

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 Fucco**, Forma prawna: **Fundacja**, Numer Krs: **0000641916**, Kod pocztowy: **64-125**, Poczta: **Poniec**, Miejscowość: **Poniec**, Ulica: **Drożdżyńskiego**, Numer posesji: **15**, Województwo: **wielkopolskie**, Powiat: **Leszno**, Gmina: **m. Leszno**, Strona www: , Adres e-mail: **erwin.garbarczyk@gmail.com**, Numer telefonu: **+48726571918**,

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)

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	MOKOTÓW W RUCHU – aktywnie razem!” – cykl bezpłatnych zajęć sportowo-rekreacyjnych dla mieszkańców Dzielnicy Mokotów		
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	01.10.2026	Data zakończenia 13.12.2026

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

Opis zadania

Przedmiotem zadania jest organizacja bezpłatnego, regularnego cyklu zajęć sportowo-rekreacyjnych skierowanych do mieszkańców Dzielnicy Mokotów m.st. Warszawy. Projekt zakłada udział minimum 20 osób oraz realizację łącznie 20 godzin zajęć w okresie nieprzekraczającym 60 dni. Zajęcia będą prowadzone w dwóch uzupełniających się przestrzeniach: plenerowej – na Polach Mokotowskich oraz stacjonarnej – w Centrum Łowicka.

Głównym założeniem projektu jest zachęcenie mieszkańców do podejmowania regularnej aktywności fizycznej, niezależnie od dotychczasowego poziomu sprawności, wieku czy doświadczenia sportowego. Projekt będzie miał charakter otwarty i integracyjny. Nie będzie nastawiony na wynik sportowy ani rywalizację wyczynową, lecz na aktywne uczestnictwo, poprawę sprawności, dobre samopoczucie, budowanie pozytywnych nawyków oraz wspólne spędzanie czasu. Nastawienie jest proste: poprawa kondycji, dotlenienia i postaw mieszkańców poprzez cykl zajęć wykorzystujących własny ciężar ciała oraz proste elementy które można znaleźć w domu - np butelki z wodą- aby uczestnicy mogli kontynuować ćwiczenia w domach.

W ramach zadania planowana jest organizacja 10 spotkań po 2 godziny każde. Program zostanie skonstruowany w taki sposób, aby uczestnicy mieli możliwość poznania różnorodnych form aktywności ruchowej i znalezienia takich, które mogą być przez nich kontynuowane również po zakończeniu projektu. Zajęcia będą obejmowały m.in. ćwiczenia ogólnorozwojowe, wzmacniające, mobilizacyjne, koordynacyjne i równoważne, elementy treningu funkcjonalnego, ćwiczenia poprawiające mobilność oraz aktywne formy rekreacji.

Ważnym elementem zadania będzie wykorzystanie przestrzeni Pól Mokotowskich jako naturalnego miejsca aktywności fizycznej mieszkańców. Zajęcia plenerowe będą obejmowały m.in. marsz i aktywny spacer, ćwiczenia ogólnorozwojowe, ćwiczenia w grupie oraz rekreacyjne gry i aktywności ruchowe. Uczestnicy będą mogli przekonać się, że codzienna aktywność fizyczna nie musi wiązać się z korzystaniem z komercyjnych obiektów sportowych ani ponoszeniem wysokich kosztów. Lokalna przestrzeń publiczna może być dostępna i atrakcyjna dla każdego.

Drugim miejscem realizacji zadania będzie Centrum Łowicka, gdzie prowadzone będą zajęcia stacjonarne. Ta forma pozwoli na bardziej precyzyjne prowadzenie ćwiczeń, pracę nad mobilnością, równowagą, koordynacją i siłą oraz dostosowanie poziomu trudności do możliwości uczestników. Zajęcia będą prowadzone w sposób bezpieczny, z uwzględnieniem zróżnicowanego poziomu sprawności osób uczestniczących w projekcie.

