

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 Dzielnica Mokotów
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	10) działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym

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 Nazaretańska , Forma prawna: Fundacja , Numer Krs: 0001045443 , Kod pocztowy: 00-720 , Poczta: Warszawa , Miejscowość: Warszawa , Ulica: Czerniakowska , Numer posesji: 137 , Województwo: mazowieckie , Powiat: Warszawa , Gmina: Mokotów (dzielnica) , Strona www: fundacjanazaretanska.pl , Adres e-mail: fundacjanazaretanska@gmail.com , Numer telefonu: 608528696 ,	
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)	Karolina Łuczak Adres e-mail: smkarolina@gmail.com Telefon: 608528696

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	„Nie jesteś sam - spotkania i aktywizacja seniorów na Mokotowie”			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	01.10.2026	Data zakończenia	20.12.2026

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

Opis zadania

Projekt „Nie jesteś sam – spotkania i aktywizacja seniorów na Mokotowie” jest odpowiedzią na problem samotności i izolacji społecznej osób starszych. Jego celem jest stworzenie bezpiecznej i przyjaznej przestrzeni regularnych spotkań, budowania relacji, aktywności oraz wzajemnego wsparcia.

Odbiorcami zadania będą osoby w wieku emerytalnym, mieszkańcy Dzielnicy Mokotów, ze szczególnym uwzględnieniem osób samotnych, mieszkających samotnie, posiadających ograniczoną sieć kontaktów społecznych lub zagrożonych izolacją. Udział we wszystkich działaniach będzie bezpłatny i otwarty niezależnie od sytuacji materialnej, rodzinnej, światopoglądu czy wyznania uczestników. Projekt zakłada objęcie działaniami około 25-30 seniorów, przy czym w poszczególnych spotkaniach przewidywany jest udział średnio około 15 osób

Główną częścią projektu będzie cykl regularnych spotkań seniorów organizowanych na Mokotowie przy ul. Czerniakowskiej 137. Fundacja planuje przeprowadzenie 9 spotkań integracyjno-aktywizujących. Ich stałymi elementami będą wspólnie spędzony czas przy posiłku lub poczęstunku, rozmowa oraz działania służące nawiązywaniu i wzmacnianiu relacji pomiędzy uczestnikami. Regularność spotkań ma szczególne znaczenie – celem projektu jest stworzenie miejsca, do którego seniorzy mogą wracać, spotykać znane sobie osoby i stopniowo budować poczucie przynależności do lokalnej wspólnoty.

W ramach spotkań przewidziane są również:

4 zajęcia tematyczne, m.in. ćwiczenia pamięci i koncentracji, zajęcia twórcze i rękodzielnicze - prowadzone przez wolontariuszy,

2 wykłady/spotkania z pielęgniarką (z doświadczeniem i wiedzą na temat pracy z osobami starszymi) „Bezpieczny senior – jak zapobiegać upadkom i urazom” oraz "Domowa apteczka seniora i objawy alarmowe",

a także 3 spotkania z łagodną aktywnością ruchową dostosowaną do możliwości osób starszych prowadzone przez osobę mającą doświadczenie w prowadzeniu bezpiecznych zajęć ruchowych dla seniorów .

Zaplanowane zostanie także jedno wspólne wyjście kulturalno-integracyjne dla około 20 uczestników projektu. Jego celem będzie zachęcenie seniorów do większej aktywności poza domem oraz wzmocnienie relacji powstałych podczas spotkań.

Projekt będzie rozwinięciem działań prowadzonych już przez Fundację Nazaretańską na rzecz osób starszych i samotnych. Dotychczasowe doświadczenia Fundacji pokazują, że dla wielu seniorów możliwość regularnego wyjścia z domu, spotkania z innymi osobami, wspólnego posiłku i rozmowy ma istotne znaczenie dla ich codziennego funkcjonowania i poczucia, że nie pozostają sami.

