

# 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 lub w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np. "pobieranie\*/niepobieranie\*" oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: "pobieranie\*/niepobieranie\*".

## I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta</b>	Urząd Miasta Stołecznego Warszawy
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	32) przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym

## II. Dane oferenta(-tów)

<b>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</b>	
Nazwa: <b>Uczniowski Klub Sportowy "La Basket"</b> , Forma prawna: <b>Stowarzyszenie Kultury Fizycznej</b> , Ewidencja uczniowskich klubów sportowych: <b>187</b> , Kod pocztowy: <b>03-254</b> , Poczta: <b>WARSZAWA</b> , Miejscowość: <b>WARSZAWA</b> , Ulica: <b>TURMONCKA</b> , Numer posesji: <b>2</b> , Województwo: <b>mazowieckie</b> , Powiat: <b>Warszawa</b> , Gmina: <b>Targówek (dzielnica)</b> , Strona www: <b>www.labasket.waw.pl</b> , Adres e-mail: <b>labasket@interia.eu</b> , Numer telefonu: <b>505064433</b> ,	
<b>Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta</b>	
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)</b>	<b>Magdalena Rudzińska</b> <b>Adres e-mail: lbw.mentalnie@gmail.com Telefon: 787898745</b>

## III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

<b>1. Tytuł zadania publicznego</b>	wspieraMY - wakacyjny projekt przeciwdziałania uzależnieniom i patologiom społecznym			
<b>2. Termin realizacji zadania<sup>2)</sup></b>	Data rozpoczęcia	01.07.2026	Data zakończenia	31.08.2026

<b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>
---

## Opis zadania

wspieraMY - wakacyjny projekt przeciwdziałania uzależnieniom i patologiom społecznym to kompleksowy program sportowo - psychoedukacyjny skierowany do młodych sportowców w wieku 8-16 lat, którego celem jest wzmocnienie odporności psychicznej i społecznej poprzez działania profilaktyczne, przeciwdziałanie uzależnieniom, zachowaniom ryzykownym i patologiom społecznym oraz kształtowanie postaw fair play zarówno na boisku, jak i poza nim.

Działania obejmują cykl 10 warsztatów stacjonarnych i zajęć sportowych dla zawodników drużyn koszykarskich. Projekt oparty jest na dotychczasowych doświadczeniach, obserwacji młodzieży zrzeszonej w klubie, aktualnych wynikach badań naukowych, z zakresu psychologii rozwojowej, pedagogiki, psychologii sportu i psychoedukacji. Wykorzystane zostaną metody angażujące uczestników, zachęcające do refleksji i wdrażania praktycznych rozwiązań w codziennym życiu, zarówno w środowisku domowym, jak i sportowym. Całość oparta jest na założeniach psychologii pozytywnej.

Cel główny programu:

Wzmocnienie odporności psychicznej i społecznej młodych sportowców poprzez działania profilaktyczne, przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym, a także przemocy oraz budowanie postaw fair play poza boiskiem.

Cele szczegółowe programu:

- Wzmocnienie odporności psychicznej dzieci i młodzieży poprzez rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem, presją rówieśniczą, porażką oraz trudnymi emocjami pojawiającymi się w życiu codziennym i sporcie.
- Zwiększenie wiedzy uczestników na temat uzależnień behawioralnych i substancyjnych oraz mechanizmów prowadzących do zachowań ryzykownych i patologii społecznych.
- Kształtowanie umiejętności rozpoznawania i wyrażania emocji w sposób bezpieczny i społecznie akceptowany, z poszanowaniem własnych granic oraz granic innych osób.
- Rozwijanie kompetencji społecznych uczestników, w szczególności umiejętności współpracy, komunikacji, rozwiązywania konfliktów oraz budowania wspierających relacji rówieśniczych.
- Promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia jako alternatywy dla zachowań ryzykownych, uzależnień oraz destrukcyjnych sposobów radzenia sobie z napięciem emocjonalnym.
- Wzmocnienie postaw fair play, odpowiedzialności, szacunku i empatii zarówno w środowisku sportowym, jak i poza nim.
- Rozwijanie poczucia własnej wartości, sprawczości i motywacji wewnętrznej uczestników poprzez angażowanie ich w działania sportowe i psychoedukacyjne.
- Budowanie świadomości wpływu mediów społecznościowych, grup rówieśniczych oraz otoczenia na podejmowane decyzje i zachowania młodych ludzi.
- Wspieranie uczestników w rozwijaniu umiejętności podejmowania świadomych i odpowiedzialnych decyzji w sytuacjach trudnych oraz związanych z presją społeczną.
- Tworzenie bezpiecznej przestrzeni do rozmowy, integracji i wymiany doświadczeń pomiędzy młodymi sportowcami, trenerami oraz prowadzącymi zajęcia.

