

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 adresowana jest oferta	Prezydent Miasta Płocka
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	Wspierania i upowszechniania 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 email, numer telefonu	Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku im. Janiny Czaplickiej 09-402 Płock pl. Dąbrowskiego 2 Forma prawna: stowarzyszenie KRS 0000226736		
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Ewa Pietrzak, 600836016 , ewa_pietrzak@wp.pl		

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Aktywny senior - gimnastyka dla seniorów			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	2026-10-06	Data zakończenia	2026-12-15

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

Zadanie będzie obejmowało przeprowadzenie 30 godzin zajęć gimnastycznych dla osób w wieku 60+, w tym:

- 10 godzin zajęć gimnastycznych dla dwóch grup (Grupa I, Grupa II), łącznie 20 godzin zajęć gimnastycznych; w każdej grupie w zajęciach gimnastycznych będzie uczestniczyć 12 seniorów, łącznie w zajęciach gimnastycznych będzie uczestniczyć 24 seniorów

- 5 godzin zajęć gimnastycznych dla dwóch grup (Grupa III, Grupa IV), łącznie 10 godzin zajęć gimnastycznych; w każdej grupie w zajęciach gimnastycznych będzie uczestniczyć 12 seniorów, łącznie w zajęciach gimnastycznych będzie uczestniczyć 24 seniorów.

Łącznie w czterech grupach w zajęciach gimnastycznych będzie uczestniczyło 48 seniorów.

Zajęcia gimnastyczne będą odbywały się raz w tygodniu w Klubie Seniora "Aktywny Senior" na Osiedlu Podolszyce Południe ul. Czwartaków 4. Pomieszczenia Klubu Seniora na prowadzenie zajęć zostaną udostępnione bezpłatnie.

Seniorom uczestniczącym w zajęciach zostanie udostępniony odpowiedni sprzęt do ćwiczeń, między innymi maty, piłki,

ciężarki, taśmy.

W zajęciach będzie uczestniczyło 48 seniorów (osoby w wieku 60+), mieszkańców miasta Płocka, w szczególności Osiedli: Podolszyce Południe, Podolszyce Północ i Zielony Jar.

Celem prowadzenia zajęć gimnastycznych jest poprawa sprawności fizycznej osób starszych, co zdecydowanie wpływa na jakość ich życia. Zajęcia gimnastyczne umożliwiają zachowanie niezależności, samodzielności nie tylko w wykonywaniu czynności domowych, ale także umożliwiają aktywne uczestnictwo w życiu społecznym.

Wyćwiczone ciało zapobiega upadkom, podnosi siłę nóg, zapewnia równowagę. Gimnastyka obniża ciśnienie, poprawia wrażliwość na insulinę i reguluje sen, lepiej dotlenia mózg.

Zajęcia gimnastyczne poprowadzi wykwalifikowany trener z wieloletnim doświadczeniem.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Zajęcia gimnastyczne	30 godzin	Listy obecność, dokumentacja fotograficzna

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

Stowarzyszenie Uniwersytetu Trzeciego Wieku im. Janiny Czaplickiej działa od 22 lat. Od wielu lat realizuje szereg przedsięwzięć na rzecz seniorów w celu zwiększenia ich aktywności fizycznej, w tym prowadzi zajęcia gimnastyczne, które poprawiają sprawność fizyczną seniorów, a także mentalną.

Stowarzyszenie od maja 2026 r. prowadzi Klub Seniora na Osiedlu Podolszyce Południe w partnerstwie ze Stowarzyszeniem Nowoczesna i Innowacyjna Edukacja. W Klubie są prowadzone różnego rodzaju zajęcia ruchowe, między innymi z gimnastyki rehabilitacyjnej.

Pomieszczenie Klubu Seniora zostanie udostępnione nieodpłatnie na prowadzenie zajęć gimnastycznych.

Członkowie Stowarzyszenia będą uczestniczyli społecznie w realizacji zadania: organizacja zajęć gimnastycznych, przygotowanie dokumentacji fotograficznej z zajęć gimnastycznych, obsługa księgowa zadania.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Przeprowadzenie 30 godzin zajęć gimnastycznych ogólnorozwojowych	4 200,00 zł		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		4 200,00 zł	4 200,00 zł	0,00 zł

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*/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.

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

Data: 2026-08-08 08:30:55

Przypisy

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 2024 r. poz. 1491, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

