

## 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 oraz w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np.: „pobieranie\*/niepobieranie\*” oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź, pozostawiając prawidłową. Przykład: „~~pobieranie~~\*/niepobieranie\*”.

**I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie**

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta</b>	Zarząd Województwa Dolnośląskiego
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	Nauki, szkolnictwa wyższego, edukacji, oświaty i wychowania

**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 email, numer telefonu</b>	
<p><b>Boks Polonia Świdnica</b> 58-100 Świdnica Folwarczna 2</p> <p>Forma prawna: stowarzyszenie KRS 0000464364</p>	
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty</b> (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	DANE ANONIMIZOWANE

**III. Zakres rzeczowy zadania publicznego**

<b>1. Tytuł zadania publicznego</b>	Moc w ruchu, spokój w głowie – Integracyjny program dla dzieci i młodzieży			
<b>2. Termin realizacji zadania publicznego<sup>2)</sup></b>	<b>Data rozpoczęcia</b>	2026-06-20	<b>Data zakończenia</b>	2026-07-19

<b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>
<p><b>Syntetyczny opis zadania</b></p> <p>Nasza inicjatywa jest skierowana do 30 młodych osób z terenów miasta Świdnica. Celem zadania jest wsparcie psychospołeczne i fizyczne uczestników poprzez organizację zajęć ruchowo-odstresowujących. Program obejmuje dwa moduły:</p> <p>Moduł ruchowy – ćwiczenia ogólnorozwojowe, gry zespołowe i aktywność fizyczna wspierająca zdrowie i kondycję młodzieży.</p> <p>Moduł odstresowujący – zajęcia relaksacyjne, techniki oddechowe, ćwiczenia wyciszające i kreatywne warsztaty wspomagające radzenie sobie ze stresem.</p> <p>Moduł ruchowy obejmuje zajęcia wspierające aktywność fizyczną i ogólny rozwój motoryczny dzieci. Główne elementy</p>

programu to: Ćwiczenia oddechowe i relaksacyjne wspomagające wyciszenie i redukcję napięcia. Techniki mindfulness i uważności pomagające dzieciom lepiej radzić sobie ze stresem. Zajęcia plastyczne i arteterapia jako forma wyrażania emocji i odreagowania trudnych przeżyć. Muzykoterapia – słuchanie i tworzenie dźwięków wspierające odprężenie i poprawę nastroju. Zabawy sensoryczne i elementy terapii poprzez ruch, dostosowane do indywidualnych potrzeb uczestników. Zajęcia będą prowadzone w atmosferze bezpieczeństwa i akceptacji, tak aby młode osoby mogły swobodnie wyrażać emocje i budować poczucie równowagi psychicznej. Moduł odstresowujący koncentruje się na wsparciu emocjonalnym młodzieży poprzez techniki relaksacyjne i zajęcia wyciszające.

Moduł odstresowujący koncentruje się na wsparciu dzieci poprzez techniki relaksacyjne i zajęcia wyciszające. W ramach modułu realizowane będą: Ćwiczenia oddechowe i relaksacyjne wspomagające wyciszenie i redukcję napięcia. Techniki mindfulness i uważności pomagające młodzieży lepiej radzić sobie ze stresem. Zajęcia plastyczne i arteterapia jako forma wyrażania emocji i odreagowania trudnych przeżyć. Muzykoterapia – słuchanie i tworzenie dźwięków wspierające odprężenie i poprawę nastroju.

Na początku przeprowadzimy Promocję i Rekrutację do projektu, ze względu na małą społeczność w Świdnicy oraz naszą ciągłą współpracę ze szkołami w powiecie w ciągu kilku dni. Promocja projektu będzie prowadzona do 2026-07-19, czyli do końca projekt. Promocja będzie prowadzona poprzez kolportaż ulotek i rozwieszanie plakatów w powiecie świdnickim co zapewni nam reklamę a dzięki temu więcej osób dowie się o naszych działaniach, że prowadzimy nie tylko zajęcia dla profesjonalistów lecz także zachęcamy młodzież do odstawienia telefonów i komputerów i spróbowania czegoś nowego czym jest aktywne spędzanie wolnego czasu a dzięki temu młodzież nie tylko będzie zdrowsza fizycznie ale co najważniejsze psychicznie.

