

Załączniki do rozporządzenia Przewodniczącego Komitetu do spraw Pożytku Publicznego z dnia 24 października 2018 r. (poz. 2055)

załącznik nr 1

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

1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta	Burmistrz Miasta Kobylka
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym

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 Polskiej Sztafety 4x400M, Forma prawna: Fundacja, Numer KRS: 0000980668, Kod pocztowy: 02-495, Poczta: Warszawa, Miejscowość: Warszawa, Ulica: Posąg 7 Panien 16, Numer: 115 Województwo: Mazowieckie, Powiat: Warszawa, Gmina: Ursus (dzielnica) Email: fundacjasztafeta400@gmail.com Numer telefonu: 503095866 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)	Karol Radke Adres: Email: fundacjasztafeta400@gmail.com Telefon: +48503095866

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Kobyłkowskie Lekcje Zdrowego Żywienia		
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	25.10.2026	Data zakończenia 15.12.2026
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)			

Nazwa projektu: Kobyłkowskie Lekcje Zdrowego Żywienia.

Termin realizacji projektu: od 25.10.2026 do 15.12.2026

Miejsce realizacji projektu: Szkoły Podstawowe na terenie Miasta Kobyłka

Zasięg terytorialny projektu: Miasto Kobyłka

Kobyłkowskie Lekcje Zdrowego Żywienia to spotkania w formie wykładu i warsztatów (spotkanie dzieli się na część wykładową i warsztatową). Prowadzone przez naszych specjalistów i ekspertów zdrowego żywienia, nawadniania oraz zbilansowanej diety. Osoby prowadzące warsztaty to m.in. były członek Parlamentarnego Zespołu ds. Promocji Zdrowia w Każdym Rozmiarze, dietetyk, trener mgr Robert Banasiuk oraz mgr Lena Gzowska dietetyk kliniczny. Projekt adresowany jest do dzieci szkół podstawowych z klas II-VI a jego celem jest kształtowanie prawidłowych postaw i nawyków żywieniowych, wzrostu wiedzy mieszkańców miasta na temat zdrowego odżywiania i zbilansowanej diety oraz zachęcanie do regularnej aktywności fizycznej. Planujemy zrealizować 4 spotkania/warsztaty każde po ok 90' w szkołach podstawowych na terenie Miasta Kobyłka. W każdym spotkaniu udział weźmie do 70 uczestników/uczniów- dzieci klas II-VI. Grupa 70 uczestników to bezpieczna do przeprowadzenia warsztatów liczba dzieci. Każde spotkanie rozpocznie wykład poprowadzony przez ekspertów, którzy w sposób przystępny odbiorcy (uczniowi klasy II-VI) przybliżą istotę zdrowego odżywiania i nawodnienia człowieka. Wykład/warsztat poprowadzony będzie z wykorzystaniem tablicy interaktywnej (lub rzutnika) na, której wyświetlane i omawiane będą treści w formie kolorowych obrazków i opisów. Wykład zajmie nie więcej niż 30' pozostały czas przeznaczony zostanie na warsztat i praktyczne przygotowywanie zdrowych posiłków oraz ich konsumpcję.

Poprzez nasze działania pragniemy wyjść na przeciw trudnościom i skutkom związanym ze złym odżywianiem dzieci i młodzieży. Celem projektu jest kształtowanie prawidłowych postaw i nawyków żywieniowych oraz zachęcanie do regularnej aktywności fizycznej.

Odpowiednie żywienie ucznia jest warunkiem jego prawidłowego rozwoju fizycznego i intelektualnego. Wpływa także na wyniki osiągane w trakcie nauki i uprawiane dyscypliny sportu. Posiłki, które uczeń spożywa w domu i w szkole, powinny zapewniać mu odpowiednią siłę do nauki i zabawy. Jednocześnie nie mogą one powodować nadmiernego pobudzenia (np. poprzez dostarczanie zbyt dużej ilości słodkich i tłustych pokarmów, co może skutkować nadwagą i otyłością).

Już w listopadzie 2009 roku ministrowie zdrowia, edukacji narodowej oraz sportu i turystyki zawarli porozumienie o współpracy w sprawie promocji zdrowia i profilaktyki wśród dzieci i młodzieży. W związku z potrzebą szerzenia wiedzy i świadomości w zakresie żywienia oraz zdrowego stylu życia, pozytywnej zmiany postaw i nawyków żywieniowych, a w konsekwencji poprawy stanu zdrowia dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych.

