

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

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Urząd Miasta Stołecznego Warszawy
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	17) wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej

II. Dane oferenta(-tów)

1. Nazwa oferenta(-tów), forma prawna, numer w Krajowym Rejestrze Sądowym lub innej ewidencji, adres siedziby, strona www, adres do korespondencji, adres e-mail, numer telefonu	
Nazwa: Fundacja Instytut Aktywności , Forma prawna: Fundacja , Numer Krs: 0000866841 , Kod pocztowy: 01-494 , Poczta: Warszawa , Miejscowość: Warszawa , Ulica: Widawska , Numer posesji: 27 , Numer lokalu: 97 , Województwo: mazowieckie , Powiat: Warszawa , Gmina: Bemowo (dzielnica) , Strona www: , Adres e-mail: instytutaktywnosci@gmail.com , Numer telefonu: 664718887 ,	
Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	ANNA DĄBROWSKA Adres e-mail: ANIA.MIERZWINSKA@GMAIL.COM Telefon: 664718887

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	MIĘDZYPOKOLENIOWA BEMOWSKA GRA TERENOWA			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	15.07.2026	Data zakończenia	12.10.2026

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

Opis zadania

Projekt obejmuje organizację imprezy sportowej dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych a także seniorów.

Będzie to kolejna edycja Bemowskiej Gry Terenowej.

Pierwszą dzięki finansowaniu Dzielnicy Bemowo zrealizowaliśmy w roku 2025 na terenie Lasku Bemowskiego, przy ul. Grotowskiej.

Pomysł spotkał się z bardzo pozytywnym odzewem mieszkańców Bemowa. Po realizacji gry mieliśmy pytania, czy kolejne edycje będą organizowane. W związku z tym chcielibyśmy w roku 2026 zorganizować 2 gry dla mieszkańców.

Pomysł naszej gry został wykorzystany podczas obozów letnich dla dzieci i młodzieży oraz przy projekcie Aktywny Senior Mazowiecko - Warszawskiego Związku Piłki Siatkowej.

Podczas zadania uczestnicy będą mogli sprawdzić swoją sprawność fizyczną, będzie promowany aktywny tryb życia oraz integracja międzypokoleniowa

Projekt dotyczy przygotowania oraz organizacji 2 gier terenowych na zielonych obszarach Dzielnicy Bemowo: Park Górczewska oraz Lasek Bemowski.

Podczas wydarzenia, oprócz rodzinnej rywalizacji odbędą się testy sprawnościowe, tor przeszkód, rodzinne wyścigi rzędów.

Jedna gra zostanie zrealizowana w Lasku Bemowskim, przy ul. Grotowskiej, druga w Parku Górczewska.

Opis gry:

W miejscu zbiórki uczestnicy dostaną instrukcje dotyczące gry terenowej.

Uczestnicy zostaną podzieleni na zespoły: mogą być to zgłoszone rodziny, oraz osoby przypadkowe które będą chciały być w jednej drużynie. Każda drużyna otrzymuje swój numer i pionek.

Gra polega na przemieszczaniu się swoim "pionkiem" na planszy która ma 30 pól.

Zawodnicy przemieszczają się po polach, rzucając dużą kostką do gry. Po wylosowaniu danego numeru - muszą znaleźć w lesie/parku zadanie oznaczone danym numerem.

Zadanie wykonuje się przy wolontariuszach, następnie po wykonaniu poprawnie zadania można przesunąć się na polu o kolejne oczka.

Zadania do wykonania

- zadania sprawnościowe - przeciąganie liny, ringo, rzut hula hop, klasy, labirynt, kozłowanie piłki, przysiady, pompki, wyścigi rzędów, drabinka sprawnościowa, zadanie na refleks, rzuty woreczkami, wyścigi w workach

- zagadki dotyczące zdrowego i aktywnego stylu życia - aktywizujące cały zespół do współpracy.

Wygrywa drużyna, która jako pierwsza dojdzie do pola oznaczonego Meta.

W czasie trwania wydarzenia uczestnicy będą mogli spróbować swoich sił w specjalnie dla nich

przygotowanym torze sprawnościowym oraz rodzinnym wyścigu rzędów.
Dodatkowo dla urozmaicenia wydarzenia odbędzie się rodzinna rywalizacja na świeżakach reakcyjnych Blazepod.

