. Seniorzy poprzez ćwiczenia poprawią pojemność i trwałość pamięci. Dodatkowo uczestnicy poznają ćwiczenia w celu obniżenia ryzyka choroby Alzheimera, które będą mogli wykonywać sami w domu.

- zwiększenie integracji 100 osób zamieszkałych na obszarze miasta Wrocławia oraz gmin Strzelin oraz Nowa Ruda, którzy ukończyli 60 rok życia w okresie od 25.09.2015 do 20.12.2015 - Skierowanie projektu do osób zamieszkałych na różnych obszarach ma pokazać seniorom, iż pomimo różnic wynikających z miejsca zamieszkania mają oni ze sobą wiele wspólnych cech i zainteresowań. Wymiana poglądów, edukacja i wspólne spędzanie czasu w trakcie trwania projektu ma na celu zmniejszenie bariery "mieszkaniec miasta - mieszkaniec wsi". Dodatkowo dzięki wspólnej integracji zostanie stworzona siatka kontaktów oraz współpracy między Seniorami z omawianych obszarów.

- zwiększenie wiedzy dotyczącej walorów turystycznych regionu - Organizacja 3 wycieczek dla uczestników projektu do każdego z obszarów, na którym będzie realizowany projekt, ma zapewnić poznanie najbliższej okolicy i integrację uczestników projektu. Dodatkowo wspólne wyjazdy mają pokazać możliwości turystyki w mniej znane turystycznie miejsca przy niewielkich pokładach finansowych. Zwiedzone obszary będą promowane przez uczestników w okolicy zamieszkania.

- podniesienie poziomu wiedzy w zakresie edukacji prozdrowotnej, aspektów prawnych oraz bankowości elektronicznej wśród przynajmniej 30 mieszkańców miasta Strzelin, którzy ukończyli 60 rok życia w okresie od 25.09.2015 do 20.12.2015 - Cel zostanie osiągnięty dzięki realizacji zajęć w formie wykładowej prowadzonej przez specjalistów z poszczególnych

aspektów: - podstawy teoretyczne dotyczące zdrowego stylu życia, diety, prewencji i zapobiegania chorób, - akademii dostępne finanse, której nasze Stowarzyszenie jest ambasadorem i współpracuje przy niej z Narodowym Bankiem Polski. Seniorzy poznają zalety bankowości elektronicznej, karty bankomatowej, zasady bezpieczeństwa w sieci i techniki poruszania się w banku elektronicznym - m.in. prawo spadkowe, zus, ubezpieczenia, prawo lokalne i socjalne

- zwiększony poziom wiedzy w zakresie odnajdywania na założonych obszarach miejsc przeznaczonych dla tej grupy wiekowej (oferta turystyczna, zdrowotna, prawna, psychologiczna, sportowa itp.) - Cel zostanie osiągnięty poprzez wydruk broszur informacyjnych (na każdy obszar). Zostaną tam zawarte praktyczne informacje, gdzie Seniorzy mogą udać się ze swoimi problemami/potrzebami. Znajdą się tam między innymi informacje o punktach porad prawnych, medycznych, sportowych w okolicy zamieszkania oraz krótkie podsumowanie realizowanego projektu.

7. Miejsce realizacji zadania publicznego

Biuro projektu będzie zlokalizowane we Wrocławiu w biurze Stowarzyszenia przy ul. Ignuta 115 działania związane z uczestnictwem beneficjentów odbędą się na terenie Strzelina

8. Opis poszczególnych działań w zakresie realizacji zadania publicznego¹²⁾

1. koordynacja i realizacja projektu Dla właściwej realizacji zadania zostanie zatrudniony koordynator, który będzie odpowiadał za realizację projektu zgodnie z ofertą i założeniami. Do jego zadań należeć będzie przeprowadzenie rekrutacji, zatrudnienie współpracowników, zakupy oraz zapewnienie realizacji celów na podstawie założonych wskaźników. Dodatkowymi współpracownikami koordynatora będą lokalny koordynator oraz asystent ds. finansowych (odpowiedzialny za sprawy finansowe m.in. realizację płatności, obieg dokumentów itp., kadrowe i współpracę z biurem rachunkowym), asystent ds. promocji (odpowiedzialny za kontakt z mediami, przygotowywanie tekstów, pozyskiwanie lokalnych partnerów) oraz asystent ds. kanałów informacyjnych (odpowiedzialny za prowadzenie i aktualizowanie strony internetowej projektu, profil na facebooku oraz videoblogu). Dodatkowym działaniem koordynatora będzie stworzenie harmonogramu monitorowania i ewaluacji projektu. Na każdym z obszarów będą takie same ankiety, za proces ewaluacji odpowiedzialni będą lokalni koordynatorzy we współpracy z osobami prowadzącymi poszczególne zajęcia. Zadaniem koordynatora będzie opracowanie całościowego raportu z ewaluacji projektu.

2. promocja projektu Promocja będzie opierała się na takich działaniach jak: - przygotowanie i opracowanie materiałów - plakatowanie oraz rozdawanie ulotek w obszarach objętych projektem - współpraca z lokalnymi mediami (prasa, radio), gdzie zamieścimy płatne i bezpłatne materiały dotyczące projektu by zapewnić dotarcie do jak największej liczby zarówno beneficjentów bezpośrednich, jak i pośrednich - kampania informacyjna w internecie - spotkania bezpośrednie w poszczególnych miastach Za realizację działania odpowiedzialni będą asystent ds. promocji, webmaster oraz osoba odpowiedzialna za przygotowanie materiałów promocyjnych.

3. rekrutacja uczestników Do projektu będzie rekrutowanych przynajmniej po 40 osób z każdego obszaru. Szczegółowo rekrutację opisano w punkcie II.3. oraz II.4 wniosku. Za realizację działania odpowiedzialny będzie koordynator projektu.

