

Publikacja oferty realizacji zadania publicznego w trybie art. 19a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

Suchy Las, dnia 11.02.2025r.

Na podstawie art. 19a ust. 3 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie zamieszczam poniższą ofertę:

Nr oferty
OS.526.2.2025

Rodzaj zadania publicznego (art. 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie Dz. U. z 2024 r. poz. 1491)
Działalność wspomagająca rozwój wspólnot i społeczności lokalnych

Tytuł zadania publicznego
Bezpieczna Kobieta – warsztaty samoobrony dla mieszkanki gminy Suchy Las.

Nazwa oferenta:
Fundacja Fucco, ul. Drożdżyńskiego 15 64-125 Poniec

Termin realizacji zadania:
01.03.2025-30.04.2025

Wysokość dofinansowania albo sfinansowania zadania publicznego:
3 103,36 zł (słownie: trzy tysiące sto trzy złote trzydzieści sześć groszy)
Wszelkie uwagi dotyczące zamieszczonej oferty w trybie art. 19a ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, należy zgłaszać w terminie do 18.02.2025 r.

Wójt Gminy Suchy Las

WÓJT

Grzegorz Wojtera

Załączniki:

1. oferta realizacji zadania publicznego w trybie art. 19a ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

21

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 lub w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np. "pobieranie*/niepobieranie*" oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: "pobieranie*/niepobieranie*".

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Gmina Suchy Las
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	17) wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej 13) działalność wspomagająca rozwój wspólnot i społeczności lokalnych

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: Fundacja Fucco, Forma prawna: Fundacja, Numer Krs: 0000641916, Kod pocztowy: 64-125, Poczta: Poniec, Miejscowość: Poniec, Ulica: Drozdzyńskiego, Numer posesji: 15, Województwo: wielkopolskie, Powiat: gostyński, Gmina: Poniec, Strona www: -, Adres e-mail: erwin.garbarczyk@gmail.com, Numer telefonu: +48726571918,	
Adres korespondencji: Kod pocztowy: 64-100, Poczta: Leszno, Miejscowość: Leszno, Ulica: towarowa, Numer posesji: 13, Numer lokalu: 6, Województwo: wielkopolskie, Powiat: Leszno, Gmina: m. Leszno,	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	erwin garbarczyk Adres e-mail: erwin.garbarczyk@gmail.com Telefon: +48726571918

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Bezpieczna Kobieta – warsztaty samoobrony dla mieszkanek gminy Suchy Las			
2. Termin realizacji zadania²⁾	Data rozpoczęcia	01.03.2025	Data zakończenia	30.04.2025

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

Opis zadania

Projekt zakłada organizację intensywnego 4-godzinnego warsztatu samoobrony dla mieszkanki gminy Suchy Las. Zajęcia obejmą zarówno część teoretyczną, jak i praktyczną, aby zapewnić uczestniczkom kompleksową wiedzę i umiejętności z zakresu samoobrony. Program koncentruje się na skutecznych technikach unikania zagrożeń, podstawowych metodach obrony przed agresorem oraz aspektach psychologicznych związanych z sytuacjami niebezpiecznymi.

W zajęciach uczestniczyć mogą mieszkanki gminy w wieku 16+ (minimalny wiek: 12 za zgodą opiekuna prawnego). NIE JEST wymagana żadne dotychczasowe doświadczenie czy specjalna sprawność fizyczna - poziom zostanie dostosowany do grupy uczestniczek. Przewidujemy grupę 20-30 osobową.

Celem warsztatów jest zwiększenie poczucia bezpieczeństwa uczestniczek oraz wyposażenie ich w narzędzia, które mogą realnie pomóc w sytuacjach zagrożenia. Podczas zajęć kobiety nauczą się, jak reagować w różnych scenariuszach, wykorzystując proste, ale skuteczne techniki samoobrony, dostosowane do ich możliwości fizycznych.

Promocja i rekrutacja

Promocja warsztatów zostanie przeprowadzona poprzez:

- Media społecznościowe Fundacji FUCCO
- Plakaty i ulotki dystrybuowane w miejscach publicznych
- Lokalne media
- Bezpośrednie informacje skierowane do stowarzyszeń i grup kobiecych działających na terenie gminy.