W związku z powyższym pragniemy zaproponować profilaktykę zdrowotną, która będzie podejmowana w celu:

1. Utrwalenia odpowiednich wzorców związanych ze zdrowym stylem życia,
2. Zapobiegania chorobom,
3. Świadomego i zdrowego odżywiania się,
4. Współpracy dzieci, rodziców i nauczycieli,
5. Kształtowania nawyków żywieniowych,

Jednym z istotnych elementów projektu będzie kompleksowa profilaktyka skierowana do dzieci i młodzieży, której celem jest wzmacnianie czynników chroniących przed uzależnieniami, zachowaniami ryzykownymi oraz negatywnymi zjawiskami społecznymi. Działania profilaktyczne będą prowadzone w sposób dostosowany do wieku uczestników i będą stanowiły integralną część edukacyjną warsztatów.

Współczesne dzieci i młodzież funkcjonują w środowisku, w którym coraz większego znaczenia nabierają nie tylko zagrożenia związane z używkami, ale również uzależnienia behawioralne, nadmierne korzystanie z urządzeń cyfrowych, internetu, mediów społecznościowych i gier komputerowych. Dlatego projekt będzie zwracał szczególną uwagę na kształtowanie świadomych, odpowiedzialnych i zdrowych postaw, które mogą stanowić ważny element ochrony młodego człowieka przed zachowaniami ryzykownymi.

Zdrowie fizyczne jako fundament prawidłowego rozwoju.

Jednym z podstawowych narzędzi profilaktyki będzie zachęcanie do aktywności fizycznej. Aktywność sportowa będzie traktowana jako ważny element wychowania i budowania prawidłowych nawyków życiowych a nie tylko jako rekreacja.

Projekt będzie promował przekaz, że sport, zdrowe odżywianie może być pozytywną i konstruktywną alternatywą dla zachowań ryzykownych oraz sposobem na aktywne, wartościowe i bezpieczne spędzanie wolnego czasu.

Edukacja żywieniowa

W ramach projektu szczególne miejsce zajmie edukacja dotycząca zdrowego żywienia. Warsztaty i działania edukacyjne poświęcone prawidłowym nawykom żywieniowym oraz wpływowi sposobu odżywiania na zdrowie, samopoczucie, koncentrację i zdolność do podejmowania aktywności fizycznej.

Dzieci i młodzież będą zdobywały praktyczną wiedzę dotyczącą komponowania wartościowych posiłków, regularności odżywiania, właściwego nawodnienia oraz świadomego wyboru produktów spożywczych.

Edukacja żywieniowa będzie przedstawiana w sposób praktyczny i zrozumiały dla młodych odbiorców. Jej celem nie będzie jedynie przekazywanie wiedzy, ale przede wszystkim kształtowanie prawidłowych nawyków, które mogą być wykorzystywane w codziennym życiu.

Zdrowie psychiczne i dobrostan młodego człowieka

Bardzo ważnym obszarem projektu będzie również zdrowie psychiczne i emocjonalne dzieci oraz młodzieży.

Prawidłowy rozwój młodego człowieka wymaga bowiem nie tylko dobrej kondycji fizycznej, ale także umiejętności radzenia sobie ze stresem, presją otoczenia, niepowodzeniami oraz trudnymi emocjami.

W ramach działań edukacyjnych uczestnicy poznają znaczenie odpoczynku, snu, aktywności fizycznej, właściwego odżywiania oraz relacji społecznych dla utrzymania dobrego samopoczucia i równowagi psychofizycznej.

Przeciwdziałanie uzależnieniom

Integralną częścią projektu będzie profilaktyka uzależnień. Działania będą obejmowały edukację dotyczącą zagrożeń związanych z używkami oraz innych zachowań mogących prowadzić do uzależnienia.

Szczególną uwagę poświęcimy również uzależnieniom behawioralnym. Młodzi ludzie będą zdobywali wiedzę na temat odpowiedzialnego korzystania z internetu, smartfonów, gier komputerowych i mediów społecznościowych, a także znaczenia zachowania równowagi pomiędzy aktywnością cyfrową a aktywnością fizyczną, nauką, odpoczynkiem i bezpośrednimi relacjami z innymi osobami.

Przekaz profilaktyczny będzie oparty przede wszystkim na edukacji, budowaniu świadomości oraz wzmacnianiu pozytywnych alternatyw. Chodzi o to, aby młody człowiek potrafił rozpoznawać sytuacje ryzykowne, podejmować świadome decyzje i korzystać ze zdrowych sposobów radzenia sobie z trudnościami. Projekt będzie więc wykorzystywał warsztaty żywieniowe jako jedno z narzędzi wspierających wychowanie młodego człowieka oraz ograniczających przestrzeń dla zachowań ryzykownych.