4. zajęcia edukacyjne Kolejnym etapem po rekrutacji będzie przeprowadzenie zajęć edukacyjnych na poszczególnych obszarach. We wszystkich gminach przeprowadzony zostanie taki sam program, którego zadaniem będzie wprowadzenie uczestników w nowe technologie, przygotowanie kondycyjne do zajęć ruchowych w późniejszym etapie oraz poprawienie zdolności zapamiętywania, która ma ułatwić nabywanie umiejętności w czasie realizacji projektu i po jego zakończeniu. Dzięki temu w kolejnym etapie, jakim jest integracja, prostsze

stanie się nawiązanie kontaktów (np. zapamiętanie imion nowych znajomych, komunikację za pośrednictwem internetu) oraz przeprowadzenie zajęć w większych grupach. W ramach tego etapu przeprowadzone zostaną następujące zajęcia:

1. kurs komputerowy - kurs pod hasłem "nowe technologie nie są mi obce" ma na celu zapoznanie seniorów z nowymi formami komunikacji, ułatwić im posługiwanie się komputerem i internetem. Realizacja szkoleń odbędzie się w wymiarze 30h (w grupach do 10 osób) w zakresie 3 modułów umożliwiających swobodne korzystanie z nowych technologii:

moduł 1 - użytkowanie komputerów i zarządzanie plikami - 10h,

moduł 2 - internet, poczta e-mail, wyszukiwanie informacji, środki ostrożności w internecie, środki komunikacji w internecie - 14h,

moduł 3 - e-obywatel (nabycie umiejętności wykorzystania nowych technologii do stania się e-obywatelem) - 6h, Liczba godzin przypadających na moduł przyjęta jest ze względu na zdiagnozowane potrzeby i bariery grupy docelowej. Podczas zajęć do prezentowania oraz przekazywania treści wykorzystany będzie projektor, seniorzy będą również korzystać z materiałów dydaktycznych, które otrzymają do każdego modułu. Dodatkowo niektóre zadania oraz rozwiązania do nich będą nagrywane kamerą oraz publikowane na videoblogu.

2. trening pamięci - zajęcia zapobiegają lub wstrzymują proces zapominania nabytej wiedzy i umiejętności. Jak sama nazwa wskazuje treningi pamięci czyli zestawy ćwiczeń, które pobudzają umysł do intensywnej pracy. Dobór zadań dostosowany jest do grupy wiekowej, intensywności treningu oraz celów, jakie zamierzamy osiągnąć. W miarę trwania kursu uczestnicy poznają techniki wspomagające zapamiętywanie (mnemotechniki) oraz wykorzystują je do zapamiętywania coraz trudniejszych zadań. Poza stopniem trudności prowadzimy do poszerzenia pojemności pamięci, tak by nabyta wiedza i umiejętności były zapamiętane. Aby kontynuować doskonalenie pamięci po zakończeniu projektu seniorzy poznają kilka gier planszowych, co pozwoli im na aktywne spędzanie wspólnie czasu. Realizacja szkoleń przewidziana jest w wymiarze 20h na grupę w zakresie:

- Metoda łańcuchowa zapamiętywania

- Metoda miejsc, pałac pamięci

- Zapamiętywanie wyrazów trudnych: słówka z języków obcych, wyrazy i zwroty obcojęzyczne

- Ćwiczenie poprawiające koncentrację uwagi

- Ćwiczenia poprawiające spostrzeganie

- Ćwiczenia pamięci słuchowej, zapamiętywanie wykładów i tekstów Podczas ćwiczeń oraz praktyki uczestnicy dodatkowo będą korzystać z następujących materiałów: literatura przedmiotu, projektor multimedialny, flipchart, materiałów dydaktycznych do zajęć, gry planszowe rozwijające pamięć. Dodatkowo niektóre zadania oraz rozwiązania do nich będą nagrywane kamerą oraz publikowane na videoblogu.

3. nordic walking - prowadzone przez wykwalifikowanych instruktorów (m.in. absolwentów Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, drużynowego Mistrza Świata w Nordic Walking, instruktora ogólnego sportu itp.) przyczynią się do wzrostu aktywności fizycznej tych osób. Zajęcia urozmaicone o rozgrzewkę, ćwiczenia siłowe, formy zabawy z kijkami i ćwiczenia rozciągające będą jeszcze ciekawsze i zachęcające do aktywnego udziału. Ważnym aspektem będzie możliwość spotkania i wspólnego treningu z drużynowym Mistrzem Świata w Nordic Walking i wicemistrzem Polski oraz dwukrotną Mistrzynią Polski i V kobietą na świecie w kategorii 55+. Każdy z uczestników zostanie poddany testowi polegającym na sprawdzeniu jaki dystans pokona w określonym czasie, zostaną one przeprowadzone przed rozpoczęciem zajęć oraz po ich zakończeniu. Testy mają pokazać na ile regularne zajęcia wzmacniają i podnoszą sprawność fizyczną. Realizacja zajęć przewidziana jest dla każdej z grup w wymiarze 10h na grupę. Podczas ćwiczeń uczestnicy dodatkowo będą korzystać z sprzętu do nordic walking oraz innych akcesoriów. Dodatkowo prawidłowa technika zarówno prezentowana przez instruktora jak i uczestników nagrywana będzie kamerą oraz publikowana na videoblogu.

4. gimnastyka - prowadzone przez wykwalifikowanych instruktorów (m.in. absolwentów Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu, instruktora ogólnego sportu itp.) przyczynią

się do ogólnej poprawy sprawności fizycznej. Na zajęciach wprowadzone elementy z gimnastyki korekcyjnej, rozciągania, yogi, ogólnorozwojowe oraz siłowe dostosowane do potrzeb i możliwości osób 60+. Na pierwszych zajęciach zostaną przeprowadzone ćwiczenia dające przekrojową wiedzę na temat sprawności ruchowej uczestników. Realizacja zajęć przewidziana jest dla każdej z grup w wymiarze 10h na grupę. Podczas ćwiczeń uczestnicy dodatkowo będą korzystać z drobnego sprzętu m.in. woreczki, taśmy, piłeczki itp. Przewiduje się zorganizowanie zajęć z gimnastyki na świeżym powietrzu przy wykorzystaniu istniejącej infrastruktury [miejscowe orliki, parki, itp.]. Pozwoli to na oszczędność środków. W budżecie przewidziano jednak częściowe fundusze na wynajem sali. W przypadku złej pogody umożliwi to planowe przeprowadzenie zajęć. Dodatkowo wszystkie zajęcia edukacyjne zostaną wzbogacone poprzez nagrywanie wybranych spotkań kamerą (przewiduje się nagranie przynajmniej 1 spotkania z każdego rodzaju aktywności w każdej grupie). Nagrania zostaną umieszczone na specjalnie stworzonym profilu na stronie www.youtube.com. Nagrania będą sposobem wymiany doświadczeń pomiędzy beneficjentami z różnych miejscowości (Wrocław, Strzelin, Nowa Ruda). Stworzony profil będzie służył jako platforma edukacyjna, zarówno dla beneficjentów programu, jak i dla odbiorców pośrednich.