Rekrutacja rozpocznie się trzy tygodnie przed planowanym terminem zajęć i będzie prowadzona online oraz telefonicznie. Liczba miejsc będzie ograniczona, aby zapewnić komfort i efektywność nauki.

Harmonogram zajęć (przykładowy plan 4-godzinnego warsztatu)

Godzina 0-1: Wprowadzenie teoretyczne

- Podstawowe zasady bezpieczeństwa osobistego
- Unikanie niebezpiecznych sytuacji
- Reakcja w sytuacji zagrożenia – aspekty psychologiczne

Godzina 1-2: Podstawowe techniki samoobrony

- Jak uwolnić się z chwytów i obchwytów
- Obrona przed pchnięciem i próbą przewrócenia
- Skuteczne ciosy i kopnięcia w sytuacji obronnej

Godzina 2-3: Scenariusze realnych zagrożeń

- Obrona w przestrzeni zamkniętej (klatka schodowa, winda)
- Samoobrona na ulicy – agresja ze strony nieznanego
- Sytuacje z udziałem przedmiotów codziennego użytku (np. klucze, torebka)

- ☑ Godzina 3-4: Podsumowanie i praktyczny trening
- ☑ Powtórzenie technik w dynamicznych sytuacjach
- ☑ Omówienie najczęstszych błędów i skutecznych nawyków
- ☑ Sesja pytań i odpowiedzi

Warsztaty poprowadzą doświadczeni instruktorzy z wieloletnią praktyką w nauczaniu samoobrony, posiadający specjalizację w technikach dostosowanych do kobiet.

Projekt „Bezpieczna Kobieta” to nie tylko kurs samoobrony, ale również ważna inicjatywa społeczna, która podnosi świadomość mieszkanki gminy Suchy Las na temat bezpieczeństwa osobistego. Uczestniczki nie tylko nauczą się skutecznej samoobrony, ale również zyskają pewność siebie i umiejętność radzenia sobie w sytuacjach zagrożenia.

Uzasadnienie zgodności zadania z celami konkursu

Proponowany warsztat samoobrony „Bezpieczna Kobieta” doskonale wpisuje się w cele związane z działalnością wspomagającą rozwój wspólnot i społeczności lokalnych oraz wspieraniem i upowszechnianiem kultury fizycznej.

1. Wspieranie rozwoju wspólnot i społeczności lokalnych

- ☑ Integracja mieszkanki gminy – Warsztaty stanowią doskonałą okazję do budowania więzi między uczestniczkami. Kobiety z różnych środowisk będą mogły wspólnie uczyć się i wymieniać doświadczeniami, co sprzyja nawiązywaniu relacji i wzmocnieniu lokalnej społeczności.
- ☑ Wzrost poczucia bezpieczeństwa i świadomości społecznej – Samoobrona to nie tylko techniki fizyczne, ale również wiedza na temat prewencji, unikania zagrożeń i reagowania w sytuacjach niebezpiecznych. Edukacja w tym zakresie przekłada się na wzrost świadomości mieszkanki i ich aktywniejsze uczestnictwo w życiu lokalnej społeczności.
- ☑ Aktywizacja mieszkańców do podejmowania inicjatyw społecznych – Program zachęca do angażowania się w inne formy aktywności na rzecz bezpieczeństwa i integracji społecznej, co może prowadzić do dalszego rozwoju podobnych inicjatyw w gminie.

2. Wspieranie i upowszechnianie kultury fizycznej

- ☑ Promowanie aktywności fizycznej jako elementu zdrowego stylu życia – Samoobrona wymaga sprawności ruchowej, koordynacji oraz refleksu. Udział w warsztatach może zainspirować uczestniczki do dalszego dbania o swoją kondycję poprzez aktywność fizyczną.
- ☑ Rozwój sprawności psychofizycznej uczestniczek – Warsztaty łączą elementy sportu, technik samoobrony i pracy nad własną pewnością siebie. To doskonały sposób na poprawę kondycji fizycznej i psychicznej mieszkanki gminy.
- ☑ Podniesienie poziomu umiejętności praktycznych w zakresie samoobrony – Zajęcia w praktyczny sposób uczą, jak skutecznie i bezpiecznie reagować w sytuacjach zagrożenia. Kobiety zyskują umiejętności, które mogą realnie wpłynąć na ich bezpieczeństwo i poczucie kontroli nad własnym

życiem.