Dla uczestników zakupione zostaną drobne upominki a dla 5 pierwszych zespołów nagrody (worki, bidony lub kominy).

Fundacja zagwarantuje dla uczestników wodę oraz drobną zdrową przekąskę.

Głównymi beneficjentami zadania są osoby zamieszkałe na terenie m.st. Warszawy w szczególności mieszkańcy Dzielnicy Bemowo m.st. Warszawy bez względu na grupę społeczną czy wiekową oraz turyści

Oferta nie dotyczy szkolenia sportowego i skierowana jest do jak najszerszej grupy odbiorców.

Rejestracja na wydarzenie odbędzie się poprzez specjalnie przygotowany formularz.

Termin wydarzenia: w zależności od kalendarza imprez Dzielnicy Bemowo - sierpień - wrzesień.

Cel zadania:

Upowszechnianie kultury fizycznej poprzez organizację imprez rekreacyjnych, sportowo-rekreacyjnych,
umożliwienie mieszkańcom Dzielnicy uczestnictwa w wydarzeniach sportowych jako alternatywa spędzania czasu wolnego oraz propagowanie i aktywnego stylu życia.

Chcemy pokazać sport jako:

- Czynnikiem zapobiegającym zachowaniom agresywnym, uzależnieniom w tym cyberprzemocy i cyberuzależnieniom
- Uczy radzenia sobie w trudnych sytuacjach, współpracy, komunikacji w zespole, radzić sobie w trudnych sytuacjach
- Rozwija umiejętności personalne
- Pomaga poznawać nowych ludzi, budować więzi, nawiązywać relacje
- Uczy zdrowego współzawodnictwa działania w grupie rówieśników
- Zapewnia doskonałą zabawę
- Zwiększa wydolność organizmu i kondycję
- Poprawia sprawność oraz sprzyja pokonywaniu barier psychicznych, fizycznych i społecznych
- Wspiera rozładowywanie negatywnych emocji
- Poprawa koncentracji, koordynowania ruchów, zmysłu wzroku, dotyku czy słuchu

Promocja wydarzenia - media społecznościowe, plakaty, grafiki, rolki promujące wydarzenie, filmiki, rolki.

Wydarzenie obsługiwane będzie przez doświadczonych oraz wykwalifikowanych trenerów oraz wolontariuszy.

Fundacja posiada doświadczenie w organizacji wydarzeń sportowych dla wszystkich grup wiekowych.

Fundacja zapewnia dostępność osobom ze szczególnymi potrzebami: korzystamy z hal sportowych, które spełniają dostępność architektoniczną.

Fundacja swoją działalnością nie wyklucza uczestnictwa w szkoleniu osób ze szczególnymi potrzebami (dotyczy to także rodziców i opiekunów).

Zapewnianie dostępności oznacza stan faktyczny działalności Fundacji, w którym osoba ze szczególnymi potrzebami jako odbiorca zadania publicznego, może w nim uczestniczyć na zasadzie równości z innymi osobami.

Fundacja gwarantuje dostępność cyfrową w postaci:

- informacji umieszczanych na stronach WWW – informacje zawarte na stronie, teleadresowe, linki, formularze do kontaktu, nawigacja,
- strony mają możliwość „powiększania obrazu”
- informacje umieszczane są prostym językiem komunikacji publicznej

W przypadku konieczności możemy dodatkowo udostępniać: technologie asystujące, osobę do systemu komunikowania się językiem migowym

Dostępność informacyjna:

- poprzez środki wspierające komunikowanie się – sms, komunikatory, whatsapp
- dokument wg uniwersalnego projektowania
- poczta elektroniczna
- komunikacja audiowizualna
- strony internetowe

W przypadku braku możliwości zapewnienia niektórych form dostępności informacyjnej Fundacja zapewni kontakt z osobami, które będą mogły spełnić warunki (wsparcie osób w odczytaniu wiadomości, tłumaczenie osobie niesłyszącej)

W przypadku jeśli Fundacja nie będzie w stanie zapewnić dostępności osobie ze szczególnymi potrzebami oświadczamy, iż zapewnimy alternatywę takiego wsparcia - w postaci wsparcia innej osoby, wsparcia technicznego oraz wprowadzenie podmiotu, który będzie w stanie zaspokoić potrzeby i realizację.