W projekcie zakładamy połączenie kilku wzajemnie uzupełniających się obszarów: aktywności fizycznej, zdrowego żywienia, zdrowia psychicznego, profilaktyki uzależnień, edukacji społecznej oraz budowania pozytywnych relacji. Takie podejście pozwala spojrzeć na rozwój młodego człowieka w sposób całościowy.

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.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Liczba zorganizowanych warsztatów żywieniowych	4	Dziennik dokumentujący Realizację zdarzeń w Poszczególnych szkołach zawierający: -miejsce realizacji(szkole) -liczbę uczestników -datę realizacji -dokumentacja zdjęciowa -relacja w mediach społecznościowych
Liczba uczestników warsztatów	nie mniej niż 280	Dziennik dokumentujący Realizację zdarzeń w Poszczególnych szkołach zawierający: -miejsce realizacji (szkołę) -liczbę uczestników -datę realizacji -dokumentacja zdjęciowa -relacja w mediach społecznościowych
Zamieszczenie postów na stronie fundacji z informacją o realizowanym zadaniu	4	Dziennik dokumentujący Realizację zdarzeń w Poszczególnych szkołach zawierający: -miejsce realizacji (szkołę) -liczbę uczestników -datę realizacji -dokumentacja zdjęciowa -relacja w mediach społecznościowych

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

Komplementarność z innymi działaniami podejmowanymi przez organizację:

1. Organizacja Pikników sportowo-rekreacyjnych w tym z Urzędem Dzielnicy Bielany m.st Warszawa
2. Współorganizacja Mistrzostw Dzielnicy Bielany w indywidualnych i sztafetowych biegach przełajowych
3. Organizacja rozgrywek w Piłce ręcznej dziewcząt i chłopców szkół podstawowych i ponadpodstawowych
4. Organizacja "Olimpiady Przedszkolaków" z Urzędem Miasta w Piasecznie oraz Urzędem m. st. Warszawy w Dzielnicy Bielany
5. Organizacja zgrupowań sportowych, obozów sportowo-rekreacyjnych dla dzieci i młodzieży
6. Organizacja obozu sportowo-rekreacyjnego w Zakopanem, Jastrzębiej Górze z Mazowieckim Kuratorem Oświaty
7. Organizacja obozu sportowego w Karpaczu i Zakopanem z Fundacją Lotto
8. Organizacja Bielańskich Lekcji Zdrowego Żywienia z UD Bielany m.st. Warszawy
9. Organizacja lekcji zdrowego żywienia z Fundacją Lotto
10. Organizacja konferencji poświęconych zdrowiu dzieci, dorosłych i seniorów
11. Organizacja konferencji dla nauczycieli, trenerów i dyrektorów szkół pt" Rola szkół , klubów sportowych oraz nauczycieli i trenerów w profilaktyce nadwagi i otyłości wśród dzieci i młodzieży" z UD Bielany m.st. Warszawy
12. Organizacja biegu z Urzędem Marszałkowskim pn Mazowiecki Cross przez Kobylkę
13. Organizacja biegu z Urzędem Miasta Kobylka pn Mazowiecki Cross przez Kobylkę

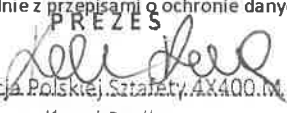
IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Zatrudnienie obsługi ekspertów zdrowego żywienia (2os x 4 warsztaty x 700zł)	5600	5600	0,00
2.	Zakup produktów spożywczych niezbędnych do realizacji zadania (4 warsztaty x 750zł)	3000	3000	0,00
3.	Zakup polisy 200zł	200	200	0,00
4.	Koordinacja projektu 1x2000zł x zadanie	2000	2000	0,00
5.	Obsługa techniczna wraz z transportem materiałów promocyjnych i spożywczych 1os x 4x550zł	2200	2600	0,00
6.	Materiały promocyjne (ścianka informacyjna z nazwą zadania, dyplomy dla uczestników z informacją o finansowaniu zadania przez Miasto Kobylka 1x1000 zł	1000	1000	0,00
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		14000	14000	0,00

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(-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.


PREZES
Fundacja Polskiej Sztafety 4X400 M..... ul. Posag 7 Panien 16/115, 02-495 Warszawa Data: 24.09.2026
.....**Karol Radke**..... NIP 5223230142 REGON 522511110
(podpis osoby upoważnionej lub podpisy
osób upoważnionych do składania oświadczeń
woli w imieniu oferentów)