5. integracja Ważnym aspektem w realizacji projektu jest również integracja uczestników pochodzących z różnych środowisk. Jest to kolejny etap projektu, który ma służyć wymianie doświadczeń. Na potrzeby realizacji działań integracyjnych zatrudnieni będą animatorzy, którzy odpowiedzialni będą za organizację dodatkowych zajęć animacyjnych w czasie wyjazdów. Do ich zadań będzie należeć m.in. przygotowanie zadań, zajęć w różnych formach, które mają się przyczynić do wyłonienia potencjalnych liderów. Animatorzy będą obecni na wszystkich zajęciach integracyjnych.

1. Wycieczki integracyjne Zorganizowane zostaną trzy całonocne wycieczki dla beneficjentów, odbędą się na następujących obszarach: Wrocław, Strzelin oraz Nowa Ruda. Pozwoli to na lepsze poznanie miejsca zamieszkania beneficjentów oraz atrakcji turystycznych innych regionów. Lokalni koordynatorzy we współpracy z uczestnikami miasta goszczącego podczas wizyty pozostałych beneficjentów zaprezentują infrastrukturę i ofertę dla seniorów, atrakcje turystyczne. Dodatkowo wprowadzony zostanie element integracji i animacji poprzez organizację na każdym terenie dodatkowych zajęć połączonych z poczęstunkiem. W czasie każdej wycieczki goszczący uczestnicy będą dysponowali budżetem na organizację pobytu, środki te będą mogły być przeznaczone na wstępy lub drobny poczęstunek, będzie to też dodatkowy walor na sprawdzenie umiejętności organizacyjnych potrzebnych do wyłonienia liderów.

2. W trakcie wycieczek integracyjnych uczestnicy będą udawać się w teren lub do bezpłatnie użyczonych sal na część zajęć warsztatowych, gdzie będą brać udział w warsztatach zorganizowanych przez animatorów. Spotkania w 3 miastach beneficjentów będą miały charakter edukacyjny:

- beneficjentom zostanie przekazana wiedza na temat regionu, którą potem wykorzystają w lokalnym środowisku poprzez organizację wyjazdów w gronie znajomych

- poznanie wiedzy na temat funkcjonowania klubów seniora oraz organizacji działań pro senioralnych w innych regionach. W czasie wszystkich wycieczek oraz warsztatów animacyjnych towarzyszyć będzie kamera, dzięki której przygotowana będzie relacja z tych spotkań.

Koordynatorzy poszczególnych miejscowości wraz z chętnymi beneficjentami (przynajmniej po 3 osoby z każdej miejscowości) będą mieli za zadanie w zespołach opracować materiały, które zostaną zaprezentowane w czasie spotkania podsumowującego oraz na videoblogu.

6. wykłady Wzbogaceniem oferty będą zorganizowane wykłady, których głównym celem będzie poszerzenie wiedzy dotyczącej różnych aspektów z życia codziennego seniorów. Będzie to również przygotowanie beneficjentów do samodzielnego funkcjonowania w grupach lokalnych. W wykładach zakłada się udział beneficjentów oraz wolnych słuchaczy w zależności od

możliwości sali. Pozwoli to większej liczbie osób (niż tylko zakładani beneficjenci) zdobyć wiedzę i informacje na poszczególne tematy.

1. edukacja prozdrowotna " Przygotuj się na zdrową starość" (6 spotkań po 2 godziny) celem tego działania jest zwiększenie świadomości seniorów na temat zdrowego stylu życia oraz przekazanie wiedzy i umiejętności umożliwiających odbudowanie poczucia wpływu na własne zdrowie i zdrowie najbliższych. Beneficjentom zostaną zaproponowane następujące tematy spotkań:

- Fizjologiczne zmiany następujące wraz z wiekiem. Jak utrzymać ciało w dobrej formie fizycznej?
- Zmiany w funkcjonowaniu pamięci – co jest typowym, a co niepokojącym objawem?
- Sposoby na utrzymanie umysłu w dobrej formie, przeciwdziałanie osłabieniu pamięci.
- Dieta mózgu - odżywianie dobre dla naszego zdrowia umysłowego.
- Zdrowie jest w nas - sztuka łączenia wiedzy medycznej, terapii naturalnych i mądrości ciała
- Naturalne metody wspomagania zdrowia.
- Przyzwyczajenie drugą naturą - czy w każdym wieku jest możliwe wprowadzenie zmian? Jak dokonać trwałej i dobrej zmiany?
- Jak budować dobre relacje w wieku senioralnym? Spotkania odbędą się we wszystkich miastach (Wrocław, Strzelin, Nowa Ruda).

2. akademia dostępne finanse (dwa razy po 2h) - przy współpracy z wrocławskim oddziałem Narodowego Banku Polskiego seniorom zostaną przedstawione zalety pieniądza elektronicznego. Omówione zostaną zasady bezpiecznego konta elektronicznego, bezpieczeństwa w sieci i płatności kartą.

3. edukacja prawna (2h) - na spotkaniach omówione zostaną aspekty prawne najbardziej bliskie problemom Seniorów [prawo socjalne, spadkowe, lokalowe, ubezpieczeniowe, itp.]. Na wszystkie spotkania zostaną zaproszeni specjaliści z danej dziedziny oraz goście, którzy będą dla beneficjentów wzorami do naśladowania. Fragmenty spotkań zostaną umieszczone na videoblogu.