Informacja o projekcie będzie przekazywana za pośrednictwem strony internetowej i mediów społecznościowych, plakatów i ogłoszeń na terenie Mokotowa, a także poprzez bezpośredni kontakt telefoniczny oraz współpracę z lokalnymi instytucjami i środowiskami mającymi kontakt z osobami starszymi. W realizację zadania, obok osób prowadzących zajęcia i koordynatora, zaangażowani będą wolontariusze pomagający w przygotowaniu spotkań, kontakcie z seniorami oraz towarzyszeniu uczestnikom wymagającym dodatkowego wsparcia.

Realizacja projektu ma nie tylko umożliwić seniorom udział w atrakcyjnych zajęciach, ale przede

wszystkim przeciwdziałać poczuciu osamotnienia, zwiększać ich aktywność społeczną i tworzyć trwałe relacje, które będą mogły być kontynuowane również po zakończeniu finansowania zadania.

Miejsce realizacji

ul. Czerniakowska 137, 00-720 Warszawa

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Udział seniorów w projekcie	minimum 25 osób	listy uczestników, listy obecności
Organizacja spotkań integracyjno-aktywizujących	9 spotkań	harmonogram, listy obecności, dokumentacja fotograficzna
Liczba uczestnictw w 9 spotkaniach	minimum 135 osobowejść	listy obecności
Wspólne wyjście kulturalno-integracyjne	1 wyjście dla około 20 osób	lista uczestników, bilety / dokumentacja fotograficzna
Zwiększenie aktywności społecznej i poznawczej seniorów poprzez udział w zajęciach integracyjnych, twórczych i ćwiczeniach pamięci oraz stworzenie warunków do budowania relacji.	minimum 90% uczestników pozytywnie oceni wpływ projektu	ankieta
Zwiększenie wiedzy seniorów na temat profilaktyki upadków i sposobów ograniczania ryzyka urazów	minimum 90% uczestników spotkania deklaruje zwiększenie wiedzy	ankieta
Zwiększenie wiedzy seniorów na temat objawów alarmowych wymagających szybkiej reakcji oraz właściwego wyposażenia domowej apteczki	minimum 90% uczestników spotkania deklaruje zwiększenie wiedzy	ankieta
Zwiększenie aktywności ruchowej seniorów i zachęcenie do podejmowania bezpiecznych ćwiczeń dostosowanych do wieku i możliwości	min. 80% uczestników zajęć deklaruje, że poznało ćwiczenia, które może wykonywać samodzielnie	ankieta

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

Charakterystyka oferenta

Fundacja Nazaretańska prowadzi działalność społeczną i pomocową, kierowaną przede wszystkim do osób potrzebujących wsparcia, rodzin, seniorów oraz osób samotnych. Jednym z ważnych obszarów działalności Fundacji jest przeciwdziałanie samotności i wykluczeniu społecznemu osób starszych poprzez tworzenie przestrzeni spotkania, budowania relacji i wzajemnego wsparcia.

Fundacja realizuje działania pomocowe, integracyjne, międzypokoleniowe i edukacyjne. W swojej działalności współpracuje z wolontariuszami, darczyńcami oraz lokalnymi środowiskami i instytucjami. Szczególną wagę przywiązuje do działań odpowiadających na rzeczywiste potrzeby lokalnej społeczności oraz do budowania trwałych relacji z osobami objętymi wsparciem.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja posiada doświadczenie w organizowaniu działań skierowanych do seniorów i osób samotnych. Prowadzi regularne spotkania seniorów, których celem jest przeciwdziałanie osamotnieniu, integracja uczestników oraz stworzenie miejsca regularnego kontaktu z innymi osobami. Spotkaniom towarzyszą wspólne posiłki, rozmowy, zajęcia integracyjne i różne formy aktywizacji.

