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	Prezydent Miasta Suwałk
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: **Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT**, Forma prawna: **Stowarzyszenie Rejestrowe**, Numer Krs: **0000701226**, Kod pocztowy: **16-400**, Poczta: **Suwałki**, Miejscowość: **Suwałki**, Ulica: **Kościuszki** , Numer posesji: **71**, Numer lokalu: **-**, Województwo: **podlaskie**, Powiat: **Suwałki**, Gmina: **m. Suwałki**, Strona www: **www.horyzont-seniorzy.pl**, Adres e-mail: **pasja-horyzont@wp.pl**, Numer telefonu: **780 540 089**, **Adres do korespondensji jest taki sam jak adres oferenta**	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	**Jadwiga Sowulewska** **Adres e-mail: jjsowulewscy@wp.pl Telefon: 780 540 089**

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Dieta a stan zdrowia seniora			
2. Termin realizacji zadania[2)]	Data rozpoczęcia	15.10.2019	Data zakończenia	15.12.2019

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

Opis zadania

Dbałość o właściwe odżywianie jest ważna dla utrzymania dobrego stanu zdrowia. Pozwala uniknąć wielu chorób, które rozwijają się niekiedy przez wiele lat jako skutek spożywania nadmiernej lub zbyt małej ilości określonych składników pokarmowych.
Zadanie będzie polegało na przeprowadzeniu zajęć z dietetyki przez wykwalifikowaną dietetyczkę. W projekcie będzie uczestniczyć 25 - 30 osób w wieku 60+. Projekt będzie 4-etapowy:
1. Prelekcja
Tytuł prelekcji „ Na co należy zwrócić uwagę w diecie seniora" czas trwania 1,5 h

2.Spotkanie organizacyjne 1,5 h - omówienie na czym będą polegały indywidualne konsultacje oraz przekazanie ankiet (ewentualna pomoc przy wypełnieniu ankiety)

3.Indywidualne konsultacje – czas pojedynczej konsultacji – 1h x 30 os.
Konsultacja będzie obejmowała;
- analizę masy i składu ciała
- omówienie problemów zdrowotnych
- omówienie problemów żywieniowych
- przekazanie zaleceń ewentualnie przykładowego jadłospisu

4. Wycieczka do Ziołowego Zakątka czas trwania ok 12 h. Cel wycieczki - poznanie właściwości ziół ich zastosowania w kuchni oraz wpływu na zdrowie, Grupa zostanie podzielona na trzy podgrupy i rotacyjnie przejdzie trzy formy warsztatów. Po zajęciach edukacyjnych zwiedzanie ogrodu i obiad.

Miejsce realizacji

Prelekcja i spotkanie organizacyjne w sali wykładowej CWOP CENTRUM 3, ewentualnie innym miejscu publicznym.
Indywidualne konsultacje w gabinecie dietetyczki.
Wycieczka do Ziołowego Zakątka w Korycinach; 17-315 Grodzisk.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
30 uczestników prelekcji	25 - 30	Lista uczestników prelekcji, zdjęcia, notatka na stronie stowarzyszenia www.horyzont-seniorzy.pl
30 uczestników konsultacji-(lista uczestników konsultacji, ankiety informacyjne o stanie zdrowia i dotychczasowym odżywianiu)	25 - 30	Lista uczestników konsultacji, ankiety informacyjne o stanie zdrowia i dotychczasowym odżywianiu, notatka na stronie stowarzyszenia www.horyzont-seniorzy.pl
Wzrost świadomości wśród 30 uczestników konsultacji odnośnie ich stanu zdrowia oraz możliwości wprowadzenia zmian w zakresie odżywiania (indywidualne raporty opisowe przekazane podczas konsultacji dla każdego uczestnika, lista przekazanych materiałów)	25 - 30	Indywidualne raporty opisowe przekazane podczas konsultacji dla każdego uczestnika, lista przekazanych materiałów
30 uczestników wycieczki (lista uczestników wycieczki, program wycieczki, zdjęcia)	25 - 30	Lista uczestników wycieczki, program wycieczki, zdjęcia, notatka na stronie stowarzyszenia www.horyzont-seniorzy.pl

Wzrost świadomości wśród 30 uczestników wycieczki odnośnie właściwości i zastosowania ziół w kuchni i codziennym życiu (zdjęcia z wykonanych mieszanej ziołowych, mydeł przez uczestników warsztatów podczas wycieczki.	25 - 30	Zdjęcia z wykonanych mieszanek ziołowych, mydeł, koktajli ziołowych przez uczestników warsztatów podczas wycieczki, notatka na stronie stowarzyszenia www.horyzont-seniorzy.pl