Rezultaty realizacji projektu :

Rezultaty ilościowe:

30 uczestników w wieku 17-21 lat ze Świdnicy i okolic weźmie udział w programie. Każdy uczestnik skorzysta z obu modułów zajęć, co zapewni kompleksowe wsparcie.

Rezultaty jakościowe:

Poprawa kondycji fizycznej i motoryki uczestników poprzez regularne zajęcia ruchowe. Zwiększenie umiejętności radzenia sobie ze stresem i napięciem emocjonalnym.

Wkład własny do projektu czyli wkład osobowy : stanowi praca wolontariuszy, którzy będą pomagać przy realizacji zadań w projekcie jak : pomoc przy przygotowaniu sali przed zajęciami, pomoc przy sprzątanii sali po zajęciach, pomoc instruktorom w trakcie prowadzenia zajęć, pomoc uczestnikom projektu w trakcie wykonywanych ćwiczeń. Wkład własny pracy wolontariuszy został wyceniony i podzielony na godziny pracy na 1000zł.

### **Zapewnienie dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami**

Zapewnienie dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami

W ramach realizacji projektu zapewnione zostaną rozwiązania umożliwiające udział osobom ze szczególnymi potrzebami, zgodnie z art. 6 ustawy o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami.

Dostępność architektoniczna: Zajęcia będą odbywać się w siedzibie organizacji, która jest wolna od barier architektonicznych.

Budynek to Szkoła Podstawowa w Świdnicy która posiada podjazd dla wózków oraz szerokie przejścia ułatwiające poruszanie się osobom z ograniczoną mobilnością. Sale zajęciowe są dostosowane do potrzeb dzieci z niepełnosprawnościami.

Dostępność informacyjno-komunikacyjna: W razie potrzeby zapewniona zostanie pomoc asystenta dla dzieci wymagających dodatkowego wsparcia.  
Instrukcje i komunikaty będą przekazywane w sposób dostosowany do możliwości percepcyjnych uczestników.  
Prowadzący zostaną poinformowani o indywidualnych potrzebach dzieci, aby móc odpowiednio dostosować formę i tempo zajęć.  
W razie potrzeby projekt może zostać dostosowany do dodatkowych wymagań uczestników, aby zapewnić im pełen komfort i możliwość uczestnictwa.

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

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
ilość młodzieży jaka weźmie udział w zajęciach przewidzianych w projekcie	30	listy obecności na zajęciach, ankieta ewaluacyjna wypełniana przez młodzież po wszystkich zajęciach przewidzianych w projekcie
Poprawa kondycji fizycznej i motoryki uczestników poprzez regularne zajęcia ruchowe	30	lista obecności na zajęciach, ankieta ewaluacyjna, dokumentacja fotograficzna dodana na portal społecznościowy naszej organizacji
Zwiększenie umiejętności radzenia sobie ze stresem i napięciem emocjonalnym	30	lista obecności na zajęciach, ankieta ewaluacyjna

#### 5. Krótka charakterystyka oferenta, jego doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie oraz zasobów, które będą wykorzystane w realizacji zadania