7. wyłonienie i szkolenia liderów Podczas realizacji poprzednich etapów prowadzący, instruktorzy oraz animatorzy będą prowadzić obserwacje uczestników, potencjalnych liderów. Dodatkowo animatorzy przeprowadzą badania dotyczące roli w grupie wśród beneficjentów w celu lepszego wyłonienia liderów z każdego obszaru. Spośród uczestników projektu zamierzamy wyłonić najbardziej kreatywne i aktywne osoby, które wezmą w drugiej części projektu udział w dodatkowych szkoleniach m.in. animacyjnych, rzecznictwie, aspektach prawnych funkcjonowania organizacji pozarządowych oraz z zakresu nordic walking. W oparciu o te osoby chcemy zwiększyć zaangażowanie społeczne na obszarach mniejszych miejscowości oraz wsi. Powstanie lokalnych oddziałów przyczyni się do tego, że te osoby będą czuły się potrzebne, będą miały swoje miejsce i cele do realizacji. Dla skuteczniejszego przeprowadzenia szkoleń przyjętą formę wyjazdową (jeden nocleg - od soboty do niedzieli), gdzie wszyscy spędzą ze sobą czas, wymienią się doświadczeniami, a wykładowcom umożliwi to lepsze dotarcie do grupy. Realizacja szkoleń przewidziana jest dla 5 osób z każdego obszarów zakresie (w sumie 15 osób):

1. szkolenie animator zajęć aktywizujących (czas trwania 3h) - w programie m.in.: formy zajęć z osobami starszymi, animacja czasu wolnego seniora, nowatorskie formy aktywizacji intelektualnej, formy aktywności ruchowej osób starszych, ćwiczenia praktyczne
2. szkolenie z rzecznictwa (czas trwania 3h) - w programie m.in.: diagnozowanie potrzeb środowiska lokalnego, zasady skutecznej komunikacji, planowania i prowadzenia spotkań, planowanie współpracy z samorządem w środowisku lokalnym oraz mobilizowanie ludzi do działania.
3. szkolenie z aspektów prawnych funkcjonowania organizacji pozarządowej (czas trwania 3h) - w programie m.in.: podstawowe akty prawne, ogólna charakterystyka organizacji, obowiązki organizacji, wolontariat w organizacji
4. szkolenie na active leader nordic walking (czas trwania 4h) - w programie część wykładowa

oraz praktyczna m. in.: nabycie umiejętności podstaw prowadzenia zajęć z zakresu nordic walking, podstawowej wiedzy o technice i aspektach związanych z uprawianiem nordic walking. Po części wykładowej zostaną wybrane 2 osoby z każdego obszaru, które przejdą testy praktyczne i uzyskają certyfikat szkoły Leki Nordic Walking. Dodatkowo w czasie popołudniowej sesji odbędą się zajęcia z animatorami, którzy poprowadzą zajęcia integracyjne, będzie to okazja do wymiany zdań i poglądów na działania realizowane w projekcie, a także informacja o potrzebach jakie mają osoby starsze.

8. podsumowanie Ostatnim etapem realizacji projektu będzie jego podsumowanie.

Zrealizujemy je poprzez:

1. spotkanie podsumowujące - w grudniu zorganizowana będzie uroczystość podsumowująca realizowany projekt. Uczestnicy, prowadzący oraz goście spotkają się po raz ostatni, aby pokazać dokonania uczestników. Na gości będzie czekać przygotowany catering oraz niespodzianka dla każdego uczestnika (w postaci pamiątkowej koszulki). Spotkanie odbędzie się we Wrocławiu potrwa 3h w czasie których zostaną wręczone również dyplomy, prezentowane będą relacje z wyjazdów i wybrane materiały z videobloga. Dodatkowo będzie to czas podsumowania projektu oraz okazja do wymiany doświadczeń pomiędzy uczestnikami i organizatorami.
2. opracowanie broszur informacyjno-podsumowujących - będzie to drugie działania, w materiale podsumujemy zrealizowany projekt oraz zaprezentujemy lokalną ofertę dla seniorów. Będą tam zawarte praktyczne informacje, gdzie Seniorzy w swojej okolicy mogą znaleźć bezpłatne porady z zakresu prawa, zdrowia, sportu i rekreacji itp. Na każdy obszar zostanie przygotowana osobna broszura. Broszury zostaną przekazane uczestnikom na spotkaniu, a pozostałe prześlemy lokalnym partnerom do dystrybucji mieszkańcom.
3. Ostateczne opracowanie videobloga na portalu www.youtube.pl, na którym będą udostępniane wybrane materiały ze spotkań beneficjentów.

9. Harmonogram¹³⁾

Zadanie publiczne realizowane w okresie od 25.09.2015 do 20.12 2015		
Poszczególne działania w zakresie realizowanego zadania publicznego ¹⁴⁾	Terminy realizacji poszczególnych działań	Oferent lub inny podmiot odpowiedzialny za działanie w zakresie realizowanego zadania publicznego
1. "promocja projektu" - emisja 15 jingli promujących projekt - rozdawania ulotek [po 500 szt. na każdy obszar] - plakatowanie [po 50 szt. na obszar oraz dodatkowo po 10 szt. dużych na obszar] - reklamy prasowe [2 emisje] - artykuły na portalach internetowych - roll-up projektu - 3 szt.	25.09.2015 - 20.12.2015	Oferent
2. "koordynacja i realizacja projektu" - koordynator projektu - średnio 10h/tygodniowo - asystent ds finansowych - średnio 15 h/miesięcznie - asystent koordynatora [lokalny przedstawiciel] - średnio 4 h/tygodniowo - asystent ds. promocji - średnio 2h/tygodniowo - webmaster - średnio 2h/tygodniowo - obsługa księgową - prowadzona przez biuro rachunkowe	25.09.2015 - 20.12.2015	Oferent
3. "rekrutacja uczestników dla wszystkich obszarów" - organizacja 3 spotkań informacyjnych - rekrutacja	25.09.2015 - 15.10.2015	Oferent