Organizacja warsztatów samoobrony to inwestycja w rozwój społeczności lokalnej oraz popularyzację kultury fizycznej, co czyni ten projekt w pełni zgodnym z celami konkursu.

Każda uczestniczka otrzyma w ramach naszego wkładu własnego finansowego koszulke z oznaczeniem, że projekt współfinansowany był ze środków Gminy Suchy Las, Kubotan do samoobrony oraz dyplom potwierdzający uczestnictwo w zajęciach.

Zajęcia planujemy w piątek lub sobotę aby umożliwić jak największej liczbie osób uczestnictwo - dokładny termin określimy w ankiecie po naborze na zajęcia.

Miejsce realizacji

HALI SPORTOWO-WIDOWISKOWEJ - jeden segment hali

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
liczba godzin zajęć	4	program zajęć, faktury
liczba uczestniczek	20	relacja wideo, lista obecności

5. Krótka charakterystyka Oferenta, jego doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie oraz zasobów, które będą wykorzystywane w realizacji zadania.
<p>Charakterystyka oferenta</p> <p>Fundacja FUCCO to doświadczony podmiot specjalizujący się w organizacji zajęć z samoobrony oraz promocji aktywności fizycznej wśród różnych grup społecznych. Posiada wieloletnie doświadczenie w realizacji projektów sportowych, edukacyjnych i prospołecznych, skierowanych zarówno do dzieci, młodzieży, jak i dorosłych.</p> <p>Doświadczenie i kompetencje</p> <p>ⓂZespół wykwalifikowanych instruktorów – zajęcia prowadzone są przez specjalistów w dziedzinie samoobrony i sportów walki, posiadających wysokie stopnie mistrzowskie oraz wieloletnie doświadczenie w nauczaniu technik obronnych. Instruktorzy współpracowali zarówno z osobami cywilnymi, jak i służbami mundurowymi, co gwarantuje profesjonalizm i wysoką jakość zajęć.</p>

☒ Realizacja podobnych projektów – oferent ma na swoim koncie liczne projekty związane z samoobroną, kulturą fizyczną oraz aktywizacją społeczną. Współpracował z samorządami, domami kultury i organizacjami pozarządowymi, organizując skuteczne i cieszące się dużym zainteresowaniem kursy samoobrony dla kobiet, dzieci i młodzieży.

☒ Dobre zaplecze organizacyjne – oferent dysponuje odpowiednim sprzętem treningowym, w tym ochraniaczami, tarczami treningowymi oraz matami, umożliwiającymi bezpieczne prowadzenie zajęć. Posiada także sprawdzone metody dydaktyczne, dostosowane do potrzeb różnych grup uczestników.

☒ Silne zaplecze promocyjne – posiada doświadczenie w skutecznej promocji projektów sportowych i edukacyjnych. Wykorzystuje różne kanały komunikacji (media społecznościowe, lokalne media, plakaty, ulotki), co pozwala na efektywne dotarcie do grupy docelowej i skuteczną rekrutację uczestników.

Cele i misja

Główną misją oferenta jest zwiększenie bezpieczeństwa społeczności lokalnych poprzez edukację i rozwój umiejętności samoobrony. Projekty realizowane przez organizację przyczyniają się do:

- ☒ Wzrostu aktywności fizycznej mieszkańców,
- ☒ Zwiększenia świadomości na temat zagrożeń i sposobów ich unikania,
- ☒ Podniesienia pewności siebie i poczucia bezpieczeństwa uczestników,
- ☒ Budowania społeczności wspierającej aktywność fizyczną i zdrowy styl życia.

Dzięki doświadczeniu, profesjonalnemu podejściu oraz pasji do pracy z ludźmi oferent gwarantuje realizację projektu na najwyższym poziomie.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Oferent posiada bogate doświadczenie w organizacji kursów samoobrony i wydarzeń promujących aktywność fizyczną, skierowanych zarówno do kobiet, dzieci, młodzieży, jak i osób dorosłych. Na przestrzeni ostatnich lat zrealizował liczne projekty o podobnym charakterze, we współpracy z samorządami, instytucjami kultury i organizacjami pozarządowymi.

