



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 | Gmina Wągrowiec                                                  |
| 2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>                          | Zadanie z zakresu działania na rzecz ochrony i promocji zdrowia: |

### 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                            |
| <p>Koło Gospodyń Wiejskich w Kobylcu<br/>ul. Jałowcowa 1<br/>Kobylec<br/>62 – 100 Wągrowiec<br/>Adres do korespondencji:<br/>Grażyna Skibińska<br/>Ul. Klonowa 4<br/>62-100 Kobylec<br/>wpisane do rejestru Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa dnia 2018-12-18 pod pozycją nr 3028070001.</p> <p>Reprezentacja zgodna ze statutem:</p> <p>Przewodnicząca Zarządu: Grażyna Skibińska, PESEL 74102203580<br/>Zastępca Przewodniczącej Zarządu: Anna Placha, PESEL 74090603081<br/>(Uchwała Nr 4/2019 z dnia 24.05.2019r.)</p> |                                                                                            |
| 2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Przewodnicząca Zarządu: Grażyna Skibińska<br>Zastępca Przewodniczącej Zarządu: Anna Placha |

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

|                              |                                     |
|------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Tytuł zadania publicznego | Żyj zdrowo na dyniowo, Kobylec 2020 |
|------------------------------|-------------------------------------|

<sup>1)</sup> 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 publicznego <sup>2)</sup>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Data rozpoczęcia | 15/08/2020 | Data zakończenia | 13/11/2020 |
| <b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                  |            |                  |            |
| <p>Zadanie realizowane będzie w świetlicy wiejskiej w Kobylcu gmina Wągrowiec. Związane ono będzie promocją zdrowia w zakresie zdrowego żywienia i przygotowywaniem dań z wykorzystaniem sezonowych warzyw – w tym przypadku dyni. Celem zadania jest budowanie świadomości wśród uczestników w jaki sposób przygotować pyszne dania na bazie warzyw, które nie tylko pozwolą nam zachować szczupłą sylwetkę ale co ważniejsze znacząco wpłynąć na nasze samopoczucie ułatwiając nam codzienną egzystencję.</p> <p>Mówiąc o zdrowym odżywianiu nie sposób wspomnieć, że największym zagrożeniem dla zdrowia jest coraz częściej występująca otyłość; poważna choroba przewlekła, która zabija - tak alarmowali o tym 7 kwietnia 2019 specjaliści w Warszawie z okazji rozpoczęcia kampanii edukacyjnej „Otyłość kontra zdrowie”. Z danych przedstawionych podczas inaugurującej kampanię konferencji prasowej wynika, że otyłość występuje już u 25,2 proc. Polaków, a według prognoz w 2025 r. otyłych będzie w naszym kraju 30 proc. mężczyzn i 26 proc. kobiet. Jeszcze więcej Polaków ma nadwagę: aż 68 proc. mężczyzn i 53 proc. kobiet. Otyłość i nadwaga coraz częściej występują wśród dzieci i nastolatków. Aż 44 proc. chłopców i 25 proc. dziewcząt w Polsce ma nadwagę, a odpowiednio 13 proc. i 5 proc. z nich jest otyłych. Jest to więc duży i realny problem co gorsza o charakterze progresywnym.</p> <p>Można temu przeciwdziałać poprzez powolne ale konsekwentne wspieranie kampanii promujących zmiany nawyków żywieniowych. Wartości odżywczych warzyw i ich właściwości leczniczych na zdrowie nie sposób wymienić. Ze względu na fakt, że bohaterką organizowanej przez nas imprezy uczyniliśmy dynię skupimy się na przedstawieniu walorów zdrowotnych tegoż oto warzywa.</p> <p>Dynia to warzywo bogate w witaminy i minerały, zwłaszcza niezbędny mężczyznom cynk, a przy tym ma niewiele kalorii. Świeże pestki dyni pomagają pozbyć się owsików, tasiemca i innych pasożytów. Dynia i jej właściwości lecznicze oraz wartości odżywcze doceniali już meksykańscy Indianie. Znalazła ona zastosowanie zarówno w meksykańskiej medycynie naturalnej, jak i kuchni. Pierwsze ciasto dyniowe zostało przyrządzone przez jednych z pierwszych osadników w Ameryce, a była nim wydrążona dynia wypełniona miodem, mlekiem i przyprawami, a następnie upieczona. Obecnie dynie uprawiane są przede wszystkim właśnie w Stanach Zjednoczonych. Za "dyniową stolicę świata" uważa się Motron w stanie Illinois. W USA dyni używa się nie tylko w kuchni. Jest też ona symbolem Halloween, które narodziło się w tym kraju. Jednak z tych przeznaczonych na "strachy" w Halloween niekoniecznie da się przyrządzić smaczne potrawy, dynie dzielą się bowiem na dwie główne kategorie - jadalne i ozdobne. Nie wszystkie są pomarańczowe - istnieją odmiany białe, niebieskawe, a nawet czerwona europejska. Naukowcy z East China Normal University w Szanghaju (Chiny)<sup>1</sup> odkryli, że substancja, która znajduje się w wyciągu z miększu dyni figolistnej - D-chiro-inozytol - może zastąpić insulinę. Substancja ta stymuluje regenerację komórek trzustkowych beta u szczurów z cukrzycą i reguluje aktywność insuliny. Słynne powiedzenie mówi, że jesteś tym, co jesz. Naukowcy wciąż badają związek pomiędzy tym, co jemy a tym, jak się czujemy. Są dowody na to, że zmiana diety wpływa na metabolizm i równowagę chemiczną w mózgu, w efekcie</p> |                  |            |                  |            |

<sup>2)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

oddziałując na nastrój i energię. Jedzenie warzyw utrzymuje stały poziom cukru we krwi, wpływa na równowagę chemiczną w mózgu i sprawia, że organizm jest odpowiednio nawilżony, dając więcej energii. Dlatego tak ważne jest aby dania przyrządzane z warzyw uzupełniały naszą codzienną dietę i na stałe gościły na naszych stołach. W zadaniu będą uczestniczyli mieszkańcy Kobyłca w różnym przedziale wiekowym w ilości 50 osób.

