

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	Urząd Miasta Bielsk Podlaski
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	10) działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym

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: Klub Amazonki w Bielsku Podlaskim , Forma prawna: Stowarzyszenie Rejestrowe , Numer Krs: 0000226079 , Kod pocztowy: 17-100 , Poczta: Bielsk Podlaski , Miejscowość: Bielsk Podlaski , Ulica: 11-go Listopada , Numer posesji: 10 , Województwo: podlaskie , Powiat: bielski , Gmina: m. Bielsk Podlaski Adres e-mail: klubamazonki@wp.pl Numer telefonu: 780092848	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Elżbieta Owerczuk Adres e-mail: ejowerczuk@op.pl Telefon: 604115034

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Aktywne Amazonki- Seniorki			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	05.10.2026r.	Data zakończenia	24.12.2026
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
<p>Stowarzyszenie "Klub Amazonki" w Bielsku Podlaskim planuje zorganizować działania w zakresie aktywizacji i integracji dla senierek zrzeszonych w Klubie Amazonek w Bielsku Podlaskim poprzez zwiększenie ich udziału w różnych formach aktywności. Jednym z zadań statutowych Klubu jest stwarzanie warunków sprzyjających wzajemnemu wsparciu i pomocy. Wpisuje się to w działanie z zakresu aktywizacji i wspierania osób w wieku emerytalnym, jako że nasze Amazonki to w większości osoby starsze.</p> <p>Proponowane dwa działania mają na celu zagospodarowanie czasu wolnego, przeciwdziałanie izolacji osób starszych oraz promowanie działań profilaktycznych i prozdrowotnych. Planowane Wigilijne spotkanie integracyjne senierek oraz spotkania w studio fitness niosą za sobą szereg kluczowych korzyści zdrowotnych i psychologicznych, w tym przeciwdziałanie samotności, poprawę nastroju i funkcji poznawczych, a także wspieranie ogólnej sprawności fizycznej. Spotkanie Wigilijne, organizowane corocznie przez nasz Klub, pozwala na budowanie poczucia wspólnoty, integrację osób w wieku emerytalnym i o podobnej sytuacji zdrowotnej. To przedsięwzięcie wzmacnia istniejące więzi poprzez bezpośredni kontakt z drugim człowiekiem, rozmowę i wspólne kołędowanie. Udział w integracyjnym spotkaniu towarzyskim niewątpliwie zmniejszy poczucie osamotnienia i izolacji, które są częstym wyzwaniem osób w starszym wieku. Będzie też dobrą okazją do kultywowania pięknej przedświątecznej tradycji, która integruje społeczność Bielskich Amazonek i jednocześnie wspiera osoby starsze. W programie wydarzenia znajdzie się tradycyjne łamanie się opłatkiem i dzielenie się prosforą, wspólne śpiewanie kołęd oraz degustacja świątecznych potraw, co niewątpliwie dostarczy dużo radości i siły w walce z chorobą.</p> <p>Zajęcia relaksacyjne prowadzone przez instruktora zajęć fitness mają na celu przeciwdziałanie niekorzystnym zmianom</p>				

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.

związanym z wiekiem, poprawę prozdrowotnego aspektu życia. Mastektomia powoduje szereg fizycznych powikłań, m.in. takich jak obrzęk limfatyczny ręki, ograniczenie ruchomości ręki i barku, ból kręgosłupa, a ćwiczenia- aktywność sportowa w kameralnej atmosferze, niewątpliwie przyczynią się do poprawy zarówno kondycji fizycznej, jak i psychicznej. Zajęcia relaksacyjne dla małej 8-mio osobowej grupy senierek będą sposobem na poprawę jakości życia i zdrowia. Niniejsze działanie projektu realizuje cel poprawy jakości życia uczestniczek poprzez dostosowaną do ich możliwości aktywność fizyczną. Regularne zajęcia pozwolą seniorkom- Amazonkom dłużej zachować niezależność w codziennym funkcjonowaniu oraz poprawić kondycję psychiczną dzięki wsparciu grupy. Jakie ćwiczenia relaksacyjne warto znać i zaproponować osobie starszej? - na to pytanie odpowiedź znajdą seniorki podczas zajęć. Po zakończeniu realizacji zadania panie wykorzystają je jako element składający się na swoją dzienną aktywność. Wprowadzenie do codziennej rutyny tych ćwiczeń pozwoli zachować spokój ducha, poprawi samopoczucie i doda pewności siebie każdej z uczestniczek.

Dla Stowarzyszenia Klubu Amazonki to ważny element budowania społeczności, sposób na wzmacnianie więzi i pewności siebie w sytuacjach społecznych, a także tworzenie wspólnej historii Klubu.

Miejsce realizacji zadania

Zadanie będzie realizowane w następujących lokalizacjach:

- lokal gastronomiczny na terenie Bielska Podlaskiego
- studio zajęć fitness w Bielsku Podlaskim – zajęcia relaksacyjne.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Integracyjne spotkanie Wigilijne	1	1. Podpisana lista obecności z podanym terminem spotkania. 2. Dokumentacja zdjęciowa realizowanego zadania.
Organizacja 5 zajęć relaksacyjnych Czas trwania 1 godzina. 5 zajęć (1 spotkanie w tygodniu) odbywanych pod nadzorem trenerki).	5	1. Podpisane listy obecności, zawierające imię i nazwisko uczestniczki, termin realizacji zadania.

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

Stowarzyszenie "Klub Amazonki" w Bielsku Podlaskim rozpoczęło swoją działalność w 2004 roku. Przez 22 lata zgodnie ze swoimi celami statutowymi Klub wspiera kobiety w trakcie i po leczeniu onkologicznym:

- daje wsparcie psychiczne kobietom na każdym etapie choroby;
- realizuje projekty wspomagające leczenie onkologiczne w ramach prowadzonej wszechstronnej rehabilitacji;
- organizuje spotkania/warsztaty psychologiczne, dietetyczne;
- organizuje spotkania, wyjścia i wyjazdy integracyjne, spacery leśne oraz zajęcia relaksacyjne;
- wspiera działania popularyzujące działania profilaktyczne zapobiegające powstawaniu nowotworów.

Przez lata swojej działalności Klub Amazonki realizował liczne programy edukacyjne i społeczne. Od wielu lat również realizuje projekty z dotacji udzielanych przez Urząd Miasta oraz Starostwo Powiatowe w Bielsku Podlaskim.

Podczas realizacji projektu członkinie stowarzyszenia podejmą działania związane z rekrutacją uczestniczek zajęć relaksacyjnych i spotkania integracyjnego, podejmą działania organizacyjne związane z powyższymi zadaniami.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Koszt 1 Koszt usługi cateringowej na spotkaniu Wigilijnym (faktura)	1400,00	1400,00	
2.	Koszt 2 Wynagrodzenie instruktorki (faktura)	1600,00	1600,00	
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		3000,00	3000,00	

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

Helena Mazuruk

Data 11.05.2026r.



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

KLUB AMAZONKI
w Bielsku Podlaskim
ul. 11-Listopada 10
17-100 Bielsk Podlaski
NIP. 543-208-26-22, REG. 052257069