

Departament Zdrowia i  
Polityki Społecznej

*nazwa Departamentu*

.....

*data wpływu*

Tryb uproszczony 19a

*nazwa konkursu*

VII Opolska Olimpiada Sportowa Osób Starszych z Niepełnosprawnością

*nazwa zadania*

**Oferent**

Fundacja Rozwoju Społecznego SPINACZ

**Suma kontrolna**

cce6 a9d4 c899 2967 6463 52b9 8391 8726

**Oferta**

**Korekta oferty**

**Aktualizacja oferty**

**Aneks oferty**

**Sprawozdanie**

**Korekta  
sprawozdania**

## 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 Opolskiego
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	Ochrony i promocji zdrowia, w tym działalności leczniczej w rozumieniu ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz. U. z 2020 r. poz. 295 i 567)

**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>	
<b>Fundacja Rozwoju Społecznego SPINACZ</b> 45-047 Opole Waryńskiego 2  Forma prawna: fundacja KRS 0000593592	
<b>2. Dane osób upoważnionych do składania wyjaśnień dotyczących oferty</b> (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	<b>Lista reprezentantów zgodnie z Statutem Fundacji:</b> DANE ANONIMIZOWANE  <b>Osoba/y upoważniona do składania wyjaśnień:</b> DANE ANONIMIZOWANE

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	VII Opolska Olimpiada Sportowa Osób Starszych z Niepełnosprawnością			
2. Termin realizacji zadania publicznego <sup>2)</sup>	Data rozpoczęcia	2024-10-01	Data zakończenia	2024-11-30

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

"VII Opolska Olimpiada Osób Starszych z Niepełnosprawnością" to propozycja Fundacji Rozwoju Społecznego SPINACZ na zagospodarowanie czasu wolnego osobom w wieku 60+ z terenu województwa opolskiego. Realizacja projektu przyczyni się do integracji oraz poprawy jakości funkcjonowania społecznego tej grupy. Realizacja projektu dodatkowo będzie jednym z elementów profilaktyki zdrowotnej, rozwoju psychosomatycznego i psychospołecznego tej grupy osób. W Opolu w hali sportowo-widowiskowej „Stegu Arena” spotkają się seniorzy z całego woj. opolskiego, by wziąć udział w olimpiadzie sportowej. Wydarzenie zorganizowane zostanie w dniu 28 października 2024 roku. Zaplanowano udział 15 drużyn reprezentujących poszczególne powiaty woj. opolskiego oraz różne środowiska osób starszych, w tym kluby seniora oraz grupy nieformalne. Poprzez organizację zajęć o charakterze sportowym realizacja projektu przyczyni się do polepszenia dobrostanu psychofizycznego jego uczestników, także na etapie przygotowywania się do zawodów. Zawodnicy będą zmagać się w drużynowych konkurencjach dostosowanych do możliwości i sprawności wynikających z wieku i możliwości fizycznych, np. slalom fitball, sztafeta, rzut do celu. Proponowane wydarzenie wpisuje się również w potrzeby osób starszych w zakresie rehabilitacji pocovidowej. Przed i w trakcie wydarzenia przekazywane będą informacje o źródle finansowania oraz walorach promocyjnych województwa opolskiego.

**Celem głównym** jest przełamywanie biernych postaw społecznych poprzez propagowanie zdrowia, postaw sportowego i aktywnego trybu życia oraz czynnego spędzania czasu wolnego wśród seniorów (w tym głównie z niepełnosprawnością) z woj. opolskiego w ramach udziału w wydarzeniu.

**Celami pośrednimi są:**

- poprawa sprawności psychoruchowej seniorów;
- podniesienie świadomości nt. pozytywnych skutków aktywności fizycznej i promocja zdrowia,
- profilaktyka chorób związanych z wiekiem, w szczególności układów ruchowych oraz chorób upośledzających zdolności poznawcze,
- aktywizacja społeczna osób starszych poprzez upowszechnianie kultury fizycznej i sportu,
- integracja środowisk osób starszych na poziomie regionu,
- wymiana doświadczeń poprzez współzawodnictwo sportowe i integrację w grupie,
- przełamywanie stereotypów na temat osób starszych.

