

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: „p**o**bieranie*/niepobieranie*”.

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Zarząd Województwa Świętokrzyskiego
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	Ochrona i promocja zdrowia, w tym działalności lecniczej w rozumieniu ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (t.j. Dz. U. z 2026 r. poz. 156).

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	
Stowarzyszenie „Republika Konecka” Smyków 59 26-212 Smyków NIP 6582001815 KRS 0001136448 Tel.: 883 811 262 e-mail: republikakonecka@gmail.com	
„REPUBLIKA KONECKA” Smyków 59, 26-212 Smyków NIP 65882001815 REGON 540102188	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Marta Trudnos e-mail: republikakonecka@gmail.com tel.: 883811262

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Krok po zdrowie – z kijkami po lepsze jutro!		
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	16.05.2026r	Data zakończenia 13.06.2026r
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)			

Celem głównym zadania będzie wspieranie działań edukacyjnych mających na celu kształtowanie postaw prozdrowotnych sprzyjających przeciwdziałaniu chorobom cywilizacyjnym, w szczególności promujących zdrową dietę oraz regularną aktywność fizyczną. Realizacja projektu przyczyni się do zwiększenia poziomu regularnej aktywności fizycznej, mieszkańcy powiatu nabędą wiedzę oraz umiejętności tworzenia zdrowych posiłków. W projekcie weźmie udział 40 osobowa grupa dorosłych osób z terenu powiatu koneckiego. Rekrutacja grupy odbędzie się poprzez zgłoszenia telefoniczne a o udziale w projekcie decydować będzie kolejność zgłoszeń. Informacja o projekcie oraz sposobie rekrutacji zostanie zamieszczona na stronie Stowarzyszenia Republika Konecka. Projekt pn. „Krok po zdrowie – z kijkami po lepsze jutro!” odbędzie się na terenie Powiatu Koneckiego. Dokładnym miejscem realizacji będzie Miasto Końskie – Sala bankietowa „Astoria” wraz z teren przyległym - ul. mjr. Hubala 2, 26 – 200 Końskie, teren przy Szkole Podstawowej Stadnicka Wola 55 26 – 200 Końskie, oraz trasa z Końskich do miejscowości Niebo w gminie Końskie, wśród malowniczych lasów i wspaniałej przyrody. Trasa rajdu zdrowotnego rozpocznie się na placu przed Szkołą Podstawową Stadnicka Wola 55 26 – 200 Końskie, gdzie nastąpi zweryfikowanie list obecności osób biorących udział w projekcie, rozdanie map z wyznaczoną trasą, zestawów kijków do nordic walking, kamizelek odblaskowych, suchego prowiantu i wody do picia.

Projekt zakłada następujące działania:

1. Warsztaty Nordic Walking – podczas których uczestnicy projektu:
 - 1) nauczą się wykonywać ćwiczenia rozgrzewkowe i rozciągające,
 - 2) nauczą się stosować prawidłową technikę Nordic Walking,
 - 3) nabędą umiejętności praktyczne do regularnej aktywności fizycznej
 - 4) nabędą wiedzę na temat bezpieczeństwa podczas rajdu (kamizelki odblaskowe i opaski).Część ruchowa prowadzona będzie przez certyfikowanego instruktora Nordic Walking, który przeprowadzi ćwiczenia rozgrzewkowo rozciągające. Warsztaty rozpoczną się na placu przed szkołą podstawową na Stadnickiej Woli (miejsce zbiórki), następnie podczas marszu trener nauczy uczestników jak stosować prawidłowe techniki aktywizujące mięśnie i stawy.
Warsztaty będą trwały 2 godziny.
W celu przeprowadzenia warsztatów nordic walking konieczny będzie zakupów 40 kompletów kijków do nordic walking, które po zrealizowaniu wydarzenia pozostaną na stanie Stowarzyszenia i posłużą do realizacji przyszłych projektów.
2. Przeprowadzenie zdrowotnego rajdu pieszego ze Stadnickiej Woli do miejscowości Niebo dla 40 osób dorosłych z powiatu Koneckiego. Trasa rajdu zdrowotnego rozpocznie się na placu przed Szkołą Podstawową na Stadnickiej Woli gdzie instruktor przeprowadzi rozgrzewkę i ćwiczenia rozciągające oraz nauczy technik Nordic Walking. Uczestnicy przemaszerują drogą w kierunku Izabelowa. Następny przystanek to okolice leśniczówki w Izabelowie, gdzie przeprowadzone zostaną kolejne warsztaty usprawniające układ ruchu. Kolejnym przystankiem będzie wieś Niebo - gdzie uczestnicy wkroczą na konecki Diabelski Szlak i powrócą do Końskich. Rajd zdrowotny potrwa 4 godziny i prowadzony będzie przez instruktora Nordic – Walking. Instruktor podczas marszu zdrowotnego będzie koordynował prawidłowe stosowanie technik Nordic – Walking przez uczestników a dodatkowo podczas przerw będzie prowadził ćwiczenia usprawniające układ ruchu. W związku z organizacją rajdu konieczny będzie zakup suchego prowiantu np. (batony