Przeprowadzone zostaną warsztaty kulinarne, w których tematem przewodnim będą dania na bazie dyni np. bigos dyniowy, kompot z dyni, konfitura z dyni, ciasto dyniowe, krem z dyni itp., a także grillowane warzywa. Warsztaty prowadzone będą przez członkinie Koła. Planuje się również przeprowadzenie przez członkinie KGW pogadanki na temat walorów zdrowotnych dyni i przekonywanie uczestników do zmiany stylu życia opartego na warzywach. W ramach zadania wszystkie przygotowane dania stanowić będą poczęstunek dla uczestników, a także rozdanie potraw w słoikach. Przeprowadzenie konkursu na najciekawszy przepis na zdrową potrawę z wykorzystaniem dyni. Podsumowanie zadania i jego rozliczenie będzie należało do członków KGW. Członkowie Koła Gospodyń w Kobyłcu wykonają prace związane z przygotowaniem zadania publicznego w ramach wolontariatu. Wkład własny finansowy KGW w Kobyłcu wyniesie 400,00zł. w formie wolontariatu i wkładu finansowego.

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

| Nazwa rezultatu                                                                                                                                                              | Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)                  | Sposób monitorowania rezultatów/źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| Celem spotkania jest propagowanie zdrowego żywienia wśród lokalnej społeczności. Pogadanka o wartościach dietetycznych dyni i innych warzyw.                                 | Zgromadzenie 50 osób.                                                       | Lista obecności.                                                                 |
| Aktywnie spędzony czas podczas warsztatów kulinarnych. Przygotowanie potraw z dyni dla uczestników. Konkurs na najciekawszy przepis na zdrową potrawę z wykorzystaniem dyni. | Wykonanie przetworów z dyni. Rozstrzygnięcie konkursu na najlepszy przepis. | Dokumentacja fotograficzna, protokoły komisji konkursowej, lista odbioru nagród. |

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

Koło Gospodyń Wiejskich, Kobylec, ul. Jałowcowa 1, 62 – 100 Wągrowiec, realizowało wcześniej szereg zadań na terenie Gminy Wągrowiec z zakresu kultury fizycznej i sportu a także kultury, sztuki, ochrony dóbr kultury i dziedzictwa w latach 2014-2019 będąc partnerem Stowarzyszenia Wsi Kobylec. W roku 2019 zostało zarejestrowane w ARMIR, uczestniczy w Jarmarkach Gminnych, Dożynkach i imprezach lokalnych.

Założone koło KGW posiada wsparcie na zasadzie partnerstwa i szeroko pojętej współpracy z istniejącym już w Kobyłcu Stowarzyszeniem na rzecz wspierania wsi. Członkowie KGW wykonują takie działania jak:

1. Wykonanie plakatów związanych z zadaniem,
2. Rekrutacja uczestników zadania,
3. Przygotowanie miejsca na świetlicy wiejskiej w Kobyłcu.
4. Zakup artykułów niezbędnych do przygotowania imprezy.

5. Zakup nagród na konkurs na najlepszy przepis na potrawę z dyni.
6. Zakup słoiczków na wykonane przetwory.
7. Przygotowanie potraw z dyni.
8. Wspólna degustacja.
9. Rozstrzygnięcie konkursu na najciekawszy przepis na zdrową potrawę z dyni i wręczenie nagród.
10. Podsumowanie zadania.
11. Rozliczenie zadania.

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

| Lp.                                        | Rodzaj kosztu                                                                                                                                                                                                                    | Wartość PLN | Z dotacji | Z innych źródeł |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|-----------------|
| 1.                                         | Wolontariat (wkład uczestników)                                                                                                                                                                                                  | 346,00      | 0,00      | 346,00          |
| 2.                                         | Nagrody                                                                                                                                                                                                                          | 467,00      | 467,00    | 0,00            |
| 3.                                         | Artykuły spożywcze (chleb, dynie, kielbasa, papryka, cebula, koncentrat, Pomarańcza, cukier, cytryny, margaryna, olej, pieczarki, cukinia, mąka, margaryna, dodatki do ciast i przyprawy, kawa, herbata, ocet, mleko, soki, jaja | 929,00      | 929,00    | 0,00            |
| 4.                                         | Talerzyki, sztućce, kubeczki, worki na odpady, węgiel do grilla, podpałka, patyczki do szaszłyków                                                                                                                                | 100,00      | 100,00    | 0,00            |
| 6.                                         | Słoiki                                                                                                                                                                                                                           | 184,00      | 184,00    | 0,00            |
| 7.                                         | Koszyki                                                                                                                                                                                                                          | 180,00      | 180,00    | 0,00            |
| 8.                                         | Narzędzia niezbędne do przeprowadzenia zadania                                                                                                                                                                                   | 800,00      | 800,00    | 0,00            |
| 8.                                         | Ubezpieczenie OC                                                                                                                                                                                                                 | 54,00       | 0,00      | 54,00           |
| Suma wszystkich kosztów realizacji zadania |                                                                                                                                                                                                                                  | 3060,00     | 2660,00   | 400,00          |

#### 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.

*Słubinskie Grzyby*  
*Maciej Anus*

Data : Wągrowiec 15/05/2020

(podpis osoby upoważnionej lub podpisy osób upoważnionych do składania oświadczeń woli w imieniu oferentów)