150 beneficjentów projektu [w tym 50 osób z Wrocławia]		
4. "zajęcia edukacyjne" – 1. kurs komputerowy (po 30h na każdego uczestnika) – 3 grupy 2. doskonalenie pamięci (po 20h na każdego uczestnika) – 1 grupa 3. nordic walking (po 10h na każdego uczestnika) – 2 grupy 4. gimnastyka (po 10h na każdego uczestnika) – 2 grupy	25.09.2015 - 30.11.2015	Oferent
5. "wykłady" – 1. edukacja - prozdrowotna (12h na każdego uczestnika) 2. edukacja - akademia dostępne finanse (4h na każdego uczestnika) 3. edukacja - aspekty prawne (2h na każdego uczestnika)	25.09.2015 - 30.11.2015	Oferent
6. "integracja" - organizacja 3 wycieczek połączonych z dodatkowymi atrakcjami	25.09.2015 - 30.11.2015	Oferent
7. "szkolenie dla liderów" – 1. animator zajęć aktywizujących (3h) 2. rzecznictwo (3h) 3. aspekty prawne funkcjonowania organizacji pozarządowych (3h) 4. nordic walking (4h)	01.11.2015 - 30.11.2015	Oferent
8. "podsumowanie" - 1. organizacja spotkania podsumowującego projekt (udział przynajmniej 120 uczestników oraz osób realizujących projekt i zaproszonych gości), czas trwania 3h, 2. opracowanie materiału do broszur informacyjnych podsumowujących projekt oraz przedstawiających ofertę dla seniorów w poszczególnych obszarach 3. druk broszur na każdy obszar (po 250 szt. 4+8 stron)	01.12.2015 - 20.12.2015	Oferent

10. Zakładane rezultaty realizacji zadania publicznego¹⁵⁾

- wyłonienie i wyszkolenie liderów – przynajmniej 3 osób uczestniczących w szkoleniach dla liderów,
- nabycie umiejętności posługiwania się komputerem i internetem dzięki przeprowadzeniu kursu komputerowego – przynajmniej 20 uczestników kursu w wymiarze 30 godzin zajęć dla każdego uczestnika
- zwiększenie poziomu aktywności fizycznej i poprawę samopoczucia poprzez udział w zajęciach sportoworekreacyjnych (nordic walking, zajęcia z gimnastyki) – przynajmniej 10 uczestników zajęć (10h zajęć nordic walking dla każdego uczestnika, 10h gimnastyki dla każdego uczestnika)
- zwiększenie zdolności zapamiętywania poprzez udział w zajęciach z doskonalenia pamięci – przynajmniej 15 uczestników kursu w wymiarze 20 godzin zajęć dla każdego uczestnika
- wzrost integracji między uczestnikami projektu i powstanie sieci kontaktów - 100 uczestników
- wzrost świadomości dotyczącej walorów turystyki lokalnej - 100 uczestników 3 wycieczek do poszczególnych obszarów
- zwiększenie świadomości uczestników z zakresu wiedzy prozdrowotnej, prawnej oraz elektronicznego pieniądza - średnio do 50 uczestników na wykładach prozdrowotnych oraz przynajmniej 80 uczestników z tematów (edukacja prawna, elektroniczny pieniądz)

IV. Kalkulacja przewidywanych kosztów realizacji zadania publicznego

1. Kosztorys ze względu na rodzaj kosztów:

Lp.	Rodzaj kosztów ¹⁶⁾	Ilość jednostek	Koszt jednostkowy (w zł)	Rodzaj miary	Koszt całkowity (w zł)	z tego do pokrycia z wnioskowanej dotacji (w zł)	z tego z finansowych środków własnych, środków z innych źródeł, w tym wpłat i opłat adresatów zadania publicznego ¹⁷⁾ (w zł)	Koszt do pokrycia z wkładu osobowego, w tym pracy społecznej członków i świadczeń wolontariuszy (w zł)
I Koszty merytoryczne¹⁸⁾ po stronie FAN¹⁹⁾:								
	1. kurs komputerowy: wynagrodzenie prowadzącego	90	65	Godzina	5850	0	5850	0
	2. kurs komputerowy: wynajem Sali	90	25	Godzina	2250	0	2250	0
	4. kurs komputerowy: materiały dydaktyczne	30	30	Osoba	900	0	900	0
	5. trening pamięci: wynagrodzenie trenera	60	100	Godzina	6000	390	5610	0
	5. trening pamięci: wynajem sali	60	20	Godzina	1200	400	800	0
	6. trening pamięci: materiały dydaktyczne na zajęcia doskonalenia pamięci	1	600	zadanie	600	0	600	0
	7. nordic walking: wynagrodzenie instruktora	20	60	Godzina	1200	0	1200	0
	8. nordic walking: wynagrodzenie pomocnika instruktora nordic walking	20	45	Godzina	900	0	0	900
	9. gimnastyka: wynagrodzenie osoby prowadzącej	30	60	Godzina	1800	0	1800	0
	10. gimnastyka: wynajem Sali	30	25	Godzina	750	0	750	0
	11. gimnastyka: sprzęt do ćwiczeń (taśmy, woreczki, piłki itp.)	1	600	zadanie	600	0	600	0
	12. integracja: transport [ryczałt z uwagi na zbyt małą liczbę km]	2	750	Wyjazd	1500	0	1500	0
	13. integracja: wynagrodzenie animatorów	3	250	Osoba	750	250	250	250
	14. integracja: środki przeznaczona na pobyt uczest. (bilety wstępu, poczęstunek itp.)	1	1200	Wyjazd	1200	0	1200	0
	15. wykłady: wynagrodzenie osoby	14	100	Godzina	1400	400	1000	0
	16. wykłady: wynajem sal	2	100	Godzina	200	0	200	0
	17. szkolenie liderów: transport uczest. [ryczałt z uwagi na zbyt małą liczbę km]	1	500	Wyjazd	500	0	500	0
	18. szkolenie liderów: zakwaterowanie i wyżywienie	5	125	Osoba	625	0	625	0
	19. szkolenie liderów: wynagrodzenie osoby prowadzącej szkolenie animacyjne	3	100	Godzina	300	0	300	0
	20. szkolenie liderów: wynagrodzenie osoby prowadzącej szkolenie z rzecznictwa	3	100	Godzina	300	0	300	0
	21. szkolenie liderów: wynagrodzenie osoby prowadzącej szkolenie z aspektów prawnych	3	150	Godzina	450	0	450	0