Zakres działań:

Warsztaty stacjonarne – cykl 10 warsztatów stacjonarnych i zajęć sportowych dla zawodników drużyn koszykarskich.

Grupa docelowa: dzieci i młodzież w wieku 8-16 lat, młodzi sportowcy.

Forma: zajęcia sportowe na hali sportowej, zajęcia z elementami dyskusji, ćwiczeń i pracy w podgrupach.

Czas trwania pojedynczych zajęć: 60 minut zajęć sportowych i 60 minut warsztatów

Schemat zajęć:

- Zajęcia sportowe
- Wprowadzenie do tematu
- Część merytoryczna (prezentacja, rozmowa, przykłady)
- Część praktyczna (ćwiczenia, symulacje, gry edukacyjne)
- Podsumowanie i wnioski
- Zadanie domowe / wyzwanie sportowe

Przykładowe tematy warsztatów dla dzieci (8–16 lat)

- Emocje pod kontrolą – jak rozpoznawać i radzić sobie z trudnymi emocjami
- Presja i stres – jak sobie radzić przed meczem i w życiu
- Fair play nie tylko na boisku
- Pewność siebie i mocne strony
- Hejt, cyberprzemoc i media społecznościowe
- Uzależnienia – jak działają i dlaczego są niebezpieczne
- Presja grupy i sztuka mówienia „nie”
- Współpraca i komunikacja w drużynie
- Porażka jako część rozwoju
- Zdrowe sposoby na stres i napięcie

Zauważając potrzeby naszych podopiecznych chcemy wyjść naprzeciw i zaproponować możliwość bezpłatnych konsultacji po zakończeniu warsztatów. Do dyspozycji dzieci będzie psycholog prowadzący zajęcia, czyli wykwalifikowana pomoc, osoba którą znają i przy której czują się bezpiecznie. To szczególnie istotne jeśli chcemy docierać do młodzieży zagrożonej uzależnieniom i patologiom społecznym. Współczesne pokolenie jest na to najbardziej narażone. Zależy nam aby w klubie znalazły bezpieczną przestrzeń i komfort dbania nie tylko o zdrowie fizycznej, jak również psychiczne. Dzięki spotkaniom istnieje szansa na indywidualne podejście do dziecka i skuteczniejszą formę pomocy.

Projekt, w swoim założeniu, łączy edukację z praktycznym działaniem w środowisku sportowym, angażując dzieci i młodzież poprzez warsztaty stacjonarne. Dzięki możliwości skorzystania z pomocy psychologicznej na zajęciach dajemy dzieciom szansę na zaspokojenie potrzeby rozmowy akceptacji i bezpieczeństwa. Wszystkie działania spowodują kompletną profilaktykę przeciwdziałania uzależnieniom i patologiom społecznym.

Uczniowski Klub Sportowy LA BASKET jest chyba jedynym klubem który stara się łączyć działalność sportowa z działalnością edukacyjną. Ostatnie lata ze względu na brak odpowiedniej kadry nie prowadziliśmy działań edukacyjnych i bardzo tego żałujemy dlatego chcemy powrócić do dobrej praktyki którą robiliśmy parę lat wcześniej

W trakcie zadania zapewnimy dostępność osobom ze szczególnymi potrzebami w obszarach:

a) w obszarze dostępności architektonicznej:

- większość obiektów na których prowadzone jest szkolenie jest dostosowana dla osób niepełnosprawnych (miejsca parkingowe w pobliżu obiektów, wejścia na obiekty sportowe) a w przypadku niedostosowania miejsca proponujemy alternatywne rozwiązanie tak żeby osoba niepełnosprawna mogła bez problemu korzystać z zajęć.
- na obiekty gdzie realizowane będzie zadanie będzie mogła wejść osoba z psem asystującym
- uczestnicy zadania będą mieli dostęp do szatni i pomieszczeń sanitarnych dostosowanych dla osób ze szczególnymi potrzebami

b) w obszarze dostępności cyfrowej:

- strona internetowa wykorzystywana do realizacji i promocji zadania będzie dostępna cyfrowo poprzez zapewnienie jej funkcjonalności, kompatybilności, postrzegalności i zrozumiałości poprzez spełnianie wymagań określonych w załączniku do ustawy o dostępności cyfrowej stron internetowych i aplikacji mobilnych.
- Informacje dotyczące zadania i publikowane jak np. dokumenty rekrutacyjne, publikacje, filmy będą dostępne cyfrowo

c) w obszarze dostępności informacyjno-komunikacyjnej:

- informację dotyczące zadania będzie można znaleźć na stronie internetowej [www.labasket.waw.pl](http://www.labasket.waw.pl), [fb.com/uksLaBasket](https://fb.com/uksLaBasket) lub na profilach La Basket Mentalnie (Facebook, Instagram, TikTok)
- na stronie internetowej podmiotu informacji o realizowanym zadaniu publicznym w postaci elektronicznego pliku z tekstem łatwym do czytania i zrozumienia, możliwość powiększenia czcionki
- informację dotyczące zadania można uzyskać poprzez kontakt telefoniczny, sms, email oraz aplikację messenger.

d) W przypadku braku możliwości zapewnienia dostępności osobie ze szczególnymi potrzebami w zakresie, o którym mowa w art. 6 pkt 1 i 3, zapewnimy osobie potrzebującej dostęp alternatywny.