**BEZPOŚREDNIMI UCZESTNIKAMI PROJEKTU będą:**

- 90 sportowców w wieku 60+ z woj.opolskiego (15 drużyn, w każdej po 6 sportowców),
- 15 asystentów osób starszych z woj. opolskiego (15 drużyn, w każdej po 1 asystencie),
- min. 30 kibiców z woj. opolskiego
- 15 wolontariuszy - międzypokoleniowa grupa osób zaangażowanych w realizację wydarzenia.

**Łącznie:** 150 uczestników bezpośrednich wydarzenia.

**Uzasadnienie potrzeby realizacji projektu**

Opis potrzeb wskazujących na konieczność wykonania zadania publicznego wynika z analizy danych zebranych z kilku źródeł: rozmów z osobami starszymi i koordynatorami działań m.in. Klubów Seniora w mieście Opolu oraz przedstawicieli Uniwersytetów Trzeciego Wieku z województwa opolskiego prowadzonych w ramach bieżących działań fundacji, danych statystycznych oraz własnej wiedzy i doświadczeń z pracy z osobami 60+.

Koncepcja projektu odwołuje się do definicji zdrowia przyjętej przez WHO opartej na holistycznym podejściu do zdrowia. Zdrowie rozumiane jest kompleksowo, a więc obejmuje zarówno wymiar ciała, umysłu, ducha i zdrowych kontaktów w społecznych. Osoby starsze, stanowią coraz większą część społeczeństwa polskiego w tym również większą część mieszkańców naszego województwa. Obecnie w woj.opolskim zamieszkuje ok. 240 tys. osób powyżej 60 roku życia (dane z „Rocznik statystyczny województwa opolskiego 2017”), co stanowi prawie 23% mieszkańców województwa. Zważywszy na problemy demograficzne województwa, tj. coraz większe wyludnianie i starzenie się społeczeństwa, w 2035r. osoby starsze będą stanowiły ponad 1/3 jego społeczeństwa. Potwierdzają to autorzy publikacji „Seniorzy w woj. opolskim – szanse i wyzwania” wg których prognoza ludności województwa opolskiego do 2035 r. jest wysoce niekorzystna. W

publikacji tej przedstawione są wyniki przeprowadzonych wśród osób starszych badań na temat ich potrzeb i problemów. Wśród potrzeb pierwsze miejsce zajmują te najbardziej pilne – materialne i bytowe, Gdy jednak te są zaspokojone to największą potrzebą są zajęcia aktywizacyjne dla osób starszych. Dane te są spójne z doświadczeniami osób zaangażowanych w działalność Fundacji SPINACZ.

Jak wynika z danych zawartych w publikacji „Seniorzy w woj. opolskim – szanse i wyzwania”, usługi edukacyjne, aktywizacyjne zajmują wysokie miejsce wśród potrzeb osób starszych i stanowią działania profilaktyczne w zakresie zdrowia fizycznego i psychicznego. Wyniki sondażu wskazują, iż najbardziej oczekiwaną formą są spotkania grupowe. Na 2. miejscu znalazły się zajęcia ruchowe jako chęć dbałości o zdrowie.

Natomiast jeśli chodzi o problemy, to osoby badane bardzo często wskazywały na ograniczenia ruchowe co przekłada się na niską aktywność rekreacyjną. Trudności te wiążą się ze wzrostem frustracji, pogorszeniem stanu zdrowia oraz zmniejszoną aktywnością życiową wśród tej grupy. Potrzeba ruchu w tym wieku jednak jest bardzo duża, systematyczny wysiłek fizyczny wpływa korzystnie na poprawę zdrowia osób po 60 rż. Opóźnia efekty starzenia, a w szczególności wpływa na lepszą pracę serca, dotlenia organizm, wpływa na ogólne samopoczucie, odpręża oraz koryguje wady postawy. Systematyczne ćwiczenia zwiększają także gibkość i zręczność. Ponadto osoby starsze spotykają się często z wykluczeniem społecznym, wynikającym głównie z ludzkiej niewiedzy i stereotypowego patrzenia na osobę starszą, co w konsekwencji prowadzi do odrzucenia i stygmatyzacji zarówno osób starszych jak również ich rodzin. U ludzi niemających bezpośrednio kontaktu z osobami starszymi pojawia się szereg różnych emocji, takich jak wstyd lub złość na zachowania, lęk, z którymi często radzą sobie unikając kontaktu z nimi. Wdrożenie projektu ma zwiększyć świadomość społeczeństwa i podnieść poziom tolerancji osób starszych a także ich rodzin i bliskich, a w konsekwencji doprowadzić do integracji ze społeczeństwem i zwiększenia uczestnictwa osób 60+ w życiu społecznym.