	22. szkolenie liderów: wynagrodzenie osoby prowadzącej szkolenie na active leader	4	100	Godzina	400	0	400	0
	23. szkolenie liderów: wynajem sal	12	50	Godzina	600	0	600	0
	24. podsumowanie: pamiątkowe koszulki dla każdego uczestnika	150	13	Osoba	1950	75	1875	0
	25. podsumowanie: catering	150	18	Osoba	2 700	0	2 700	0
	26. podsumowanie: wynajem Sali	3	300	Godzina	900	0	900	0
	27. podsumowanie: dyplomy	50	2,5	Osoba	125	0	125	0
	28. podsumowanie: prowadzący podsumowanie	1	150	Osoba	150	0	150	0
	29. wykłady: osoba wspierająca wykłady	14	75	Wykład	1050	0	0	1050
	30. szkolenie liderów: certyfikat levi active leader nordic walking	2	50	Osoba	100	100	0	0
II	Koszty obsługi²⁰⁾ zadania publicznego, w tym koszty administracyjne po stronie FNA¹⁹⁾:							
	1. koordynator projektu	1	2112,96	Zadanie	2 112,96	0	2 112,96	0
	2. obsługa finansowo-księgową: asystent ds. finansowych	1	452,78	Zadanie	452,78	100	352,78	0
	3. obsługa finansowo-księgową: obsługa księgową	1	600	Zadanie	600	0	600	0
	5. asystent ds. kanałów informacyjnych (strona www, facebook)	1	600	zadanie	600	500	100	0
	6. usługi telekomunikacyjne [telefon, internet]	1	300	Zadanie	300	0	300	0
	7. wynajem lokalu + media	1	300	zadanie	300	0	300	0
	8. materiały biurowe	1	300	Zadanie	300	0	300	0
III	Inne koszty, w tym koszty wyposażenia i promocji po stronie FAN¹⁹⁾:							
	1. roll-up	1	250	Szt	250,00	250	0,00	0
	2. przygotowanie broszur informacyjnych	1	1250	dzieło	1250,00	0	1250,00	0
	3. broszury informacyjne [250 szt., A5, 4+8]	3	557,56	kpl	1672,68	0	1672,68	0
IV	Ogółem:				45 088,42 zł	2 465,00 zł	40 423,43 zł	2 200,00 zł

2. Przewidywane źródła finansowania zadania publicznego

1	Wnioskowana kwota dotacji	2 465,00 zł	5,47 %
2	Środki finansowe własne ¹⁷⁾	0,00 zł	0,00 %
3	Środki finansowe z innych źródeł ogółem (środki finansowe wymienione w pkt. 3.1-3.3) ¹¹⁾	40 423,43 zł	89,65 %
3.1	wpłaty i opłaty adresatów zadania publicznego ¹⁷⁾	0,00 zł	0,00 %
3.2	środki finansowe z innych źródeł publicznych (w szczególności: dotacje z budżetu państwa lub budżetu jednostki samorządu terytorialnego, funduszy celowych, środki z funduszy strukturalnych) ¹⁷⁾	40 423,43 zł	89,65 %
3.3	pozostałe ¹⁷⁾	0,00 zł	0,00 %
4	Wkład osobowy (w tym świadczenia wolontariuszy i praca społeczna członków)	2 200,00 zł	4,88 %
5	Ogółem (środki wymienione w pkt 1- 4)	45 088,42 zł	100,00 %

3. Finansowe środki z innych źródeł publicznych²¹⁾

Nazwa organu administracji publicznej lub innej jednostki sektora finansów publicznych	Kwota środków (w zł)	Informacja o tym, czy wniosek (oferta) o przyznanie środków został (-a) rozpatrzony(-a) pozytywnie, czy też nie został(-a) jeszcze rozpatrzony(-a)	Termin rozpatrzenia – w przypadku wniosków (ofert) nierozpatrzonych do czasu złożenia niniejszej oferty
Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej	40 423,42	TAK/NIE ¹⁾	-----

Uwagi, które mogą mieć znaczenie przy ocenie kosztorysu:

Grupy zajęciowe: komputery – 3 grupy, nordic walking – 2 grupy, gimnastyka – 2 grupy, doskonalenie pamięci – 1 grupa
Całość dotacji z Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej wynosi 112 996,97 zł w ramach realizowanej części dla Wrocławia w okresie objętym projektem kwota dotacji wyniesie ok. 35 363,42 zł.

V. Inne wybrane informacje dotyczące zadania publicznego

1. Zasoby kadrowe przewidywane do wykorzystania przy realizacji zadania publicznego²²⁾

- osoba o dużym doświadczeniu w realizacji projektów dotowanych z różnych źródeł, obyta w sprawach formalnych prowadzenia projektów i stosownej dokumentacji projektowej. Ukończonych wiele kursów związanych z zarządzaniem projektem, czasem i ludźmi. W dotychczasowej pracy prowadziła projekty finansowane z różnych źródeł w tym ministerialnych - koordynacja i nadzór projektu, odpowiedzialna za pozyskiwanie partnerów, kadre, rekrutację, ewaluację oraz zakupy

- absolwent Politechniki Wrocławskiej na wydziale Informatyki i Zarządzania, dyrektor zarządzający Stowarzyszenia, odpowiedzialny za sprawy budżetowe, płatności i współpracę z biurem rachunkowym. Wieloletnie doświadczenie w koordynacji i zarządzaniu projektami, ukończonych wiele kursów związanych z zarządzaniem projektem, budżetem, czasem i ludźmi, specjalista od spraw promocji i marketingu w organizacjach, prowadził wiele szkoleń dotyczących pozyskiwania funduszy, promocji NGO, współpracy międzysektorowej i inne - zadania realizowane: asystent ds. finansowych, szkolenie dla liderów z zakresu aspektów prawnych funkcjonowania organizacji pozarządowych

