

Załącznik nr 1

WZÓR

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	Zarząd Województwa Mazowieckiego Mazowieckie Centrum Polityki Społecznej
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	„Działania na rzecz integracji i reintegracji zawodowej i społecznej osób zagrożonych wykluczeniem społecznym”

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	
Fundacja Rodziny Sadowskich Srebrna 12B, 09-411 Biała NIP 7743275442 Regon: 524388062 KRS: 0001017313	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Anna Osiecka +48 519 687 718 anna.osiecka@pasiekisadowskich.pl

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Seniorzy z wizytą u pszczół			
2. Termin realizacji zadania publicznego²⁾	Data rozpoczęcia	01.08.2023	Data zakończenia	30.10.2023
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
Celem projektu „Seniorzy z wizytą u pszczół” jest zwiększenie udziału osób starszych w aktywnych formach spędzania czasu wolnego, wspieranie seniorów mniej samodzielnych i ich otoczenia w miejscu zamieszkania. Projekt ma także na celu przeciwdziałanie ich marginalizacji społecznej. Działania mają wesprzeć i zwiększyć dostępność do zajęć promujących rozwój społeczeństwa w środowisku wiejskim.				

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.

Spotkania przewidziane będą dla seniorów z terenu powiatu plockiego. Projekt zakłada realizację działań aktywizujących osoby w wieku 60+, w tym osoby z niepełnosprawnościami.

Projekt ma na celu edukację seniorów w kierunku praktycznej wiedzy o zdrowym stylu życia, którą będą mogli z łatwością wprowadzać w życie. Elementy podstawowej wiedzy o pszczelarstwie pozwolą seniorom zrozumieć ważną funkcję jaką pełnią pszczoły w środowisku naturalnym. Dla uczestników, którzy w młodości zajmowali się pszczelarstwem będzie to okazja do odświeżenia dawnego hobby i podzielenia się wiedzą z innymi uczestnikami w formie wolnej dyskusji. Interesująca forma teorii połączonej z kreatywnymi ćwiczeniami, dobrą zabawą i wspólną integracją pozwolą na zapamiętanie jak największej ilości przekazywanej wiedzy w przystępny sposób. Osobom starszym często towarzyszy wykluczenie społeczne oraz samotność, która może prowadzić do rozwoju depresji. Wspólne spotkanie w przyjaznej atmosferze może pomóc w nawiązywaniu nowych relacji oraz poprawy ogólnego samopoczucia. Warsztaty umożliwią doskonalenie zdolności manualnych i uruchomienie zdolności logicznego myślenia, pobudzania kreatywności i wyobraźni. Dzięki atrakcyjnym nagrodom w konkursie i prezentom dla każdego uczestnika, seniorzy będą mogli od razu wdrażać w życie poznane zasady zdrowego stylu życia i brać czynny udział w ochronie środowiska naturalnego. Podczas warsztatów przewidywane jest propagowanie najwyższej jakości zdrowych i naturalnych produktów żywnościowych oraz edukacja seniorów jak w praktyce zastosować zdobytą wiedzę.

W ramach jednego spotkania planujemy przeprowadzić warsztaty z pszczelarzem oraz z dietetyczką kliniczną. Łącznie każde spotkanie będzie trwało 6 h (3h warsztaty z pszczelarzem oraz 3h warsztaty z dietetyczką kliniczną). Oferent planuje przeprowadzić 7 spotkań warsztatowych, w każdym spotkaniu będzie brało udział 15 osób. Łączna ilość osób biorących udział w projekcie wyniesie 105 osób. Warsztaty zostaną poprowadzone w Pasiekach Rodziny Sadowskich, które są największym gospodarstwem pszczelarskim w Polsce, a jego centrum zlokalizowane jest w samym sercu Mazowsza, w gminie Stara Biała. Obecnie gospodarstwo to ponad 50 pasiek, a w nich 150 milionów pszczół zamieszkujących ponad 3000 uli, które zapylają pola Mazowsza i Kujaw. Miodziarze Sp. z o.o. (Pasieka Rodziny Sadowskich) będzie partnerem wydarzenia, spółka udostępni salę oraz możliwość zwiedzania pasieki nieodpłatnie.