W związku z powyższym proponowany projekt ma też być zachętą do podjęcia zdrowego stylu życia przez osoby 60+ z terenu woj. opolskiego oraz niejako profilaktyką schorzeń związanych z wiekiem (np. narządów ruchu, miażdżycy). Aktywność fizyczna pozwala dłużej zachować młodość i opóźnić procesy starzenia i postępu choroby. Regularne ćwiczenia usprawniają pracę wszystkich układów i narządów, wzmacniają układ kostny, zwiększają zakres ruchomości stawów. Efektem ćwiczeń jest łatwość w wykonywaniu codziennych czynności. Zajęcia ruchowe związane z przygotowaniem do olimpiady koncentrować się będą na poprawie wytrzymałości, zwiększeniu siły i masy mięśniowej, zwiększeniu gibkości i poprawie koordynacji ruchowej. Trzeba pamiętać, że seniorzy preferują proste formy ruchowe, stąd określony wybór konkurencji wpisanych w program olimpiady. Aktywność musi wiązać się też z relaksem i przyjemnością. Należy spodziewać się integracji osób starszych, wzrostu świadomości nt. pozytywnego wpływu aktywności fizycznej na stan zdrowia, kondycję psychiczną i w efekcie nawet poprawy jakości życia i jego wydłużenia. Aktywność odgrywa ważną rolę w podtrzymywaniu zdrowia i sprawności, a przejawia się między innymi w wykonywaniu czynności domowych, przemieszczaniu się, uprawianiu sportu i rekreacji ruchowej. Dzięki aktywności fizycznej osoby starsze w znaczący sposób mogą się przyczynić do zachowania samodzielności w wykonywaniu codziennych czynności i polepszenia jakości życia. Pomimo, że znany jest pozytywny wpływ aktywności fizycznej na zdrowie i jakość życia, z badań uczestnictwa Polaków w rekreacji ruchowej i sporcie przeprowadzonych przez GUS wynika, że przeszło 3/4 populacji powyżej 60. roku życia jest nieaktywna fizycznie. Brak aktywności fizycznej i siedzący tryb życia to główne, obok chorób przewlekłych, przyczyny postępującego z wiekiem spadku zdolności wysiłkowej.

### **Trwałość i innowacyjność projektu**

Wydarzenie ma potencjał do powtarzania rok rocznie. Obecna edycja odnosi się do VI olimpiady, która odbyła się w październiku 2023 roku (dofinansowana ze środków Województwa Opolskiego). Na podstawie tych doświadczeń widać, że jest znaczące zainteresowanie wydarzeniem, że odnosi ono zaplanowane skutki. Pomysł na Olimpiadę jest autorski, a tegoroczna edycja będzie rozwinięciem wcześniejszych wydarzeń tego typu. Do współorganizacji wydarzenia zaproszono dodatkowe instytucje i podmioty, a także władze regionalne i miejskie. Jest to jedyna olimpiada sportowa seniorów organizowana w naszym województwie na taką skalę. Mniejsze wydarzenia, które odbywają się cyklicznie i są związane ze sportem, aktywnością fizyczną i promocją zdrowia osób starszych, (np. spartakiada w trakcie obchodów Dni Seniora w Opolu w 2017 r.), nigdy nie łączyły mieszkańców całej Opolszczyzny.