- zapewnimy osobie ze szczególnymi potrzebami wsparcia innej osoby, wsparcie techniczne z wykorzystaniem nowoczesnych technologii lub pomożemy w znalezieniu podmiotów, które umożliwią realizację potrzeb z szczególnymi potrzebami

Zaświadczą się, iż wszyscy pracownicy UKS La Basket Warszawa wraz z wolontariuszami zostali poinformowani o obowiązku wprowadzenia standardów ochrony małoletnich, nałożony na organizatorów działalności rekreacyjnej, wypoczynkowej, sportowej oraz związanej z rozwijaniem zainteresowań przez małoletnich.

Dla spełnienia wymienionych w ustawie standardów, organizator wprowadził następujące rozwiązania:

1. Zasady zapewniające bezpieczne relacje między małoletnimi a personelem organizatora.
2. Zasady i procedurę podejmowania interwencji w sytuacjach podejrzenia krzywdzenia lub posiadania informacji o krzywdzeniu małoletnich.
3. Zasady przeglądu i aktualizacji standardów.
4. Wymogi dotyczące bezpiecznych relacji między małoletnimi a w szczególności zachowania niedozwolone.
5. Procedury ochrony dzieci.
6. Zakres kompetencji pracowników.

7. Informację dla dzieci oraz rodziców/opiekunów prawnych dzieci i młodzieży przebywających na zajęciach oferowanych przez klub

#### **Miejsce realizacji**

Nasi podopieczni trenują w kilku lokalizacjach na terenie Białoleki i Targówka, są to - Szkoła Podstawowa nr 28, Szkoła Podstawowa nr 118, Zespół Szkół nr 128, Szkoła Podstawowa 377, Szkoła Podstawowa 298. To placówki, z którymi Klub LA BASKET na stałe współpracuje w codziennej działalności. To właśnie do tych szkół uczęszczają dzieci biorące udział w zajęciach organizowanych przez Klub, co pozwala na stały kontakt, lepsze poznanie środowiska wychowawczego oraz dostosowanie działań do realnych potrzeb uczniów. Współpraca z Dyrekcjami oraz Radami Pedagogicznymi układa się bardzo dobrze i oparta jest na wzajemnym zaufaniu, otwartości oraz wspólnym celu, jakim jest wspieranie wszechstronnego rozwoju dzieci. Nauczyciele podkreślają wartość działań podejmowanych przez LA BASKET, doceniając szczególnie wsparcie wychowawcze, rozwijanie kompetencji społecznych oraz kształtowanie zdrowych nawyków i postaw u młodzieży w czasie zajęć sportowych i edukacyjnych.

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

<b>Nazwa rezultatu</b>	<b>Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)</b>	<b>Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika</b>
Liczba uczestników zajęć	ok. 100 dzieci	rozszerzona lista obecności uczestników warsztatów
Liczba grup	5 grup	raport po zakończeniu cyklu, dokumenty finansowe
Liczba zajęć sportowych	10 zajęć dla 5 grup	raport po zakończeniu cyklu
Liczba warsztatów	10 zajęć x 5 grup	raport po zakończeniu cyklu

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

## **Charakterystyka oferenta**

U.K.S. LA BASKET od roku 2000 nieprzerwanie realizuje projekty łączące sport z edukacją dzieci i młodzieży. Współpracując m.in. z m.st. Warszawa, zrealizowaliśmy wiele programów o różnorodnej tematyce, nastawionych na rozwój kompetencji społecznych i zdrowych postaw młodych sportowców:

- Konflikt – i co dalej? (2008–2010) - program mediacji rówieśniczych realizowany w szkołach, w którym uczestniczyło łącznie 140 dzieci.
- Kulturalne kibicowanie normą wśród zawodników i rodzin UKS LA BASKET Warszawa (2009) - program towarzyszący Eurobasketowi 2009, skierowany do 200 osób.
- Drużyna na medal (2011) - program budujący współpracę w czterech drużynach koszykówki, obejmujący 51 uczestników.
- Sapere aude (2011) - program edukacyjny dla młodych adeptów sportu, w którym uczestniczyło 150 dzieci.
- Sportowy Talent i kontynuacja (2012) - projekt realizowany w 2 grupach, poprzednio obejmował od 2 do 5 grup młodych sportowców.
- Ze szkoły na Olimp (do 2011) - program realizowany przez federację, skierowany do zawodników od młodzika wzwyż.
- Zgrupowania sportowe - organizowane przy wsparciu Urzędu Dzielnicy Warszawa Targówek, obejmujące także wypoczynek letni.
- Positive Minde. Positive Vibes. Positive Lives - program promujący pozytywne myślenie i zdrowe nawyki wśród młodych sportowców. Pierwsza edycja została zrealizowana w roku (2023), druga (2024)