Miejsce realizacji

Park Górczewska
Lasek Bemowski, przy ul. Grotowskiej

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
liczba uczestników lub zawodników imprezy	dla 2 gier 150 osób	zapisy, fotorelacja z wydarzenia

zagospodarowanie czasu wolnego określonej liczby osób	organizacja Międzypokoleniowej Gry Terenowej	zapisy, fotorelacja z wydarzenia
zbudowanie wizerunku Dzielnicy Bemowo jako przyjaznej i propagującej aktywny tryb życia	organizacja Międzypokoleniowej Gry Terenowej	zapisy, fotorelacja z wydarzenia
propagowanie aktywności wśród różnych grup społecznych i wiekowych	organizacja Międzypokoleniowej Gry Terenowej	zapisy, fotorelacja z wydarzenia
integracja mieszkańców poprzez sport i rekreację	organizacja Międzypokoleniowej Gry Terenowej	zapisy, fotorelacja z wydarzenia

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

Charakterystyka oferenta

Fundacja Instytut Aktywności powstała w 2021 r. Jej założyciele to: Ania Dąbrowska jest byłą siatkarką. Ze sportem tym rozstała się na prawie 20 lat w korporacji, gdzie była odpowiedzialna za rozwój pracowników. Obecnie prowadzi zajęcia siatkówki dla dzieci na Bemowie, zajmuje się organizacją imprez sportowych, współpracuje z samorządami. Paweł Mikołajczak jest urodzonym siatkarzem z 20-letnim doświadczeniem w sporcie. Jest to fantastyczny człowiek, z pozytywnym podejściem do dzieci. Ma nie tylko doświadczenie jako zawodnik i trener ale także jest wspaniałym organizatorem imprez sportowych. Współpracuje z drużyną Verva Warszawa Orlen Paliwa przy organizacji meczów. Mamy ogromne doświadczenie w sporcie, trenowaliśmy siatkówkę, obecnie prowadzimy zajęcia sportowe dla dzieci i młodzieży, oraz zajęcia prozdrowotne dla dorosłych. Mamy także doświadczenie w organizacji imprez sportowych, braliśmy udział oraz organizowaliśmy wypoczynek dzieci i młodzieży letni i zimowy. Podchodzimy do sportu jako do całościowego procesu wychowania młodego człowieka. Zachęcamy, motywujemy i wspieramy młodych aktywnych sportowców, bo przecież sport to zdrowie. To przysłowie jest tak oczywiste, że aż zaczęliśmy je ignorować, a to właśnie sport jest najprostszą drogą do bycia zdrowym, zdrowym co w tym czasie jest aż tak cenne. Nasze ciało uwielbia być w równowadze, ostatecznie lata, a szczególnie ostatni rok zaburzyły te proporcje. Zbyt dużo czasu spędzamy bez ruchu, siedząc albo leżąc, a zbyt mało aktywnie. Czas wrócić do podstaw i zacząć przywracać balans! Zakładając Instytut Aktywności mieliśmy na celu nie tylko pokazanie jak się ruszać, żeby to było dla nas bezpieczne ale też ukazanie jak bardzo ważna jest aktywność w naszym życiu. Badania wskazują, że niski poziom aktywności fizycznej, połączony z siedzącym trybem, życia uznano za jedną z podstawowych i najbardziej rozpowszechnionych przyczyn chorób układu krążenia oraz chorób cywilizacyjnych i przewlekłych. Aspekt fizyczny to jedno ale w równowadze musi być też nasz psychika, długi czas bycia w odizolowaniu, osamotnieniu też nie jest dla nas naturalny. Sporty zespołowe, współzawodnictwo pomogą nam po raz kolejny „złapać” kontakt z innymi ludźmi i ponownie czuć się w śród ludzi swobodnie. Widząc te problemy doszliśmy do wniosku, że nie tylko możemy, a wręcz mamy obowiązek dzielić się naszą wiedzą i doświadczeniem, które zdobyliśmy będąc całe życie w sporcie, zawodowym, amatorskim oraz młodzieżowym zarówno jako zawodnicy jak i trenerzy.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

W roku 2023 realizowaliśmy zadania:

- zajęcia sportowe dla dorosłych oraz seniorów - Aktywnie nad Wisłą
- zajęcia sportowe dla rodzin oraz seniorów - Śródmieście Aktywne nad Wisłą
- wydarzenie Rusz się z nami dla Dzielnicy Ursus
- projekty finansowane z programu Mikrogranty (turnieje siatkówki, wydarzenia sportowo - edukacyjne, zajęcia sportowe dla dzieci i dorosłych w Warszawie oraz woj. kujawsko - pomorskim)
- prozdrowotne półkolonie z AZS - dla dzieci z Dzielnicy Bemowo

W roku 2024 realizujemy zadania:

- zajęcia sportowe dla dorosłych - Akademia Aktywności
- zajęcia sportowe dla młodzieży - Akcja Integracja
- zajęcia dla kobiet i osób starszych - Akcja Integracja
- wydarzenie Rusz się z nami dla Dzielnicy Ursus
- zajęcia Aktywny Warszawiak - Bądź Aktywny na jesień
- Warszawskie Szkółki Mini Siatkówki - zajęcia rodzinne z elementami siatkówki
- międzypokoleniowe spotkanie świąteczne dla Dzielnicy Śródmieście
- warsztaty: dietetyk, psycholog, pierwsza pomoc
- zajęcia z samoobrony dla kobiet
- obozy sportowe dla dzieci i młodzieży
- siatkówka dla kobiet
- turnieje piłki plażowej
- zajęcia rodzinne dla dzieci
- bezpłatne zajęcia podczas wakacji dla dzieci w Dzielnicy Bemowo
- półkolonie dla dzieci i młodzieży

W roku 2025 realizowaliśmy zadania:

- zajęcia sportowe dla dorosłych i seniorów
- Akademia Aktywności
- zajęcia sportowe dla młodzieży
- Akcja Integracja - zajęcia dla kobiet i osób starszych
- Akcja Integracja
- wydarzenie Rusz się z nami dla Dzielnicy Ursus
- Warszawskie Szkółki Mini Siatkówki
- zajęcia rodzinne z elementami siatkówki
- międzypokoleniowe spotkanie świąteczne dla Dzielnicy Śródmieście
- warsztaty: dietetyk, psycholog, pierwsza pomoc
- zajęcia z samoobrony dla kobiet
- joga
- zdrowy kręgosłup
- obozy sportowe dla dzieci i młodzieży
- siatkówka dla kobiet
- turnieje piłki plażowej
- turnieje piłki siatkowej Mała Liga Singli Siatkarskich
- zajęcia lekkoatletyczne dla Seniorów
- wyjazdy sportowo - rekreacyjne dla seniorów z dzielnic Śródmieście oraz Bemowo
- gra terenowa międzypokoleniowa
- program Lotto - Aktywny Senior

- program Ministerstwa Sportu i Turystyki - Aktywni Lokalnie
- program Ministerstwa Sportu i Turystyki - Aktywna Szkoła
- zajęcia przygotowujące seniorów do Warszawskiej Olimpiady
- zajęcia rodzinne dla dzieci
- bezpłatne zajęcia podczas wakacji dla dzieci w Dzielnicy Bemowo
- półkolonie dla dzieci i młodzieży

W roku 2026 realizujemy zadania:

- zajęcia sportowe dla seniorów w dzielnicy Bemowo
- zajęcia sportowe dla dzieci w dzielnicy Bemowo
- zdrowy kręgosłup
- joga
- siatkówka dla kobiet
- zajęcia rodzinne
- przygotowanie seniorów do WOS
- program Lotto Aktywny Senior
- warsztaty dla kobiet

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

podczas realizacji zadania wykorzystamy sprzęt, który jest własnością Fundacji: plansza do gry, kostki, sprzęt do przygotowania stacji sprawnościowych, światełka Blazepod
Fundacja posiada planszę do gry - zostanie wykorzystana podczas dwóch wydarzeniach
Przy organizacji zadania wspierać nas będą wolontariusze.
Stacje przygotowane będą przez trenerów współpracujących z Fundacją.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Zakup nagród dla uczestników gry (smycze dla wszystkich uczestników + 10 nagród dla najlepszych: worek lub bidon) - 2 gry	2 500,00		
2.	Zakup wody i zdrowej przekąski - 2 gry	500,00		
3.	Ubezpieczenie - 2 gry	300,00		
4.	Obsługa zadania (trenerzy obsługujący stanowiska) - 2 gry	6 200,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		9 500,00	9 500,00	0,00

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 – 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 - złożony elektronicznie)*
4. Fakultatywne załączniki oferenta. *(fakultatywny)*

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.