1. Organizacja warsztatów samoobrony dla kobiet

Oferent ma na swoim koncie liczne kursy samoobrony dla kobiet, zarówno krótkoterminowe warsztaty, jak i dłuższe cykle szkoleniowe. Przykłady realizowanych projektów:

- „Bezpieczna Kobieta” – kursy samoobrony organizowane w różnych miastach, w tym w min na Mokotowie, w Szczecinie, Pruszkowie czy Górze,
- „Samoobrona dla kobiet” – programy realizowane na zlecenie gmin i miast, obejmujące zarówno zajęcia praktyczne, jak i teoretyczne,
- Kursy dla studentek i uczennic szkół średnich w ramach projektów edukacyjnych.

Warsztaty te cieszyły się dużym zainteresowaniem, a uczestniczki podkreślały ich praktyczny charakter, przystępny sposób nauczania i realny wpływ na poczucie bezpieczeństwa.

2. Doświadczenie w prowadzeniu zajęć sportowych i prospołecznych

Oferent od lat działa na rzecz upowszechniania kultury fizycznej, organizując różnorodne treningi, warsztaty i zajęcia z elementami samoobrony. Dotychczasowe inicjatywy obejmowały:

- Zajęcia z samoobrony dla dzieci i młodzieży – projekty realizowane m.in. w Mokotowie, Poznaniu i Wschowie,
- Zajęcia samoobrony w plenerze – treningi prowadzone w miejscach publicznych, promujące aktywny tryb życia i bezpieczeństwo w przestrzeni miejskiej,
- Szkolenia dla służb mundurowych i organizacji proobronnych – współpraca z wojskiem i grupami zajmującymi się bezpieczeństwem obywateli.

3. Sprawdzone metody dydaktyczne i wysokiej klasy instruktorzy

Oferent dysponuje wyspecjalizowaną kadrą instruktorską, której członkowie posiadają wieloletnie doświadczenie w pracy z różnymi grupami społecznymi. Treningi są dostosowane do poziomu uczestników i skupiają się na realnych sytuacjach zagrożenia, prostych i skutecznych technikach obrony oraz aspektach psychologicznych samoobrony.

Dzięki wieloletniemu doświadczeniu, znajomości skutecznych metod nauczania oraz licznym rekomendacjom uczestników oferent jest w pełni przygotowany do realizacji planowanego warsztatu samoobrony w Suchym Lesie.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Zasoby kadrowe:

- Roksana Karpińska: Instruktor z 8-letnim doświadczeniem w Krav Maga (poziom G5) i posiadaczka 1 Dan Karate. Specjalizuje się w indywidualnym podejściu do uczestników oraz w nauce technik obrony przed realnymi zagrożeniami. Posiada doświadczenie w pracy z kobietami, młodzieżą i dziećmi oraz współpracowała z Wojskiem Polskim w zakresie szkoleń operacyjnych i defensywnych.
- Erwin Garbarczyk: Instruktor z ponad 15-letnim doświadczeniem, posiadacz 3 Dan Karate Kyokushinkai oraz poziomu Expert w Krav Maga. Prowadził szkolenia dla cywilów oraz żołnierzy, łącząc praktykę z teorią, z naciskiem na realistyczne sytuacje obrony w warunkach miejskich.
- Kacper Jarecki: Instruktor z ponad 5-letnim doświadczeniem, poziom G5 w Krav Maga. Prowadził szkolenia dla cywilów oraz żołnierzy, łącząc praktykę z teorią, z naciskiem na realistyczne sytuacje obrony w warunkach miejskich.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynajem 1 sektora hali na zajęcia (105,84x4)	423,36		

2.	Wynagrodzenie dla kadry trenerskiej (110x4 - w tym 3 trenerów)	880,00		
3.	Promocja zadania - plakaty, kampania w social mediach	500,00		
4.	Zryczałtowany koszt transportu	100,00		
5.	Wynajem sprzętu sportowego (50zlx4h)	200,00		
6.	Zakup koszulek dla uczestniczek (30x50 - w tym 1000zł ze srodkow własnych finansowych)	1 500,00		
7.	Zakup kubotanów dla uczestniczek (30x50 - w tym 1000zł ze srodkow własnych finansowych)	1 500,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		5 103,36	3 103,36	2 000,00

V. Oświadczenia

Oświadczam(y), 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 oferenta)

Data.....

-
- 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.