Główną potrzebą realizacji projektu jest podniesienie świadomości społeczeństwa o roli pszczół w środowisku naturalnym. Warsztaty pszczelarskie mają także na celu przybliżenie uczestnikom pracy pszczelarza oraz pszczół. Seniorzy poznają budowę ula, strój pszczelarza, sposób tworzenia oraz pozyskiwania miodu. Zdrowe produkty pochodzące od pszczół to nieodłączny element zdrowej diety która powinna być bogata w substancje odżywcze i minerały. Dlatego tak istotne jest edukowanie osób starszych pod kątem prawidłowego doboru składników pokarmowych. Z wiekiem organizm zużywa się, zaczynają rozwijać się choroby wieku starszego takie jak: choroby układu sercowo-naczyniowego, depresja, choroba Parkinsona, otępienie starcze, cukrzyca, choroba Alzheimera, reumatyzm, miażdżyca i choroby miażdżycowe, nowotwory, osteoporoza itd. Seniorom często towarzyszy również zmniejszony apetyt, który może powodować niedobory składników mineralnych. Wielu chorobom w podeszłym wieku możemy zapobiec poprzez stosowanie odpowiednio skomponowanej diety. Zdrowe odżywianie w starszym wieku jest zatem bardzo istotne. Niestety, nie każdy senior ją stosuje. Może wynikać to zarówno z wieloletnich przyzwyczajeń, jak również z małej wiedzy na temat zasad zbilansowanego żywienia, która dopiero od kilkunastu lat jest szeroko dostępna i propagowana. Dlatego bardzo istotne jest edukowanie seniorów w tym zakresie.

Projekt będzie promowany na Facebook, Instagram Fundacji, dodatkowo będzie także promowany przez media społecznościowe partnera wydarzenia - łącznie zasięg ponad 200 tysięcy osób (dzięki mediom społecznościowym partnera).

Warsztaty z pszczelarzem będą polegały na:

1. Objasnieniu przez pszczelarza niezbędnej roli pszczół w środowisku naturalnym oraz przeprowadzeniu dyskusji „Czy może istnieć świat bez pszczół?”.
2. Zaprezentowaniu prawdziwego niezamieszkałego ula, omówieniu jego budowy i funkcji. Seniorzy będą mogli zobaczyć, gdzie żyją pszczoły oraz w jaki sposób zbierany jest miód i pyłek pszczeli przez pszczelarza.
3. Zostanie zaprezentowany strój pszczelarza, dzięki czemu w ciekawy sposób seniorzy poczują się jak pszczelarze w czasie miodobrania, gdzie będą mogli zobaczyć ramki wypełnione świeżym miodem. Zaprezentowane zostaną również podstawowe akcesoria pszczelarskie.
3. Kolejnym etapem warsztatów będzie samodzielne wykonanie świec z węzy pszczelej, co poprawia zdolności artystyczne i manualne seniorów oraz pozwala na aktywne spędzenie czasu w doskonałej atmosferze. Dodatkowo każdy uczestnik warsztatów będzie mógł ozdobić sobie swoją świecę wstążkami, kokardkami i zawieszkami. Po skończonych warsztatach seniorzy zabiorą samodzielnie wykonaną świecę ze sobą, co przypomni im o zdobytej wiedzy również po czasie
4. W ostatniej części warsztatów prowadzonych przez pszczelarza zostanie przeprowadzony konkurs, gdzie seniorzy będą mogli zaprezentować swoje pomysły na temat tego w jaki sposób jako społeczeństwo możemy pomagać pszczołom. Za najlepsze pomysły w każdej grupie warsztatowej zostaną nagrodzone trzy osoby. Nagrodami w konkursie będą miody oraz owoce liofilizowane - zarówno jako upominki, jak i nagrody w postaci zdrowego, odżywczego jedzenia. Nagrody rzeczowe zostaną ufundowane przez partnera fundacji - Miodziarze sp. z o.o. (Pasieki Rodziny Sadowskich).
5. Każdy z uczestników dostanie do domu saszetkę z nasionami roślin miododajnych dzięki czemu w praktyce będzie mógł pomóc ekosystemowi i naturalnym zapylaczom, w tym pszczołom. Kształowanie zachowań odpowiedzialnych ekologicznie przeprowadzane są w ramach akcji #chrońmyszczoły, która od lat towarzyszy misji Pasiek Rodziny Sadowskich.