Fundacja organizowała również spotkania świąteczne dla osób samotnych, w tym Wigilię, przygotowywała paczki świąteczne dla osób starszych, samotnych i potrzebujących oraz angażowała się w organizację wyjazdów integracyjno-duchowych dla seniorów. Prowadziła także działania polegające na odwiedzaniu osób starszych i utrzymywaniu z nimi bezpośredniego kontaktu.

Przy realizacji dotychczasowych inicjatyw Fundacja zdobyła doświadczenie w rekrutacji i kontakcie z seniorami, organizacji spotkań i poczęstunku, współpracy z wolontariuszami, koordynowaniu wydarzeń, pozyskiwaniu darowizn rzeczowych oraz prowadzeniu dokumentacji działań. Planowane w niniejszej ofercie zadanie będzie więc rozwinięciem prowadzonej już działalności, a nie nową, niesprawdzoną formą wsparcia.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Fundacja dysponuje zapleczem organizacyjnym umożliwiającym realizację projektu na terenie Mokotowa. Spotkania będą odbywały się w przestrzeni przy ul. Czerniakowskiej 137 w Warszawie, z której Fundacja korzysta przy prowadzeniu swoich dotychczasowych działań. Miejsce umożliwia organizację spotkań grupowych, wspólnych posiłków oraz zajęć integracyjnych i tematycznych.

Istotnym zasobem Fundacji jest grupa wolontariuszy posiadających doświadczenie w działaniach z osobami starszymi. Wolontariusze będą wspierać przygotowanie miejsca spotkań, organizację poczęstunku, kontakt z uczestnikami oraz towarzyszyć seniorom wymagającym dodatkowej pomocy.

Fundacja posiada również istniejącą sieć kontaktów z seniorami uczestniczącymi w dotychczasowych działaniach oraz możliwość dotarcia do kolejnych osób poprzez bezpośredni kontakt, lokalne środowiska, parafie, media społecznościowe i stronę internetową. W realizacji zadania wykorzystane zostaną także doświadczenie organizacyjne członków Fundacji, dotychczas wypracowane procedury organizacji spotkań oraz współpraca z osobami prowadzącymi zajęcia i

lokalnymi partnerami.

Wkładem Fundacji w realizację zadania będzie również praca organizacyjna i zaangażowanie wolontariuszy, a także wykorzystanie posiadanego zaplecza lokalowego i organizacyjnego.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	poczęstunek podczas 9 spotkań seniorów (9 spotkań x 350 PLN)	3 150,00		
2.	Materiały jednorazowego użytku do organizacji poczęstunku w czasie spotkań seniorów - kubki, talerzyki, sztućce, serwetki, obrusy jednorazowe itp	300,00		
3.	materiały do zajęć twórczych i rękodzielniczych dla seniorów	600,00		
4.	materiały informacyjne i rekrutacyjne - plakaty ulotki, wydruki	300,00		
5.	Wynagrodzenie za prowadzenie 3 zajęć łagodnej aktywności ruchowej (3 x 200 PLN)	600,00		
6.	Wynagrodzenie za prowadzenie 2 spotkań/wykładów: „Bezpieczny senior – jak zapobiegać upadkom i urazom” oraz "Domowa apteczka seniora i objawy alarmowe" (2 x 250 PLN)	500,00		
7.	bilety na wspólne wyjście kulturalno-integracyjne (20 seniorów x 70 PLN)	1 400,00		
8.	bilety na wspólne wyjście kulturalno-integracyjne (5 wolontariuszy x 70 PLN)	350,00		
9.	koordynacja projektu	1 500,00		
10.	Zakup drobnego sprzętu do zajęć ruchowych dla seniorów - gumy oporowe, małe piłki, piłeczki do ćwiczeń, lekkie akcesoria ruchowe	500,00		
11.	Zakup książek, kart pracy, gier i pomocy do ćwiczenia pamięci, koncentracji i innych funkcji poznawczych seniorów	600,00		

12.	Materiały biurowe do prowadzenia zajęć i dokumentacji projektu	200,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00	10 000,00	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)*
 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)*
-

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.