



## 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 Leszna
2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>	Pomocy społecznej, w tym pomocy rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywania szans tych rodzin i osób

**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	
<p><b>Stowarzyszenie "Wygraj Siebie"</b> 64-100 Leszno ul. Por. Wacława Andrzejewskiego 8a/5</p> <p>Forma prawna: stowarzyszenie KRS 0000427837</p>	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Teresa Rękosiewicz tel.691956717 64-100 Leszno ul. Por. Wacława Andrzejewskiego 8a/5

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Wakacyjne poranki z jogą 2022			
2. Termin realizacji zadania publicznego <sup>2)</sup>	Data rozpoczęcia	2022-06-20	Data zakończenia	2022-08-05

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

Zadanie "Wakacyjne poranki z jogą 2022" realizowane będzie w Lesznie na stadionie lekkoatletycznym MOSiR-u. Zajęcia będą się odbywały w każdą niedzielę lipca 3,10,17,24,31 w godz. od 9.00 do 10.00. Prowadzić będzie instruktorka jogi. Ilość osób uczestniczących w zajęciach ok. 100 osób na każdym spotkaniu.

Zadanie wychodzi naprzeciw rosnącemu zapotrzebowaniu na podnoszenie poziomu aktywności ruchowej wśród mieszkańców Leszna dzieci, młodzieży, osób dorosłych, seniorów, w tym osób z niepełnosprawnościami w każdej grupie wiekowej. Człowiek pozbawiony aktywności ruchowej staje się zmęczony, osłabiony, niechętny, by podejmować jakiegokolwiek zadania wymagające wysiłku umysłowego. Zadanie jest działaniem o charakterze sportowo profilaktycznym promującym aktywną prozdrowotną formę spędzania czasu, kształceniem nawyku dbania o kondycję fizyczną przez mieszkańców Leszna. Ćwiczenia wykonywane w czasie zajęć będą zrównoważone tak, aby każdy z uczestników nie miał trudności z ich wykonaniem.

Joga jako system ćwiczeń narodziła się przed tysiącami lat i cieszy się niesłabnącą popularnością. W pierwszej kolejności ćwiczenia zdrowotne jogi uruchamiają naturalne zdolności organizmu człowieka do samoleczenia, autoregulacji i kompensacji. Dzieje się to poprzez narządy wewnętrzne i układy w tym na największy – układ nerwowy. Dzięki temu zaburzone funkcje organizmu są regulowane, następnie w wyniku regularnych ćwiczeń utrzymywane na optymalnym poziomie. Joga kładzie nacisk na precyzję ruchów, które nie obciążają nadmiernie organizmu. Joga uczy relaksacji, pracy z oddechem, koordynacji ruchów, wytrzymałości fizycznej i psychicznej, rozładowania napięć emocjonalnych, zawiera elementy psychoterapii oraz ćwiczenia etyczne. W jodze nie ma rywalizacji między uprawiającymi, ale pokonywanie własnych słabości. Joga posiada znaczące walory zdrowotne i estetyczne, ujędrnia i modeluje ciało. Uczestnictwo w zajęciach daje mieszkańcom Leszna możliwość skorzystania z profesjonalnych i bezpłatnych zajęć z instruktorką jogi. Spotkania będą przebiegały z obowiązującymi przepisami sanitarnymi. Uczestnicy ćwiczyć będą na własnych matach, zostaną poproszeni o zastosowanie nakrycia głowy, organizator zapewni wodę do picia. Do uczestników zadania dotrzemy bezpośrednio, przez informację na portalach społecznościowych, przez lokalne media, stronie Miasta Leszna, Leszczyńskie NGO. Partnerami w realizowanym zadaniu jest Miasto Leszno, Prezydent Miasta Leszna przyjął patronat honorowy nad wydarzeniem / Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie / Wydział Kultury i Sportu, MOSiR i Leszczyńskie NGO.

#### 4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Przeprowadzenie dla mieszkańców Leszna zajęć z praktykowania jogi	5 spotkań / obecność ok. 100 osób na każdym spotkaniu	Dokumentacja fotograficzna
Zwiększenie wiedzy uczestników na temat jogi oraz zwiększenie zainteresowania zdrowym stylem życia poprzez udział w uprawianiu jogi. Trwałość osiągnięta przez wyrobienie nawyku systematycznej gimnastyki.	80% uczestników	Obserwacje, swobodne rozmowy (informacja/raport zawarta w sprawozdaniu).
Zwiększenie świadomości o korzyściach wynikających z uczestnictwa w projekcie. Trwałość zapewniona przez uczestnictwo we wspólnych spotkaniach.	80% uczestników	Obserwacje, swobodne rozmowy (informacja/raport zawarta w sprawozdaniu).

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

Zadanie "Wakacyjne poranki z joga 2022" realizowane są po raz dziewiąty. Tradycją jest, że odbywają się w lipcu na stadionie lekkoatletycznym MOSiR Leszno.

W ramach projektu „Wakacyjne poranki z jogą 2018 ” z mieszkańcami Leszna ustanowiono Rekord Polski w kategorii Największa Lekcja Jogi.

- Osoby odpowiedzialne za realizację zadania: koordynator, instruktorka jogi.
- Stowarzyszenie posiada polisę która zawiera ubezpieczenie od nieszczęśliwych wypadków osób uczestniczących w zajęciach realizowanych przez Stowarzyszenie.
- Koordynatorem realizowanego zadania będzie członek stowarzyszenia wymiennie, wykonujący swoją pracę w ramach wolontariatu ( odpowiedzialny za realizację zadania zgodnie z zapisem w projekcie i umowie o dofinansowaniu, za promocję projektu, przygotowanie spotkań , wykonanie sprawozdania z realizacji zadania) .
- Doświadczenie oferenta to realizacja zadań prozdrowotnych o podobnym charakterze tj. taj chi, gimnastyka dla serca, fitness mózgu oraz taniec sceniczny i uliczny.

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Wynagrodzenie instruktorki jogi (5 spotkań x 1 godz.)	1 250,00 zł		
2	Koszt zakupu wody do picia dla uczestników	250,00 zł		
3	Koszt zakupu sprzętu do nagłośnienia	500,00 zł		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>2 000,00 zł</b>	<b>2 000,00 zł</b>	<b>0,00 zł</b>

## 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(-ja)/zalega(-ją)<sup>1)</sup> z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
4. oferent/oferenci składający niniejszą ofertę nie zalega(-ja)/zalega(-ją)<sup>1)</sup> 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.

### PREZESKA ZARZĄDU

*Teresa Rekosiewicz*

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

### WICEPREZES ZARZĄDU

*Karol Solnicki*  
Karol Solnicki

*04.06.2022*

#### 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 2018 r. poz. 450, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.