Każde spotkanie będzie składało się z odpowiednio przygotowanej rozgrzewki, części głównej oraz ćwiczeń końcowych służących wyciszeniu i rozciągnięciu. Prowadzący będzie na bieżąco dostosowywał intensywność i sposób wykonywania ćwiczeń do możliwości grupy. Dzięki temu w zajęciach będą mogły uczestniczyć zarówno osoby już aktywne, jak i osoby, które dopiero chcą rozpocząć regularny ruch.

Projekt będzie miał również istotny wymiar społeczny. Wspólna aktywność fizyczna będzie okazją do poznawania innych mieszkańców Mokotowa, nawiązywania relacji i budowania poczucia przynależności do lokalnej społeczności. Ćwiczenia w grupie mogą być szczególnie wartościowe dla osób, którym trudno jest samodzielnie zmobilizować się do aktywności. Formuła projektu będzie sprzyjała wzajemnej motywacji i tworzeniu pozytywnej atmosfery wokół ruchu.

Istotnym założeniem projektu jest odejście od traktowania sportu wyłącznie jako rywalizacji. „Mokotów w ruchu – aktywnie razem!” będzie promował sport i rekreację jako element codziennego życia, sposób na aktywne spędzanie czasu oraz narzędzie integracji mieszkańców. Uczestnicy będą zachęceni do samodzielnego wykorzystywania poznanych ćwiczeń i form ruchu po zakończeniu projektu.

Realizacja zadania będzie prowadzona zgodnie z zasadami bezpieczeństwa oraz z uwzględnieniem aktualnych warunków organizacyjnych i pogodowych. W przypadku zajęć plenerowych program będzie odpowiednio dostosowywany do warunków atmosferycznych. W razie potrzeby zajęcia mogą zostać przeniesione do przestrzeni stacjonarnej lub zmodyfikowane w sposób zapewniający bezpieczeństwo uczestników.

Projekt uwzględnia również potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami. Zajęcia zostaną zaprojektowane zgodnie z zasadami dostępności i możliwie uniwersalnego projektowania. Ćwiczenia będą mogły być modyfikowane pod względem intensywności, zakresu ruchu oraz poziomu trudności. Uczestnikom zostaną przekazane w sposób jasny i czytelny informacje dotyczące terminów, miejsc i zasad uczestnictwa. W przypadku indywidualnych potrzeb organizator podejmie działania umożliwiające osobie ze szczególnymi potrzebami udział w zadaniu na zasadzie równości z innymi uczestnikami, a jeżeli będzie to konieczne – zapewni dostęp alternatywny zgodnie z obowiązującymi przepisami.

Rekrutacja uczestników będzie prowadzona w sposób otwarty i niedyskryminujący. Informacja o projekcie zostanie rozpowszechniona za pośrednictwem kanałów internetowych i mediów społecznościowych oferenta, lokalnych grup mieszkańców oraz innych dostępnych kanałów informacyjnych. W komunikacji szczególnie podkreślony zostanie bezpłatny charakter zajęć oraz ich dostępność również dla osób, które nie mają wcześniejszego doświadczenia sportowego.

Rezultatem zadania będzie przede wszystkim stworzenie mieszkańcom Mokotowa realnej możliwości regularnego uczestnictwa w aktywności fizycznej. Zakłada się udział minimum 20 osób, przeprowadzenie 10 spotkań oraz realizację łącznie 20 godzin zajęć, w tym co najmniej 10 godzin aktywności plenerowej i co najmniej 10 godzin zajęć stacjonarnych.

Realizacja rezultatów będzie monitorowana poprzez listy obecności, ewidencję przeprowadzonych zajęć i godzin, dokumentację realizacji zadania oraz krótką ewaluację uczestników. Pozwoli to ocenić zarówno poziom uczestnictwa, jak i odbiór projektu przez mieszkańców.