Warsztaty z dietetyczką kliniczną będą polegały na:

1. Przeprowadzeniu prezentacji multimedialnej, z której seniorzy dowiedzą się jaka powinna być odpowiednia dieta seniora – czyli, jak i dlaczego powinniśmy się zdrowo odżywiać, jakie są podstawowe zasady zdrowego stylu życia, dlaczego produkty pochodzące od pszczół tj. miód, pyłek pszczeli, pierzga, propolis, mleczko pszczele są bardzo zdrowe oraz wskazane do prawidłowego funkcjonowania osoby starszej. Zostaną zaprezentowane użyteczne porady kulinarne, które będzie można od razu wprowadzać w życie.
2. Warsztaty praktyczne polegające na dopasowaniu produktów spożywczych do odpowiedniego poziomu piramidy zdrowego żywienia i aktywności fizycznej dla osób w wieku starszym, zaprezentowanej przez ekspertów z Narodowego Centrum Edukacji Żywniowej.. Czynności wykonywane będą kilkakrotnie, aby każdy uczestnik warsztatów mógł utrwalić zdobytą wiedzę przekazaną podczas spotkania. W ramach warsztatów zostanie także przeprowadzona dyskusja na temat zdrowych nawyków żywieniowych, dotychczasowych nawyków seniorów oraz zmian, które można wprowadzić w przyszłości. Seniorzy pod okiem dietetyczki klinicznej będą doradzać sobie nawzajem, zacieśniając więzi, integrując się i praktycznie ćwicząc zdobytą wiedzę.
3. Na koniec części teoretycznej i praktycznej oferent planuje wspólną kulinarną ucztę. Poczęstunek będzie się składał z owoców, pieczywa oraz pszczelarskich i prozdrowotnych specjałów takich jak miód, konfitury i pasty orzechowe bez

dodatku cukru. Dodatkowo do picia zostanie przygotowana autorska niebieska zdrowa lemoniada, która swój kolor zawdzięcza spirulinie. Będzie to smaczna okazja do przećwiczenia wiedzy o bilansowaniu posiłków w praktyce.

Dla zapewnienia dostępności działań realizowanych w ramach projektu osobom ze szczególnymi potrzebami zostaną zapewnione następujące warunki:

1. Zapewnienie osobom ze szczególnymi potrzebami możliwości ewakuacji lub ich uratowania w inny sposób;
2. Zapewnienie miejsc posiadających parkingi również osobom ze szczególnymi potrzebami;
3. W zakresie dostępności architektonicznej zapewnienie wolnych od barier poziomych i pionowych przestrzeni komunikacyjnych budynków, które umożliwiają dostęp do wszystkich pomieszczeń osobom mającym różne problemy z poruszaniem się (w tym winda dla osób niepełnosprawnych);
4. Wejście do budynków szerokie i bez fizycznych przeszkód;
5. dokumenty tekstowe zostaną przygotowane zgodnie z zasadami o dostępności cyfrowej.
6. W zakresie dostępności cyfrowej: - treści wykorzystywane do realizacji lub promocji zadania (np. zdjęcia, pliki graficzne, plakaty, dokumenty rekrutacyjne,) zamieszczane na profilach społecznościowych będą dostępne cyfrowo. W zakresie dostępności informacyjno-komunikacyjnej: w przypadku zgłoszenia się do projektu osób słabosłyszących Oferent w ramach środków własnych, zakupi pętlę indukcyjną, której celem jest wspomaganie słyszenia. Jeżeli ze względów technicznych lub prawnych Oferent nie będzie w stanie zapewnić osobie ze szczególnymi potrzebami dostępności w zakresie architektonicznej lub informacyjno-komunikacyjnej – zapewni dostęp alternatywny – wsparcie innej osoby.

Wszystkie działania w ramach zadania będą prowadzone z zachowaniem ogólnych zasad bezpieczeństwa. Stosowane będą zasady dostępności dla osób ze szczególnymi potrzebami - zgodnie z zapisami ustawy o zapewnieniu dostępności.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Warsztaty pszczelarskie	8 warsztatów po 3 h każde spotkanie, łączna ilość godzin warsztatowych = 24 h	Potwierdzenia przeprowadzenia warsztatów, dokumentacja fotograficzna, media społecznościowe.
Warsztaty dietetyczne	8 warsztatów po 3 h każde spotkanie, łączna ilość godzin warsztatowych = 24 h	Potwierdzenia przeprowadzenia warsztatów, dokumentacja fotograficzna, media społecznościowe.
Promocja projektu	Projekt będzie promowany na Facebook, Instagram Fundacji, dodatkowo będzie także promowany przez media społecznościowe partnera wydarzenia	Linki do informacji zamieszczonych w mediach społecznościowych.