Sekcja boks przy MKS „POLONIA” istnieje od 1948 roku, od 28 listopada 2012r. wyodrębniona ze struktur organizacyjnych klubu zawiązała samodzielne stowarzyszenie pod nazwą BOKS POLONIA, które począwszy od 1 stycznia 2013r. jest kontynuatorem chlubnych tradycji pięściarstwa na terenie naszego miasta. Przez te wszystkie lata sekcja działała z zachowaniem płynnego przekazywania zdobytego doświadczenia kolejnym pokoleniom pięściarzy i nadal odnosi sukcesy.  
Wystarczy wspomnieć:  
1998 r. – wywalczenie tytułu drużynowego mistrza Polski – seniorów,  
2000 r. – tytułu drużynowego Mistrza Polski juniorów,  
2004r. – pierwsze miejsce na Ogólnopolskiej Olimpiadzie Młodzieży oraz kilka indywidualnie zdobytych tytułów Mistrza Polski w kategoriach seniorów, młodzieżowców i juniorów  
2010 r. - po raz pierwszy w cyklu szkoleniowym zanotowały sukcesy dziewczęta. Ponadto obok całorocznego szkolenia sekcja organizuje turniej międzynarodowy, które cieszy się uznaniem wśród uczestników i publiczności. Przez ostatnie kilka lat sekcja realizowała przedmiotowe zadania we współpracy z administracją publiczną, korzystając z przyznawanej dotacji. Środki te każdorazowo pozwalały organizować pracę z młodzieżą w postaci treningów, obozów oraz uczestniczyć w imprezach sportowych.  
Od 2017 organizujemy cykliczne działania dla osób 60 + jak:  
- projekty z nauki i obsługi komputera,  
- zajęcia z bezpieczeństwa seniora,  
- zajęcia : Eko Senior w gminie,  
- zajęcia z aktywizacji społecznej i obywatelskiej seniorów w naszej gminie.  
W 2023 roku prowadziliśmy trzy zadania publiczne dofinansowane z Ministerstwa Sportu i Turystyki. Prowadziliśmy zajęcia sportowo-kulturalne dla dzieci i seniorów.  
W 2024 od stycznia do września prowadzimy zajęcia dla seniorów z miasta Świdnica. Seniorzy poznają działanie komputera i internetu, dodatkowo prowadzimy poradnictwo prawne. Z programu do tej pory skorzystało 146 seniorów.  
W 2024 r prowadziliśmy projekt dofinansowany z Programu Rządowego Aktywni + pt " Świdnickie Centrum Aktywnego Wolontariatu Seniora"

Rok/lata realizacji: 2024, Całkowity budżet projektu (zł brutto): 36675,00zł. Opis realizowanych działań: aktywizacja seniorów z terenów popowodziowych w powiecie Świdnickim . Podmioty współpracujące: Instytut Rozwoju Demokracji Nazwa podmiotu finansującego projekt: Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej.

Tytuł: Niemiecko-Polsko –Ukraiński tydzień wymiany międzykulturowej, Rok/lata realizacji: 2024, Całkowity budżet projektu (zł brutto): 54478,00 zł. Opis realizowanych działań: Zorganizowanie w Świdnicy i Zagórzcu Śląskim obozu wraz z wymianą kulturą młodzieży z 3 krajów Podmioty współpracujące: Fundacja Semper Pro Omnes. Nazwa podmiotu finansującego projekt: Polsko Niemiecka Współpraca Młodzieży.

Tytuł: Ruch i Relaks – Zajęcia Wsparcia dla Dzieci z Terenów Popowodziowych, Rok/lata realizacji: 2025 . Całkowity budżet projektu (zł brutto): 9600,00zł. Opis realizowanych działań: Zorganizowanie dla dzieci zajęć zwiększających ich drowie psychiczne, zajęcia relaksacyjne . Podmioty współpracujące: Stowarzyszenie All Space . Nazwa podmiotu finansującego projekt: Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Wynagrodzenie trenera za przeprowadzone ćwiczenia ogólnorozwojowe, gry zespołowe i aktywność fizyczna wspierające zdrowie i kondycję dzieci.	3 000,00 zł		
2	Wynagrodzenie trenera za przeprowadzenie zajęć relaksacyjnych, technik oddechowych, ćwiczenia wyciszające i kreatywne warsztaty wspomagające radzenie sobie ze stresem wśród dzieci i młodzieży	3 000,00 zł		
3	Napisanie autorskiego skryptu skierowanego dla uczestników projektu z tematyki omawianej i prowadzonej na zajęciach	2 000,00 zł		
4	Wkład własny w postaci pracy wolontariuszy	1 000,00 zł		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>9 000,00 zł</b>	<b>8 000,00 zł</b>	<b>1 000,00 zł</b>

## V. Oświadczenia

### Oświadczam(my), 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(-ja)\*/zalega(-ja)\* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
4. oferent\*/oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega(-ja)\*/zalega(-ja)\* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;
5. dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym\*/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 oferentów

Data: .....

### Przypisy

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 2024 r. poz. 1491, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.