owsiane bez dodatku cukru, musy owocowe w saszetkach, suszone orzechy i owoce w saszetkach, woda) oraz kamizelek i opasek odblaskowych dla 40 uczestników rajdu zdrowotnego w celu zapewnienia bezpieczeństwa.

3. Warsztaty zdrowego odżywiania – podczas których uczestnicy projektu:

- 1) nauczą się zasad bilansowania diety,
- 2) nauczą się czytania etykiet produktów żywnościowych,
- 3) nauczą się w praktyce przygotowywać zdrowe posiłki.

Część żywieniowa przeprowadzona zostanie przez wykwalifikowanego psychodietetyka i oparta będzie na aktualnych zaleceniach i rekomendacjach Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego. Warsztaty będą miały charakter praktyczny i edukacyjny. Uczestnicy zdobędą wiedzę oraz umiejętności tworzenia zdrowych posiłków co w bezpośredni sposób przyczyni się do przeciwdziałania chorobom cywilizacyjnym. Warsztaty będą trwały 2 godziny i zostaną na sali bankietowej „Astoria” ul. mjr. Hubala, 26 – 200 Końskie wraz z teren przyległym. Na potrzeby warsztatów konieczny będzie zakupy artykułów żywnościowych, takich jak np. (warzywa, owoce, kasze, fasole, tofu, jogurty naturalne, płatki owsiane, ryż brązowy, chleb pełnoziarnisty, oliwa z oliwek, nasiona, orzechy, ryby, białe mięso itp.). Warsztaty przeprowadzi Psychodietetyk absolwent/ka WSEWS, Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego, PZH – PIB, Instytutu Dietetyki i Promocji Zdrowia oraz Międzynarodowej Szkoły Refleksologii. Członek Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego.

4. Prelekcja 1 godzinna pt. „Ruch i zdrowe odżywianie w profilaktyce i wspomaganiu leczenia chorób cywilizacyjnych oraz onkologicznych”, którą poprowadzi lekarz specjalista onkolog kliniczny, który jest absolwentem Warszawskiej Akademii Medycznej, Asystent Oddziału Onkologii Klinicznej i Chemioterapii Szpitala Luxmed-Onkologia w Warszawie. Specjalizuje się w diagnostyce onkologicznej i hematologicznej oraz kwalifikacji do leczenia systemowego. W codziennej praktyce wciela holistyczny model terapii pacjenta. Lekarz prowadzący posiada niezbędną, wysoką wiedzę i doświadczenie. Współpracuje z Fundacją Rosa w ramach ogólnopolskiego projektu RAKOBRONA.PL, oraz jest współtwórcą akcji <http://zlaprakazajaja.pl>. Jest autorem licznych publikacji związanych z profilaktyką chorób nowotworowych i prawidłowego żywienia. Członek American Society of Clinical Oncology (ASCO), European Society for a Medical Oncology (ESMO), Polskie Towarzystwo Onkologii Klinicznej (PTOK).

