

Departament Zdrowia i
Polityki Społecznej

nazwa Departamentu

.....

data wpływu

Tryb uproszczony 19a

nazwa konkursu

Piknik Zdrowych Wyborów

nazwa zadania

Oferent

FUNDACJA ACTIVE4ALL

Suma kontrolna

7104 b92f 248f 8920 d282 672b 18ca 756f

Oferta

☒

Korekta oferty

☐

Aktualizacja oferty

☐

Aneks oferty

☐

Sprawozdanie

☐

**Korekta
sprawozdania**

☐

Nr. wersji oferty z Generatora eNGO: 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 adresowana jest oferta	Zarząd Województwa Opolskiego
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	Działalności na rzecz osób niepełnosprawnych

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 email, numer telefonu	
FUNDACJA ACTIVE4ALL 45-720 Opole Koszyka 18/4 Adres do korespondencji : Opolska 108B/, 46-070 Domecko Forma prawna: fundacja KRS 0001174698	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Lista reprezentantów zgodzie z Odpis pełny KRS z dnia 01.06.2025 r., Statut: DANE ANONIMIZOWANE Osoba/y upoważniona do składania wyjaśnień: DANE ANONIMIZOWANE

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Piknik Zdrowych Wyborów			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	2025-07-15	Data zakończenia	2025-08-31

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

Zadanie polega na organizacji jednodniowego wydarzenia pod nazwą „Piknik Zdrowych Wyborów”, skierowanego do 45 osób z niepełnosprawnością o różnym stopniu i rodzaju w tym: niepełnosprawność ruchowa (schorzenia neurologiczne, rozszczep kręgosłupa, stwardnienie rozsiane), choroby psychiczne, niepełnosprawność somatyczna, intelektualna. W wydarzeniu biorą udział OzN powyżej jak i poniżej 18 roku życia. Piknik odbędzie się na terenie obiektu sportowego przyjaznego dla OzN – planowane miejsce to Wydział Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii Politechniki Opolskiej w Opolu - obiekt spełnia wymogi dostępności architektonicznej oraz informacyjno-komunikacyjnej, osobom ze szczególnymi potrzebami.

Obszary dietytyki i aktywności fizycznej są uznawane za kluczowe dla utrzymania i poprawy zdrowia, w szczególności u osób z ograniczoną sprawnością. Odpowiednio zbilansowana dieta wspiera prawidłowe procesy metaboliczne, poprawia sprawność interpretacji sygnałów dawnych przez dysfunkcyjny organizm, reguluje układ odpornościowy i wydalniczy oraz pomaga utrzymać należną masę ciała, co przekłada się na lepszą jakość życia i skuteczniejsze radzenie sobie z codziennymi wyzwaniami. Natomiast Regularna aktywność fizyczna – nawet w lekkiej formie – wspiera układ sercowo-naczyniowy, poprawia nastrój, zmniejsza ryzyko chorób współistniejących i sprzyja integracji społecznej. Organizatorzy, prowadzący działania na rzecz OzN od 2019 roku, regularnie otrzymują sygnały o potrzebie poszerzania wiedzy żywieniowej i ruchowej. Również sami uczestnicy oraz ich opiekunowie podkreślają, że takie wsparcie jest pomocne i potrzebne w codziennym funkcjonowaniu. Wydarzenie łączy edukację z praktyką i obejmuje dwie główne części:

1. Prelekcje tematyczne z zakresu dietytyki i racjonalnego odżywiania oraz znaczeniu aktywności fizycznej, uwzględniające specyfikę funkcjonowania OzN. Prelekcja znaczenia aktywności fizycznej ma na celu uświadomienie terapeutycznego wpływu, niedającego się zastąpić np. farmakologią. Ruch to wspomaganie procesu rehabilitacji i poprawie jakości życia OzN – wspiera regenerację, kompensację i adaptację organizmu. Regularny ruch zwiększa wydolność fizyczną, wzmacnia siłę mięśniową i zapobiega negatywnym skutkom bezczynności. Aktywność fizyczna poprawia samoocenę, buduje niezależność, kształtuje wytrwałość oraz pomaga lepiej poznać i zaakceptować własne ciało. Wspólna aktywność sprzyja integracji, uczy współdziałania i daje poczucie przynależności. Prelekcja dotycząca prawidłowego żywienia w codziennym funkcjonowaniu OzN, uwzględniającą również specyficzne, ważne tematy dla osób poruszających się na wózkach. Omówione zostaną zasady racjonalnej, przeciwwzapalnej i wspierającej odporność diety, ze szczególnym uwzględnieniem nawodnienia, błonnika, zdrowych tłuszczów oraz mikroflory jelitowej. Uczestnicy dowiedzą się, jak dieta wpływa na masę ciała, układ pokarmowy, ryzyko infekcji oraz ogólny komfort życia. Wskazane zostaną także produkty, których należy unikać i sposoby wspierania organizmu naturalnymi metodami.
2. Zajęcia aktywności ruchowej i mini-turnieje. W dostosowanych aktywnościach ruchowych uwzględniających psychofizyczne możliwości uczestników (m.in. konkurencje rzutowe, tenis stołowy, unihokej, gry i zabawy ruchowe, boccia, rugby na wózkach, koszykówka, siatkówka, badminton). W aktywnościach biorą udział również dzieci z niepełnosprawnością dlatego dla nich również będą dostosowane aktywności aktywizacyjne. Sprzęt został dobrany tak, by umożliwić udział osobom z różnym rodzajem i stopniem niepełnosprawności – w tym ruchową, intelektualną czy sensoryczną – oferując formy aktywności dostosowane do możliwości fizycznych, wspierające integrację, koordynację, sprawczość i poczucie sukcesu.

Każdy uczestnik OzN wydarzenia otrzyma:

- **Pakiet edukacyjny** z ulotką przedstawiającą kaloryczność popularnych produktów spożywczych – zarówno zdrowych, jak i wysokoprzetworzonych. Materiał zawiera czytelne zestawienia graficzne, które pomagają zrozumieć wpływ codziennych wyborów żywieniowych na bilans kaloryczny. Dzięki temu uczestnicy łatwiej podejmą świadome decyzje dotyczące diety i kontroli masy ciała. W pakiecie również będzie dodana taśma oporowa do ćwiczeń typu Power Band. Jest to proste, uniwersalne narzędzie, które pozwoli na kontynuowanie aktywności fizycznej w warunkach domowych i terenowych.
- **Pakiet żywieniowy** zawierający starannie dobrane produkty nisko przetworzone, korzystnie wpływające na zdrowie i codzienne funkcjonowanie. W zestawie znajdują się m.in.: woda, świeże owoce i warzywa, naturalny sok, płatki owsiane, nasiona, orzechy, suszone owoce bez dodatków, gorzka czekolada oraz zdrowe przekąski o prostym, naturalnym składzie. Pakiety te pełnią nie tylko funkcję symbolicznego upominku, lecz stanowią również praktyczne rozszerzenie treści edukacyjnych omawianych podczas prelekcji. Ich celem jest pokazanie uczestnikom, jak w prosty sposób podejmować świadome decyzje żywieniowe na co dzień – np. podczas zakupów – kierując się zasadą

wyboru produktów o wysokiej wartości odżywczej i niskim stopniu przetworzenia. Ta forma wsparcia ma na celu utrwalenie zmiany dobrych żywieniowych wyborów, co w konsekwencji ma spowodować wypracowanie zdrowych nawyków żywieniowych w duchu zdrowego stylu życia.

Bezpośrednie rezultaty zadania – zdobycie wiedzy o świadomych wyborach żywieniowych oraz praktyczne materiały – takie jak pakiet żywieniowy i ulotki – ułatwią natychmiastowe wdrożenie zmian w codziennej diecie. Wspólne ćwiczenia, gry i zajęcia integracyjne poprawią motywację do podejmowania aktywności fizycznej, wzmocnią więzi społeczne, podniosą samoocenę oraz będą źródłem radości i satysfakcji z aktywności w grupie.

Długofalowe rezultaty zadania - w perspektywie długofalowej, utrwalenie zdrowych nawyków żywieniowych i aktywności fizycznej przyczyni się zmniejszenia ryzyka chorób – takich jak otyłość, cukrzyca czy choroby sercowo-naczyniowe, szczególnie groźne dla osób z istniejącymi już innymi dysfunkcjami. Regularna aktywność będzie wspierać większą samodzielność w codziennych czynnościach, co wpłynie na poprawę dobrostanu i niezależności życiowej uczestników. Co równie istotne, integracyjne formy ruchu będą przeciwdziałać społecznemu wykluczeniu i wspierać rozwój kompetencji interpersonalnych, co sprzyja wzmacnianiu poczucia przynależności i wartości w społeczności.