„Mokotów w ruchu – aktywnie razem!” ma być impulsem do zmiany codziennych nawyków. Projekt nie kończy się wraz z ostatnim spotkaniem – jego celem jest wyposażenie uczestników w doświadczenie, wiedzę i motywację potrzebne do dalszego podejmowania aktywności fizycznej. Dzięki połączeniu zajęć stacjonarnych i plenerowych uczestnicy poznają różne możliwości aktywnego spędzania czasu dostępne lokalnie, a jednocześnie będą mieli okazję do integracji z innymi mieszkańcami Dzielnicy Mokotów.

Rezultaty ilościowe

1. minimum 20 uczestników projektu;
2. realizacja 10 zajęć;
3. realizacja łącznie 20 godzin zajęć sportowo-rekreacyjnych;
4. minimum 10 godzin aktywności plenerowej;

5. minimum 10 godzin zajęć stacjonarnych;
6. realizacja zajęć w minimum 2 lokalizacjach na terenie Mokotowa.

Rezultaty jakościowe

- zwiększenie wiedzy uczestników na temat możliwości podejmowania bezpiecznej aktywności fizycznej;
- zwiększenie motywacji do regularnego ruchu;
- poprawa ogólnej sprawności fizycznej;
- poprawa mobilności, koordynacji i równowagi;
- integracja uczestników;
- promocja aktywnego stylu życia.

Zajęcia zostaną zaprojektowane zgodnie z zasadą dostępności i możliwie uniwersalnego projektowania.

Ćwiczenia będą miały charakter ogólnorozwojowy i będą mogły być modyfikowane pod względem intensywności i poziomu trudności.

Uczestnicy otrzymają jasne informacje dotyczące miejsca, terminu, programu i sposobu uczestnictwa.

W przypadku wystąpienia indywidualnych potrzeb osoby ze szczególnymi potrzebami zostaną objęte odpowiednim wsparciem organizacyjnym lub alternatywnym, stosownie do możliwości realizacyjnych zadania.

Informacje dotyczące projektu będą przekazywane w sposób prosty, czytelny i zrozumiały.

Promocja zadania będzie prowadzona za pomocą:

- informacji internetowych;
- mediów społecznościowych oferenta;
- lokalnych grup mieszkańców;
- plakatów i materiałów informacyjnych;
- bezpośredniej informacji wśród potencjalnych uczestników.

W materiałach promocyjnych zostanie podkreślone, że:

udział jest bezpłatny, liczba miejsc ograniczona, a zajęcia są przeznaczone również dla osób, które dopiero rozpoczynają aktywność fizyczną.

Miejsce realizacji

Pola Mokotowskie
Centrum Łowicka

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
liczba godzin zajęć	20	proram zajęć, dzienniki zajęć
liczba uczestników	20 (maksymalnie do 50)	listy obecności, relacje

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

Charakterystyka oferenta

Fundacja jest organizacją działającą od 10 lat na rzecz mieszkańców oraz podejmującą działania służące aktywizacji społecznej, integracji oraz promocji aktywnego i zdrowego stylu życia. Organizacja posiada doświadczenie w realizacji działań skierowanych do mieszkańców, w tym przedsięwzięć o charakterze społecznym, edukacyjnym, rekreacyjnym i integracyjnym. Realizacja projektu „Mokotów w ruchu – aktywnie razem!” stanowi naturalne rozwinięcie dotychczasowej działalności oferenta i odpowiada na potrzeby mieszkańców Dzielnicy Mokotów w zakresie zwiększania aktywności fizycznej, integracji oraz aktywnego spędzania czasu wolnego.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja posiada doświadczenie w przygotowywaniu i realizacji działań skierowanych do mieszkańców, w szczególności przedsięwzięć służących aktywizacji społecznej, integracji, aktywnemu spędzaniu czasu oraz rozwijaniu zainteresowań i kompetencji uczestników. Dotychczasowa działalność organizacji obejmuje działania wymagające kompleksowego przygotowania organizacyjnego, prowadzenia rekrutacji uczestników, koordynacji kadry, organizacji przestrzeni, komunikacji z odbiorcami oraz monitorowania przebiegu realizowanych działań.