Sposobem monitorowania rezultatów będą listy obecności oraz ankieta przed i po realizacji projektu.

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
Przeprowadzenie zdrowotnego rajdu pieszego z elementami nordic walking	4 h dla 40 osób	Lista obecności
Przeprowadzenie warsztatów Nordic Walking	2 h dla 40 osób	Lista obecności
Przeprowadzenie warsztatów zdrowego odżywiania	2h dla 40 osób	Lista obecności
Przeprowadzenie prelekcji pt. „Ruch i zdrowe odżywianie w profilaktyce i wspomaganiu leczenia chorób cywilizacyjnych oraz onkologicznych”	1 h dla 40 osób	Lista obecności
Wzrost poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki i kształtowania postaw prozdrowotnych	Wiedzę podniesie min. 80% osób	Anonimowa ankieta przed i po cyklu zajęć przeprowadzona wśród uczestników

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

Stowarzyszenie "Republika Konecka" to organizacja która powstała w listopadzie 2024 r. Celem Stowarzyszenia jest działalność na rzecz rozwoju społecznego, gospodarczego, kulturalnego Powiatu Koneckiego. Członkowie Republiki Koneckiej to osoby z różnych środowisk, lokalni działacze społeczni, ludzie z ogromnym potencjałem, wiedzą i doświadczeniem w zakresie pomocy i aktywizacji przeróżnych grup społecznych. Grupa ludzi, którzy są członkami stowarzyszenia od wielu lat zaangażowana jest w życie lokalnej społeczności. Organizuje m.in. zbiórki dla osób potrzebujących, domów dziecka. W roku 2025 Stowarzyszenie Republika Konecka dzięki pozyskanym środkom zewnętrznym zorganizowała dwa otwarte wydarzenia tj. „Ecotrip z historią w tle”, podczas którego około 100 uczestników kształtowało postawy proekologiczne, a także poznawało lokalną historię. Drugim działaniem, które udało się przeprowadzić było zorganizowanie „Konferencji profilaktycznej – zdrowie zaczyna się od profilaktyki”. W wydarzeniu wzięło udział ponad 150 osób, przeprowadzono kilka wykładów ze specjalistami na temat chorób cywilizacyjnych i profilaktyki nowotworowej. Podczas konferencji uczestnicy mogli wykonać szereg darmowych badań tj. spirometria, badanie dermatoskopowe, badanie składu ciała na urządzeniu Tanita, a także podstawowe badania tj. pomiar glukozy, ciśnienia, EKG. Przy realizacji wnioskowanego zadania wykorzystane zostaną zasoby Stowarzyszenia. Grafik komputerowy, który jest członkiem stowarzyszenia opracuje mapę rajdu, ponadto wykorzystane zostaną zakupione w ramach wcześniejszych dofinansowań: laptop, namiot, głośnik, stoły eventowe.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Zakup zestawów kijów do nordic walking (40 kompletów x 75 zł/ komplet)	3 000,00		
2.	Wynagrodzenie dla instruktora nordic walking za przeprowadzenie warsztatów i rajdu pieszego (200 zł/h x 6h) koszt obejmuje 2 h. warsztatów nordic walking, 4 godziny koordynacji marszu oraz naukę wykonywania ćwiczeń usprawniających układ ruchu podczas marszu.	1200,00		
3.	Zakup suchego prowiantu na rajd dla 40 uczestników	1200,00		
4.	Wynagrodzenie prowadzącego za przeprowadzenie warsztatów zdrowego żywienia (250 zł/h x 2h)	500,00		
5.	Zakup artykułów spożywczych niezbędnych do realizacji warsztatów zdrowego żywienia	3000		
6.	Wynagrodzenie prowadzącego 1- godzinną prelekcję	300,00		
7.	Zakup kamizelek i opasek odbłaskowych	850,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 050,00 zł	10 000,00 zł	50,00 zł

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 ZARZĄDU

Grzegorz Piec

WICEPREZES ZARZĄDU

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

Data 13.03.2026r