Planowane rozpoczęcie działań organizacyjnych związanych z przygotowaniem pikniku przypada na drugą połowę lipca. Obejmuje ono m.in. zakupy materiałów, przygotowanie materiałów edukacyjnych oraz organizację logistyczną wydarzenia. Realizacja samego pikniku zaplanowana jest na połowę sierpnia, przy czym ostateczny termin zostanie ustalony w porozumieniu z grupą docelową, tak aby dopasować datę do ich potrzeb i zapewnić maksymalny udział uczestników. Departament o dokładnej dacie organizacji pikniku zostanie poinformowany nie później niż 4 tygodnie przed ustaleniem terminu wydarzenia.

Uzasadnienie kosztów: Wszystkie zaplanowane wydatki są celowe i przemyślane – obejmują honoraria dla specjalistów, pakiety żywieniowe i edukacyjne, sprzęt do ćwiczeń oraz niezbędne koszty organizacyjne. Zakupione materiały będą wykorzystane również w dalszej działalności statutowej fundacji. Wydatki są zgodne z celem działania i proporcjonalne do zakresu wsparcia.

Wydarzenie zostanie wypromowane na profilach społecznościowych fundacji takich jak Facebook oraz Instagram, oraz stronie internetowej, poprzez umieszczenie zdjęć oraz stosownego opisu. W realizację zadania zaangażowani będą wolontariusze, którzy pomogą w organizacji i bieżącej obsłudze wydarzenia.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Zorganizowanie wydarzenia „Piknik Zdrowych Wyborów”	100%	Faktury, umowy zlecenie, dokumentacja fotograficzna
Uczestnictwo 45 OzN w pikniku	100%	Posty w mediach społecznościowych - Facebook oraz strona internetowa fundacji, dokumentacja fotograficzna

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

Fundacja, która jest oferentem niniejszego zadania, jest nowo utworzona, jednak osoby nią zarządzające oraz realizujące projekt mają wieloletnie doświadczenie w pracy na rzecz OzN. Przez wiele lat wspierali OzN zarówno poprzez działalność w innych organizacjach pozarządowych, jak i realizację własnych projektów aktywizujących i integrujących tę grupę społeczną.

Realizacją i koordynacją zadania zajmuje się Prezeska Fundacji: Justyna Charaśna-Blachucik od lat aktywnie zaangażowana w działalność na rzecz środowiska OzN, posiadająca bogate doświadczenie organizacyjne i społeczne. W dorobku organizacyjnym znajdują się m.in. cykliczne wydarzenia charytatywne i integracyjne, w tym ogólnodostępna impreza „Politechnika Opolska Osobom z Niepełnosprawnościami”, gromadząca blisko 700 uczestników, a także zawody Olimpiad Specjalnych, konferencje naukowe poświęcone tematyce niepełnosprawności „Osoby z niepełnosprawnościami – edukacja, rehabilitacja, turystyka i rekreacja” oraz współpraca z Polskim Komitetem Paralimpijskim i PFRON. Inicjatorka również licznych działań społecznych, takich jak przekazywanie paczek świątecznych młodym sportowcom OzN, co dodatkowo świadczy o stałym i realnym wsparciu dla tej grupy. Za swoją działalność została uhonorowana nominacją w

plebiscycie na najbardziej zasłużoną postać regionu w kategorii „Działalność społeczna i charytatywna”, laureatka "Srebrnych Laurów Umiejętności i Kompetencji w kategorii Pro Publico Bono" oraz odznaczona Brązowym Krzyżem Zasługi Rzeczypospolitej Polskiej przez Prezydenta RP.

W realizacji prelekcji oraz praktycznych zajęć aktywności fizycznej i dietyki uczestniczyć będą wykwalifikowani specjaliści:

- Justyna Charaśna-Blachucik – doktor nauk o kulturze fizycznej, ukończone studia pedagogiczne, uprawnienia nauczycielsko-trenerskie, ukończone studia podyplomowe z edukacji i rehabilitacji OzN intelektualną – oligofrenopedagogika, pedagogika specjalna w zakresie autyzmu. Trenerka i instruktorka II stopnia sportu osób niepełnosprawnych, trenerka II klasy piłki siatkowej, instruktor sportu lekkoatletyk. Od 2019 roku do teraz realizuje projekty "Bądź Aktywny!" – sekcje siatkówki na siedząco, boccie i ogólnorozwojowe. Trenerka TUS (Trening umiejętności społecznych) pierwszego i drugiego stopnia. Pracownik Wydziału Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii Politechniki Opolskiej, prowadząca zajęcia dla studentów z zakresu niepełnosprawności na kierunku wychowanie fizyczne i fizjoterapia jak sport OzN, adaptowana aktywność fizyczna, pedagogika, psychologia.
- Michael Jonek to trener II klasy kolarstwa oraz instruktor sportu OzN z ukończonym kursem podstaw dietyki. Sam będący osobą z tetraplegią, jest żywym dowodem na to, że „niemożliwe nie istnieje”. Z wykształcenia informatyk, a jednocześnie aktywny zawodnik para-kolarstwa szosowego ręcznego. Uczestniczył w wielu prestiżowych zawodach, takich jak Puchar Europy, Mistrzostwa Polski, maratony oraz półmaratony, zarówno w kraju, jak i za granicą. Bogate doświadczenie sportowe i życiowe pozwala mu skutecznie wspierać OzN. Prowadzi zajęcia z treningu ogólnorozwojowego, kondycyjnego oraz techniki jazdy na wózku inwalidzkim.

Wsparcie kadry trenerskiej zapewni pięciu wolontariuszy i wolontariuszek – asystentów OzN, w tym studentów i studentek Wydziału Wychowania Fizycznego i Fizjoterapii Politechniki Opolskiej, którzy mają praktyczne doświadczenie w pracy z OzN. Wolontariusze posiadają również doświadczenie zawodowe i wolontariackie, co zwiększa profesjonalizm wsparcia podczas realizacji pikniku.

Do realizacji zadania zostaną wykorzystane także zasoby rzeczowe Fundacji, m.in.:

- Sprzęt techniczny: laptop, drukarka oraz niezbędne materiały biurowe,
- Materiały eksploatacyjne: papier, tonery do druku dokumentacji,
- Zaplecze administracyjne: koordynacja projektu i gromadzenie dokumentacji w siedzibie Fundacji.

Dzięki połączeniu wieloletniego doświadczenia kadry oraz odpowiednich zasobów rzeczowych realizacja zadania zostanie przeprowadzona na wysokim poziomie, zapewniając rzetelne wsparcie uczestnikom, zarówno pod względem merytorycznym, fizycznym, jak i organizacyjnym. Realizacja zadania jest w pełni komplementarna z działaniami statutowymi fundacji, ukierunkowanymi na wspieranie OzN poprzez promocję zdrowego stylu życia, aktywności fizycznej, edukacji prozdrowotnej oraz integracji społecznej.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Usługa trenerska (przygotowanie i przedstawienie prelekcji, organizacja i realizacja adaptowanych aktywności)	600,00 zł		
2	Usługa dietyki (przygotowanie i przedstawienie prelekcji, opracowanie ulotki)	600,00 zł		
3	Usługa rachunkowa (księgowość)	600,00 zł		
4	Ulotka składana porównania kaloryczności do pakietu edukacyjnego	160,00 zł		
5	Taśma oporowa do ćwiczeń Power Band do pakietu edukacyjnego	720,00 zł		
6	Produkty do pakietu żywieniowego (woda lub sok naturalny w szklanej butelce, owoce, warzywa, płatki owsiane, nasiona, orzechy, przekąski o naturalnym składzie, suszone owoce bez dodatków, gorzka czekolada, produkty zbożowe i błonnikowe)	4 725,00 zł		

7	Zakup sprzętu sportowo – aktywizującego (zestawy do aktywności celnościowych i zręcznościowych, edukacyjne piłki, zestawy do tenisa stołowego, nakładki na pacholki, siatki na piłki) do przeprowadzenia zajęć ruchowych i mini-turniejów	2 595,00 zł		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00 zł	10 000,00 zł	0,00 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(-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.
8. Oświadczam, że w bieżącym roku kalendarzowym ~~OTRZYMAŁEM*/NIE OTRZYMAŁEM*~~ w innym konkursie ogłaszanym przez Zarząd Województwa Opolskiego, finansowania lub dofinansowania na realizację zadania publicznego o spójnej treści określonej w niniejszej ofercie. Oferta, która otrzymała dotację na finansowanie lub dofinansowanie realizacji zadania publicznego, a została złożona do innego konkursu ogłoszonego przez Zarząd zostaje pozostawiona bez rozpatrzenia

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

Data: 2025-06-16 14:57:59

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.