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

Charakterystyka oferenta

Stowarzyszenie realizuje swoje cele poprzez następujące formy działania:
- Działalność odpłatną:
1. Organizowanie szkoleń, warsztatów, konferencji, zjazdów, kursów, poradnictwa itp.;
2. Prowadzenie animacji lokalnej;
3. Podejmowanie działań z zakresu profilaktyki zdrowotnej;
4. Organizowanie wycieczek, zlotów i innych form wypoczynku i rekreacji;
5. Organizowanie i prowadzenie rehabilitacji osób niepełnosprawnych;
6. Prowadzenie działalności świetlicowej, prowadzenie klubów;
7. Popularyzację wiedzy i podnoszenie kwalifikacji zawodowych, kształtowanie etyki społecznej;
8. Organizowanie życia towarzyskiego społeczności.

- Działalność nieodpłatną:
1. Współpracę z zakładami pracy, z organizacjami społecznymi, kościołami, placówkami oświatowymi, opiekuńczymi i wychowawczymi w zakresie pomocy dla osób potrzebujących;
2. Organizowanie dobrowolnych składek pieniężnych;
3. Współpracę z organizacjami samorządu terytorialnego i jednostkami gospodarczymi;
4. Popularyzację wiedzy, kształtowanie etyki społecznej członków;
5. Organizowanie szkoleń, warsztatów, konferencji, zjazdów, kursów, poradnictwa itp.;
6. Organizowanie wycieczek, zlotów i innych form wypoczynku i rekreacji;
7. Organizowanie i prowadzenie rehabilitacji osób niepełnosprawnych;
8. Prowadzenie animacji lokalnej;
9. Organizowanie wolontariatu;
10. Udzielanie wsparcia, w tym technicznego, finansowego i rzeczowego inicjatywom i organizacjom pozarządowym;
11. Wydawanie materiałów informacyjno – promocyjnych, edukacyjno – szkoleniowych oraz informacyjno – prawnych;
12. Prowadzenie kampanii społecznych;
13. Podejmowanie działań z zakresu profilaktyki zdrowotnej;
14. Prowadzenie klubów seniora;
15. Prowadzenie różnorodnych form edukacji;
16. Organizowanie konkursów;
17. Organizowanie zbiórek rzeczowych;
18. Wsparcie aktywizacji społeczno-zawodowej seniorów;
19. Prowadzenie grup samopomocowych, edukacyjnych, terapeutycznych, itp.
20. Prowadzenie praktycznych zajęć z zakresu kultury fizycznej i rehabilitacji dla wszystkich seniorów a szczególnie dla osób posiadających orzeczenie o niepełnosprawności,
21. Organizowanie wykładów, spotkań, prelekcji, wystaw, koncertów, wycieczek turystyczno-krajoznawczych oraz innych imprez;
22. Współpraca ze wszystkimi osobami oraz instytucjami o podobnych celach działania,
23. Współpraca z radami seniorów
24. Organizowanie seminariów, spotkań i uroczystości dla seniorów i społeczeństw;
25. Prowadzenie szkoleń dotyczących aktywizacji seniorów oraz problemów związanych z ich wykluczeniem społecznym.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Stowarzyszenie Seniorzy z Pasją HORYZONT działa od 30.10.2017 r. - dwa lata. W tym czasie zrealizowało 6 projektów w 2018 roku i realizuje 4 projekty w roku bieżącym (dwa są już zrealizowane i rozliczone). Wszystkie działania są na rzecz seniorów, powodujące aktywizację w różnych formach np: podwyższenie aktywności fizycznej, organizacja koncertów i inscenizacji, zwiększające aktywność społeczną "pokaz mody", "Wybory Miss i Mistera Trzeciej Młodości"

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Zasoby rzeczowe: wyposażone biuro (komputer, drukarka)
Zasoby osobowe: wolontariusze - członkowie stowarzyszenia: fotograf, koordynator zadania, informatyk (notatka na stronie internetowej)

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie dietetyczki za prelekcję i zajęcia organizacyjne	150,0		
2.	Wynagrodzenie dietetyczki za konsultacje indywidualne	1500,0		
3.	Wynajem autokaru	2500,0		
4.	Warsztaty w Zakątku Ziołowym w Korycinach	1500,0		
5.	Obiad w Korycinach z wykorzystaniem ziół	1200,0		
6.	Ubezpieczenia podczas wycieczki	100,0		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		6950,0	6650,0	300,0

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. Kopia wyciągu z innego rejestru lub ewidencji *(fakultatywny - niezłożony)*

[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.