- doświadczeni instruktorzy NW, absolwenci Akademii Wychowania Fizycznego - odpowiedzialni za realizację projektów związanych z popularyzacją nordic walking, prowadzący zajęcia i sędziujący w czasie różnych zawodów w całej Polsce, autorzy przewodnika - Nordic Walking, spacer który leczy. Wśród nich m.in. drużynowy Mistrz Świata z 2010 roku, medalista Mistrzostw Polski 2010 i 2011 - odpowiedzialni za przeprowadzenie zajęć z zakresu techniki nordic walking

- certyfikowany trener technik zapamiętywania Szkoły Pamięci SPW od roku 2003. Od 2004 r. prowadzi treningi pamięci m.in. dla seniorów i wciąż pracuję nad udoskonaleniem zajęć, odkrywa w treningu pamięci nowe możliwości. Wśród osiągnięć związanych z trenerstwem należy wymienić sukcesy uczestników kursów (2gie i 3cie miejsce w Ogólnopolskich Mistrzostwach Zapamiętywania, lepsze oceny na szkolnych świadectwach) - odpowiedzialna za przeprowadzenie zajęć z treningu pamięci

2. Zasoby rzeczowe oferenta/oferentów³⁾ przewidywane do wykorzystania przy realizacji zadania²³⁾

- lokal przystosowany do osób niepełnosprawnych
- sprzęt komputerowy [laptop, komputer stacjonarny] potrzebny do realizacji procesu rekrutacji
- projektor multimedialny
- drukarka wielofunkcyjna
- serwer pocztowy oraz www, na którym znajduje się strona internetowa
- zestaw mikrofonowy
- kijki do nordic walking
- drobny sprzęt sportowy [piłki, pachołki, znaczniki itp.]

3. Dotychczasowe doświadczenia w realizacji zadań publicznych podobnego rodzaju (ze wskazaniem, które z tych zadań realizowane były we współpracy z administracją publiczną).

Stowarzyszenie Promocji Sportu FAN działa od 2005 roku, w swojej dotychczasowej działalności realizowała wiele różnych zadań własnych oraz zleczonych przez administrację publiczną. W ostatnich latach występuje dynamiczny rozwój organizacji, przedstawiciele Zarządu oraz pracownicy biorą udział w szkoleniach związanych z profesjonalizacją trzeciego sektora m.in. doradztwo zindywidualizowane oraz standaryzacja działalności wrocławskiego sektora pozarządowego (wdrożono standardy dotyczące aspektów prawnych oraz finansowo-księgowych). W 2013 roku obroty wyniosły blisko 450000 zł według badań aktywności obywatelskiej "Polskie Organizacje Pozarządowe 2012", 18% organizacji posiadała w 2011 roku budżet na poziomie od 100 tys. zł. do 1 mln zł.

W ramach zadań zleczonych przez administrację publiczną realizowaliśmy dla:

Gminy Wrocław:

1. Klub Aktywnego Seniora projekt realizowany w latach 2010-2014, uzyskiwane dotacje: 2010 - 15000 zł, 2011 - 15000 zł, 2012 - 20000 zł, 2013 - 18530 zł, 2014 - 18500 zł. Zadanie polega na organizacji działań w ramach aktywizacji Seniorów
2. Mistrzostwa Wrocławia NW projekt realizowany w latach 2011-2015, uzyskiwane dotacje: 2011 - 10000 zł, 2012 - 35000 zł, 2013 - 30000 zł, 2014 - 30000 zł, 2015 - 35000 zł organizacja zawodów o puchar prezydenta, w imprezie bierze udział prawie 500 uczestników.

Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej:

1. Aktywne życie zaczyna się po 60-ce projekt realizowany w 2013 roku, dotacja 117666 zł program obejmował 90 seniorów z trzech obszarów Dolnego Śląska (Wrocław, Mietków, Nowa Ruda), w ramach projektu seniorzy mieli okazję do integracji i podnoszenia swoich kwalifikacji oraz poprawy sprawności fizycznej, koszt całkowity zadania ponad 140 000 zł

Ministerstwo Sportu i Turystyki:

1. Narty biegowe sposobem na zimową nudę projekt realizowany w 2012 roku, dotacja 30000 zł program obejmował 90 dzieci z terenu aglomeracji wrocławskiej, w ramach projektu dzieci miały okazję do integracji i podnoszenia swoich kwalifikacji w zakresie narciarstwa biegowego oraz poprawy sprawności fizycznej.

Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego:

1. Konkurs na najlepszą organizację pozarządową na Dolnym Śląsku z Dolne NGO zadanie polegające na przeprowadzeniu konkursu na najlepszą organizację pozarządową na Dolnym Śląsku dotacja 13854 zł
2. Nordic Walking, spacer który leczy projekt realizowany w 2009 roku, dotacja 6000 zł program obejmował opracowanie i publikację praktycznego przewodnika dotyczącego prawidłowej techniki nordic walking oraz opracowania tras dedykowanych tej formie aktywności.

Stowarzyszenie również realizowało otwarte imprezy sportowo-rekreacyjne jak:

1. Siatkarskie Mikołajki w latach 2005-2009
 2. Festyn z okazji Dnia Dziecka w 2008
- W 2013 roku zostaliśmy laureatem plebiscytu z Dolne NGO na najlepszą organizację pozarządową na Dolnym Śląsku działająca w obszarze aktywizacji osób starszych.

4. Informacja, czy oferent/~~oferenci~~¹⁾ przewiduje(-ą) zlecać realizację zadania publicznego w trybie, o którym mowa w art. 16 ust. 7 ustawy dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

NIE PRZEWIDUJEMY

Oświadczam (-y), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne w całości mieści się w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta/~~oferentów~~¹⁾;
- 2) w ramach składanej oferty przewidujemy ~~pobieranie~~/niepobieranie¹⁾ opłat od adresatów zadania;
- 3) oferent/~~oferenci~~¹⁾ jest/~~są~~¹⁾ związany(-ni) niniejszą ofertą do dnia 20 grudnia 2015;
- 4) w zakresie związanym z otwartym konkursem ofert, w tym z gromadzeniem, przetwarzaniem i przekazywaniem danych osobowych, a także wprowadzaniem ich do systemów informatycznych, osoby, których te dane dotyczą, złożyły stosowne oświadczenia zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926, z późn. zm.);

- 5) oferent/~~oferenci~~¹⁾ składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)/zalega(-ją)¹⁾ z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych/składek na ubezpieczenia społeczne¹⁾;
- 6) dane określone w części I niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym/właściwą ewidencją¹⁾;
- 7) wszystkie podane w ofercie oraz załącznikach informacje są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym.