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

Fundacja Rodziny Sadowskich została założona w lutym 2023 roku. Jesteśmy młodą organizacją, jednak założyciele fundacji posiadają duże doświadczenie w działalności społecznej. Od 4 lat prowadzimy coroczną kilkumiesięczną akcję edukacyjną dotyczącą ochrony owadów zapylających. Edukujemy w mediach społecznościowych, podczas spotkań warsztatowych z dziećmi. Dodatkowo co roku rozdajemy kilka tysięcy paczek z nasionami roślin miododajnych wraz z instrukcją ich wysiania. Akcja ma doskonały, szeroki odbiór i niesie dużo dobrego - szeroką świadomość potrzeb owadów zapylających i ich pozytywnego wpływu na środowisko. W trakcie pandemii COVID pomagaliśmy najbardziej potrzebującym - przekazaliśmy łącznie 1500 słoików odpornościowego produktu, jakim jest miód z imbirem i czosnkiem. Pomoc podzieliliśmy pomiędzy pracowników ochrony zdrowia w szpitalu covidowym przy ul. Szaserów w Warszawie, osób korzystających z płockich noclegowni i wyżywienia w Caritas Polska oraz Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Płocku, gdzie pomoc została rozdysponowana wśród osób najmocniej dotkniętych koronawirusem. Wspomogliśmy finansowo Fundację Rak'n'Roll, przekazując 5% dochodu ze sprzedaży różowych produktów ze sklepu. Tym samym edukowaliśmy w mediach społecznościowych o konieczności profilaktyki raka piersi. Wspomogliśmy finansowo Fundację Dajemy Dzieciom Siłę - przekazując 10% całego dochodu z bardzo owocnego wyprzedazowego dnia Black Friday. Na początku wojny w Ukrainie przekazaliśmy 100% z dochodu z jednego dnia na konto Polskiej Akcji Humanitarnej, która pomagała sanitarnie na froncie. Wspieraliśmy ukraińskie dzieci, które przebywały w Polsce przez przekazanie zdrowych produktów dla dzieci na ręce Miasta Stołecznego Warszawa. Dodatkowo rozdysponowaliśmy kredki oraz przetłumaczone na język ukraiński kolorowanki, aby dzieci czuły się choć trochę jak u siebie. Przekazaliśmy produkty odpornościowe do corocznych paczek dla powstańców z Powstania Warszawskiego, wspomagając akcję Paczka dla Powstańca organizowaną przez Muzeum Powstania Warszawskiego. Obecnie fundacja regularnie prowadzi nieodpłatne zajęcia edukacyjne z pszczelarstwa oraz dietetyki, o których oferent wspomina powyżej. Fundacja współpracuje z wysokiej klasy specjalistkami w zakresie pszczelarstwa oraz dietetyki. Osoby te posiadają wieloletnie doświadczenie w przeprowadzaniu warsztatów, szkoleń oraz prelekcji. Fundacja posiada lokal na potrzeby biura i niezbędny sprzęt, który posłuży podczas realizacji projektu taki jak: komputer stacjonarny/przenośny - laptop, aparat fotograficzny, nośniki pamięci.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Warsztaty pszczelarskie (7 spotkań x 3 h x 150 zł/h)	3.150,00	3.150,00	0,00
2.	Koszt materiałów – warsztaty pszczelarskie	1.100,00	1.100,00	0,00
3.	Warsztaty dietetyczne (7 spotkań x 3 h x 150 zł/h)	3.150,00	3.150,00	0,00
4.	Koszt materiałów – warsztaty dietetyczne	1.100,00	1.100,00	0,00
5.	Koordinacja zadania	1.000,00	1.000,00	0,00
6.	Obsługa księgową	500,00	500,00	0,00
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10.000,00	10.000,00	0,00

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.

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

Data 31.05.2023

Arkadiusz Sadowski
Prezes Zarządu

Fundacja Rodziny Sadowskich
Srebrna 12B, 09-411 Biała
REGON 524388062 NIP 7743275442
tel. 519 687 718