Dzięki tym inicjatywom UKS LA BASKET od lat skutecznie wspiera wszechstronny rozwój młodych sportowców, łącząc aktywność fizyczną z edukacją psychospołeczną oraz promowaniem zdrowych wzorców zachowań.

## **Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie**

- Prowadzenie wcześniejszych programów psychoedukacyjnych dla młodzieży w wieku 10–18 lat, w tym zajęć rozwijających umiejętności społeczne i emocjonalne m.in Positive Minde. Positive Vibes. Positive Lives
- Doświadczenie w pracy z młodymi sportowcami w klubie sportowym (organizacja warsztatów, treningów mentalnych i spotkań integracyjnych)
- Prowadzenie konsultacji indywidualnych i grupowych z zakresu psychologii sportu, radzenia sobie ze stresem, presją rówieśniczą i zagrożeniami uzależnieniami podczas obozów sportowych np. letni obóz w miejscowości Bartkowa-Posadowa
- Współpraca z trenerami, rodzicami i szkołami w zakresie edukacji i wsparcia młodzieży.

## **Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania**

Zasoby kadrowe

Jarosław Zimek  
mgr wychowania fizycznego, trener

Marcin Bielak  
mgr wychowania fizycznego, trener

Magdalena Bagrowska  
trener

Marcin Kuczewski  
trener

Andrzej Gajewski  
trener

Magdalena Rudzińska  
mgr psychologii, trener umiejętności społecznych

Weronika Buczek  
studentka psychologii, trener

Gabriela Kędziora  
studentka psychologii, wolontariusz

#### Zasoby rzeczowe

Klub U.K.S. LA BASKET dysponuje odpowiednio wyposażonymi pomieszczeniami, które zapewniają komfortowe i odpowiednie warunki do prowadzenia warsztatów grupowych oraz spotkań edukacyjnych. Sale są dostosowane do pracy z dziećmi i młodzieżą, wyposażone w niezbędny sprzęt multimedialny oraz przestrzeń sprzyjającą aktywnej i interaktywnej pracy. Dzięki temu zapewniamy wysoką jakość realizacji zajęć, zarówno pod kątem merytorycznym, jak i organizacyjnym.

#### Zasoby finansowe

Klub U.K.S. LA BASKET finansuje swoją działalność m.in. ze składek członkowskich, które stanowią stałe źródło przychodów pozwalające na realizację codziennych działań oraz wsparcie projektów edukacyjno-sportowych. Dzięki regularnym składkom jesteśmy w stanie zapewnić stabilność finansową oraz efektywne wykorzystanie środków na rozwój naszych podopiecznych i realizację zadań publicznych.

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Przygotowanie działań	1 000,00		
2.	Przeprowadzenie warsztatów (5 grup x 10 spotkań x 100zł)	5 000,00		
3.	Przeprowadzenie zajęć sportowych (5 zajęć x 10 grup x 100zł)	5 000,00		

4.	Podsumowanie i rozliczenie	500,00		
5.	Obsługa księgową	500,00		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		12 000,00	10 000,00	2 000,00

## V. Oświadczenia

Oświadczam(y), 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.

.....

....

.....

....

.....

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

Data.....

Załączniki:

1. w przypadku, gdy oferent nie podlega wpisowi w Krajowym Rejestrze Sądowym oraz w ewidencjach prowadzonych przez Prezydenta m.st. Warszawy – kopię aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji, ewentualnie inny dokument potwierdzający status prawny oferenta. Odpis musi być zgodny ze stanem faktycznym i prawnym, niezależnie od tego, kiedy został wydany; *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
  2. w przypadku wyboru innego sposobu reprezentacji oferentów składających ofertę niż wynikający z Krajowego Rejestru Sądowego lub innego właściwego rejestru - dokument potwierdzający upoważnienie do działania w imieniu oferenta(-ów); *(fakultatywny)*
  3. kopię umowy lub statutu spółki - w przypadku gdy oferent jest spółką prawa handlowego, o której mowa w art. 3 ust. 3 pkt 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie. *(fakultatywny)*
  4. Fakultatywne załączniki oferenta. *(fakultatywny)*
- 

<sup>1)</sup> 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.).

<sup>2)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.