Doświadczenie fundacji jest szczególnie istotne z punktu widzenia planowanego zadania, ponieważ realizacja projektu wymaga nie tylko przygotowania merytorycznego zajęć, ale również sprawnej organizacji całego procesu – od poinformowania mieszkańców o możliwości udziału, poprzez rekrutację i organizację harmonogramu, aż po prowadzenie dokumentacji, monitorowanie frekwencji i ewaluację rezultatów.

W ramach dotychczasowej działalności oferent realizował działania angażujące uczestników w aktywne i wspólnotowe formy spędzania czasu. Doświadczenie to pozwala na właściwe przygotowanie zajęć grupowych oraz stworzenie atmosfery sprzyjającej regularnemu uczestnictwu i integracji.

Oferent posiada również doświadczenie w pracy z grupami o zróżnicowanych potrzebach i możliwościach uczestnictwa. Pozwala to na elastyczne podejście do organizacji zajęć oraz dostosowanie sposobu prowadzenia aktywności do poziomu uczestników. W planowanym projekcie doświadczenie to zostanie wykorzystane do stworzenia bezpiecznych i przyjaznych warunków dla osób o różnym poziomie sprawności fizycznej, w tym osób rozpoczynających dopiero swoją przygodę z regularną aktywnością.

Istotnym doświadczeniem fundacji jest również organizacja działań wymagających współpracy osób odpowiedzialnych za przygotowanie merytoryczne, logistykę, komunikację z uczestnikami oraz dokumentację. Przy realizacji niniejszego zadania kompetencje te zostaną wykorzystane do zapewnienia sprawnego przebiegu wszystkich 10 zaplanowanych spotkań i osiągnięcia zakładanych rezultatów.

Fundacja jest przygotowana do realizacji zadania w formule łączącej aktywność plenerową i

stacjonarną. Zastosowanie dwóch lokalizacji – Pól Mokotowskich oraz Centrum Łowicka – pozwoli na urozmaicenie programu oraz stworzenie uczestnikom możliwości korzystania z różnych form aktywności ruchowej.

Dotychczasowe doświadczenia organizacyjne oferenta stanowią podstawę do prawidłowej realizacji projektu zarówno od strony merytorycznej, jak i organizacyjnej. Posiadane zasoby kadrowe, organizacyjne i techniczne pozwolą na zapewnienie odpowiedniej jakości zajęć, właściwej komunikacji z uczestnikami oraz prawidłowego monitorowania i dokumentowania rezultatów zadania.

Realizacja projektu „Mokotów w ruchu – aktywnie razem!” będzie jednocześnie rozwinięciem dotychczasowych działań oferenta i odpowiedzią na potrzeby mieszkańców Dzielnicy Mokotów w zakresie aktywności fizycznej, rekreacji i integracji społecznej.

Zadanie jest kontynuacją prowadzonych wczesniej zajec, o ktora dostajemy pytania od miezkancow praktycznie kazdego dnia - zajecia sa znane i lubiane.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Do realizacji zadania wykorzystane zostaną:

- osoby prowadzące zajęcia posiadające kompetencje i doświadczenie w prowadzeniu aktywności ruchowej;
- koordynator projektu;
- osoby odpowiedzialne za organizację i kontakt z uczestnikami;
- sprzęt sportowo-rekreacyjny niezbędny do realizacji zajęć;
- przestrzeń Centrum Łowicka;
- przestrzeń rekreacyjna Pól Mokotowskich;
- materiały informacyjne i promocyjne.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Prowadzenie 20 godzin zajęć sportowo-rekreacyjnych prowadzacy + asystentka 20h * 160zl	3 200,00		
2.	Sprzęt i materiały sportowo-rekreacyjne	500,00		
3.	Promocja i materiały informacyjne	500,00		
4.	Dokumentacja i ewaluacja projektu	300,00		
5.	Zapewnienie dostępności / materiały wspierające uczestnictwo	400,00		
6.	Koordynacja, ksiegowosc	200,00		

7. OC i NNW	300,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania	5 400,00	5 000,00	400,00

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 - złożony elektronicznie)*
 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)*
-

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.