PREZES ZARZĄDU

Jołanta Ułowska

(podpis osoby upoważnionej
lub podpisy osób upoważnionych
do składania oświadczeń woli w imieniu
oferenta/~~oferentów~~¹⁾)

Data..... 11.09.2015

Załączniki:

1. Kopia aktualnego odpisu z Krajowego Rejestru Sądowego, innego rejestru lub ewidencji²⁴⁾
2. W przypadku wyboru innego sposobu reprezentacji podmiotów składających ofertę wspólną niż wynikający z Krajowego Rejestru Sądowego lub innego właściwego rejestru - dokument potwierdzający upoważnienie do działania w imieniu oferenta(-ów).

Poświadczenie złożenia oferty²⁵⁾

Adnotacje urzędowe²⁵⁾

¹⁾ Niepotrzebne skreślić.

²⁾ Rodzajem zadania jest jedno lub więcej zadań publicznych określonych w art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

³⁾ Każdy z oferentów składających ofertę wspólną przedstawia swoje dane. Kolejni oferenci dołączają właściwe pola.

⁴⁾ Forma prawna oznacza formę działalności organizacji pozarządowej, podmiotu, jednostki organizacyjnej określoną na podstawie obowiązujących przepisów, w szczególności stowarzyszenie i fundacje, osoby prawne i jednostki organizacyjne działające na podstawie przepisów o stosunku Państwa do Kościoła Katolickiego w Rzeczypospolitej Polskiej, o stosunku Państwa do innych kościołów i związków wyznaniowych oraz o gwarancjach wolności sumienia i wyznania, jeżeli ich cele statutowe obejmują prowadzenie działalności pożytku publicznego, uczniowskie kluby sportowe, ochotnicze straże pożarne oraz inne. Należy zaznaczyć odpowiednią formę lub wpisać inną.

⁵⁾ Podać nazwę właściwego rejestru lub ewidencji.

⁶⁾ W zależności od tego, w jaki sposób organizacja lub podmiot powstał.

⁷⁾ Osiedle, sołectwo lub inna jednostka pomocnicza. Wypełnienie nie obowiązkowe. Należy wypełnić jeżeli zadanie publiczne proponowane do realizacji ma być realizowane w obrębie danej jednostki.

⁸⁾ Nie wypełniać w przypadku miasta stołecznego Warszawy.

⁹⁾ Dotyczy oddziałów terenowych, placówek i innych jednostek organizacyjnych oferenta. Należy wypełnić jeśli zadanie ma być realizowane w obrębie danej jednostki organizacyjnej.

¹⁰⁾ Należy określić czy podstawą są zasady określone w statucie, pełnomocnictwo, prokura czy też inna podstawa. Dotyczy tylko oferty wspólnej.

¹¹⁾ Wypełnić tylko w przypadku ubiegania się o dofinansowanie inwestycji.

¹²⁾ Opis musi być spójny z harmonogramem i kosztorysem. W przypadku oferty wspólnej – należy wskazać dokładny podział działań w ramach realizacji zadania publicznego między składającymi ofertę wspólną.

¹³⁾ W harmonogramie należy podać terminy rozpoczęcia i zakończenia poszczególnych działań oraz liczbowe określenie skali działań planowanych przy realizacji zadania publicznego (tzn. miar adekwatnych dla danego zadania publicznego, np. liczba świadczeń udzielanych tygodniowo, miesięcznie, liczba adresatów).

¹⁴⁾ Opis zgodny z kosztorysem.

¹⁵⁾ Należy opisać zakładane rezultaty zadania publicznego – czy będą trwałe oraz w jakim stopniu realizacja zadania

przyczyni się do rozwiązania problemu społecznego lub złagodzi jego negatywne skutki.

¹⁶⁾ Należy uwzględnić wszystkie planowane koszty, w szczególności zakupu usług, zakupu rzeczy, wynagrodzeń.

¹⁷⁾ Dotyczy jedynie wspierania zadania publicznego.

¹⁸⁾ Należy wpisać koszty bezpośrednio związane z celem realizowanego zadania publicznego.

¹⁹⁾ W przypadku oferty wspólnej kolejni oferenci dołączają do tabeli informację o swoich kosztach.

²⁰⁾ Należy wpisać koszty związane z obsługą i administracją realizowanego zadania, które związane są z wykonywaniem działań o charakterze administracyjnym, nadzorczym i kontrolnym, w tym obsługą finansową i prawną projektu.

²¹⁾ Wypełnienie fakultatywne – umożliwia zawarcie w umowie postanowienia, o którym mowa w § 16 ramowego wzoru umowy, stanowiącego załącznik nr 2 do rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia w sprawie wzoru oferty i ramowego wzoru umowy dotyczących realizacji zadania publicznego oraz wzoru sprawozdania z wykonania tego zadania. Dotyczy jedynie oferty wspierania realizacji zadania publicznego.

²²⁾ Informacje o kwalifikacjach osób, które będą zatrudnione przy realizacji zadania publicznego, oraz o kwalifikacjach wolontariuszy. W przypadku oferty wspólnej należy przyporządkować zasoby kadrowe do dysponujących nimi oferentów.

²³⁾ Np. lokal, sprzęt, materiały. W przypadku oferty wspólnej należy przyporządkować zasoby rzeczowe do dysponujących nimi oferentów.

²⁴⁾ Odpis musi być zgodny z aktualnym stanem faktycznym i prawnym, niezależnie od tego, kiedy został wydany.

²⁵⁾ Wypełnia organ administracji publicznej.