Innowacyjność projektu przejawia się także poprzez uwzględnienie działań budowania więzi ponadpokoleniowych, w tym zachęcając dzieci i młodzieży do kibicowania zawodnikom, a także poprzez stworzenie międzypokoleniowej grupy wolontariuszy złożonej ze studentów, nauczycieli wychowania fizycznego, oraz przedstawicieli innych środowisk.

### **Przebieg wydarzenia:**

Planujemy, że olimpiada odbędzie się pod honorowym patronatem Marszałka Województwa Opolskiego i Prezydenta Miasta Opola. Wydarzenie rozpocznie się od symbolicznego zapalenia znicza olimpijskiego. Na początek wydarzenia w hali Stegu Arena odbędzie się parada otwierająca imprezę i prezentacja poszczególnych drużyn. Nie zabraknie też zwyczajowych przemówień i przysięgi składanej przez zawodników. Dodatkowo zaprezentowani zostaną goście honorowi, w tym opolscy olimpijczycy, którzy jako ambasadorzy wydarzenia będą promować sport i zachęcać wszystkie zgromadzone

osoby do aktywności ruchowej i intelektualnej. Zaplanowano też część artystyczną.

W ramach głównej części Olimpiady zawodnicy będą zmagać się w 10 drużynowych konkurencjach wymagających aktywności fizycznej i umysłowej dostosowanych do możliwości psychofizycznych osób starszych, a także nie zagrażających ich zdrowiu: rzut do celu, slalom fitball, slalom z kijem do unihokeja, rzut piankowym oszczepem do celu, sztafeta pisana, bieg z rakieta do tenisa i piłeczką, sztafeta wahadłowa. Każda drużyna zostanie oznaczona specjalistycznymi plastronami lub innymi oznaczeniami, przez co kibice zasiadający na trybunach będą mieli łatwość w śledzeniu zawodów. Każda drużyna pobierze kartę startową i weźmie udział we wszystkich konkurencjach ocenianych przez sędziów, a wygra ta, która zgromadzi najwięcej punktów. Wyniki będą na bieżąco wyświetlane na telebimach. Po zmaganiach sportowców nadejdzie czas na dekorację medalową. Każdy z uczestników otrzyma okolicznościowy medal za udział w olimpiadzie, a drużyny pamiątkowe dyplomy. Same zawody oprócz realizacji celu głównego projektu docelowo skutkować będą poprawą sprawności psychoruchowej seniorów. Następnie wszyscy uczestnicy zostaną poczęstowani ciepłym posiłkiem. Jest to szczególnie ważne ze względu na wiek i choroby uczestników, wysiłkowy charakter współdziałania w zawodach, a także na to, że w większości będą to osoby spoza Opola. Wspólny posiłek, jak zresztą też udział w Olimpiadzie, przyczynią się do osiągnięcia pozostałych zaplanowanych celów pośrednich, tj. aktywizacji społecznej osób starszych, integracji środowisk osób starszych na poziomie regionu, wymiany doświadczeń poprzez współzawodnictwo sportowe.

#### Promocja projektu:

Propagowanie postaw zdrowego i aktywnego trybu życia oraz czynnego spędzania czasu wolnego wśród grupy uczestników nastąpi także poprzez realizację działań promocyjnych, szczególnie wzmocnionych w tym dniu. M.in. zaplanowano przekazywanie na bieżąco informacji o przebiegu zawodów na antenie lokalnych rozgłośni radiowych z Opola oraz przesłanie informacji o rozgrywanym wydarzeniu do mediów z całego województwa. Na wszystkich materiałach oraz w komunikatach będzie podawana informacja o źródle finansowania.

Współorganizatorami zadania będą:

- Miasto Opole
- Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Opolu wraz z Centrum Informacyjno - Edukacyjnym "Senior w Opolu"
- Centrum Aktywizacji Społecznej
- Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Opolu
- Rada Seniorów Miasta Opola
- Powiatowa Rada ds. Osób Niepełnosprawnych
- Politechnika Opolska, Wydział Wychowania Fizycznego
- Uniwersytet Opolski (Instytut Nauk Pedagogicznych)
- Stowarzyszenie na Rzecz Integracji Środowiska Lokalnego "Chciej Chcieć" w Opolu
- Stowarzyszenie Bursztynowe Serca z Opola

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

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Przeprowadzenie wydarzenia sportowego dla środowiska seniorów z województwa (15 drużyn -90 zawodników, 30 kibiców, 15 asystentów osób starszych, 15 wolontariuszy)	150 osób	zdjęcia, listy obecności, karty drużyn
materiał filmowy z przebiegu olimpiady	1	film na youtube

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

Fundacja Rozwoju Społecznego SPINACZ posiada doświadczenie w realizacji działań na rzecz osób starszych. W poprzedniej edycji Opolskiej Olimpiady Seniorów byliśmy jednym ze współorganizatorów wydarzenia.

Projekty realizowane w okresie 2017-2023 na rzecz osób starszych to m.in:

- Od 2018 roku realizacja Olimpiady Sportowej dla Osób starszych finansowanej ze środków pochodzących z budżetu Województwa Opolskiego. Każdy projekt zrealizowany i rozliczony prawidłowo.
- Patronat nad wnioskami realizowanym przez grupy nieformalne w ramach programu „Kierunek FIO” dofinansowanych ze środków Funduszu Inicjatyw Obywatelskich oraz środków Samorządu Województwa Opolskiego.
  - „Bal Seniora na 100 par” – projekt na kwotę 4900zł, rozliczony prawidłowo. Udział w projekcie wzięło ostatecznie 334 uczestników. Realizacja projektu miała na celu integrację wewnątrzpokoleniową oraz uczczenie 100 rocznicy odzyskania przez Polskę niepodległości. Projekt realizowany był w okresie wrzesień -listopad 2018. Prawidłowo rozliczony.
  - „Aktywny Senior” – projekt miał na celu wsparcie aktywnego trybu życia wśród grupy osób starszych z terenu miasta Opole, poprzez umożliwienie grupie 30 osób korzystania z zajęć sportowo -rekreacyjnych (badminton, kajaki, nordic walking). Projekt na kwotę 4960zł, rozliczony prawidłowo. Projekt realizowany był w okresie wrzesień - listopad 2018. Prawidłowo rozliczony
  - „Aqua aerobik dla Seniora” – projekt miał na celu wsparcie aktywnego trybu życia wśród grupy osób starszych z terenu miasta Opole, poprzez umożliwienie grupie 30 osób korzystania z zajęć aqua aerobiku. Projekt na kwotę 2008,74 zł, rozliczony prawidłowo. Projekt realizowany był w okresie wrzesień -listopad 2018. Prawidłowo rozliczony.
  - "Sportowy Wróblin" - projekt ma na celu wsparcie aktywnego trybu życia wśród seniorów z dzielnicy Wróblin w Opolu, poprzez umożliwienie seniorom uczestnictwa w zajęciach sportowych i kulturalnych. Projekt na kwotę 6 tys zł, realizowany w okresie czerwiec - wrzesień 2023 roku, rozliczony prawidłowo.
- Realizacja projektu pt. " Senior na medal" polegający na prowadzeniu zajęć z badmintona dla osób starszych. Kwota dofinansowania wynosi 5335zł. Zakończony i rozliczony 2019 roku.
- Od 2020 roku regularne prowadzenie zajęć z żonglerki oraz badmintona dla osób starszych z miasta Opole.

Ponadto osoby odpowiedzialne za realizację projektu posiadają doświadczenie w realizacji projektów finansowanych ze środków ministerialnych (m.in. koordynacja I i II edycji projektu pt. "Naukowy Rozwój SENIORA" skierowanego do słuchaczy 8 Uniwersytetów Trzeciego Wieku w województwie opolskim finansowanego ze środków Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego oraz koordynacja projektu pt. "Szczęśliwa Jesień Życia" finansowanego ze środków Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej) oraz lokalnych.

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Poczęstunek dla bezpośrednich uczestników projektu (łącznie 150 osób - sportowcy, kibice, asystenci, wolontariusze)	9 800,00 zł		
2	Księgowość projektu	200,00 zł		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>10 000,00 zł</b>	<b>10 000,00 zł</b>	<b>0,00 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.
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: 2024-09-04 08:09:30

### 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 2018 r. poz. 450, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.