

## 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>	Wójt Gminy Ustronie Morskie
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	Wspieranie, upowszechnianie kultury fizycznej i sportu

**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 e-mail, numer telefonu</b>	
<p>PLYWAMY I RATUJEMY,</p> <p>Siedziba i adres do korespondencji:</p> <p>ul. Polna 18, 78-111 Ustronie Morskie,</p> <p>KRS 0000694820,</p> <p>e-mail:</p> <p>NUMER KONTA mBank 38 1140 2004 0000 3502 7709 6715</p>	
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)</b>	<p>Adrian Woltmann +48 531 430 930 - prezes</p> <p>Joanna Wolniewicz +48 504 027 108 – wiceprezes</p> <p>Monika Sierek – Ciba +48 606 256 447 - skarbnik</p>

**III. Zakres rzeczowy zadania publicznego**

<b>1. Tytuł zadania publicznego</b>	ZABIERAMY SIĘ DO PŁYWANIA!			
<b>2. Termin realizacji zadania publicznego<sup>2)</sup></b>	Data rozpoczęcia	20.08.2021	Data zakończenia	13.11.2021
<b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>				
<p><b>OPIS ZADANIA:</b></p> <p>Pragniemy zorganizować cykl szkoleń rodzinnej nauki pływania dla maluszków (3-4 lata) na dwóch poziomach zaawansowania: grupa początkująca – oswojenie z wodą i grupa nauki pływania z opcją kontynuacji, a także rehabilitację w wodzie dla dzieci wczesnopreszkolnych.</p> <p>W związku z pandemią wiele osób zrezygnowało z udziału w zajęciach sportowych, po wielu miesiącach bezczynności chcielibyśmy zaproponować zajęcia, by zmotywować dzieci w wieku przedszkolnym do systematycznych zajęć sportowych, by zapobiegać różnego rodzaju problemom związanym z depresją i złym samopoczuciem psychicznym. W ostatnim czasie coraz młodsze dzieci spędzały za dużo czasu przed telewizorem lub komputerem i z telefonem w rękę, niejednokrotnie bez możliwości aktywności fizycznej. Efektem tego może być fakt, że dzieci niechętnie uczestniczą w zajęciach ruchowych i narażone są na wiele chorób min.: na wady postawy oraz otyłość. Dzieci, które uczęszczają na pływanie mają większą odporność na infekcje i są bardziej sprawne fizycznie. Co więcej, lepiej się uczą, koncentrują i są bardziej kreatywne. Doskonale funkcjonują w grupie.</p>				



**Najważniejsze umiejętności, które kształtujemy podczas zajęć z najmłodszymi, z których mogą korzystać na kolejnych etapach życia, unikając niejednokrotnie skutków zagrożeń cywilizacyjnych:**

**Samodyscyplina** to ważna życiowa umiejętność, której dzieci uczą się uczestnicząc systematycznie w zajęciach z pływania. Przełamują rozleniwienie, zniechęcenie i dążą do obranego celu. Wdrażają nawyki dzięki, którym osiągają lepsze wyniki w nauce.

**Praca zespołowa.** Podczas zajęć pływania dzieci w grupie podejmują różne działania, pokonują własne słabości i ścigają się z innymi w zdobywaniu nowych umiejętności. Staramy się, aby zarówno rywalizacja, jak i praca zespołowa były stałym elementem zajęć nauki pływania dla dzieci.

**Zasada „fair play”** to system wartości, którym powinien się kierować każdy kto uczestniczy we współzawodnictwie. Sport uprawiany w myśl zasady „fair play” oznacza szacunek dla rywali, sędziów, trenerów oraz do samego siebie. Podczas nauki pływania, podczas gier i zabaw zawsze przypominamy naszym młodym uczniom o zasadzie „fair play”.

**Zarządzanie czasem.** Organizacja i zarządzanie czasem to przydatne umiejętności, które warto wdrażać w życie dziecka już od najmłodszych lat. Z powodu ograniczonego czasu na przebieganie się przed i po zajęciach, dojazd na pływalnię oraz inne czynniki związane z nauką pływania dzieci zmuszone są do organizacji czasu tak, aby ze wszystkim zdążyć. Nauka pływania dla dzieci uczy dobrej organizacji i zarządzania aktywnościami w czasie.

Udział w zajęciach ma na celu poprawianie stosunków międzyludzkich, wzmacnianie więzi, kształci umiejętność zachowania się w różnych sytuacjach. Nauka pływania od najmłodszych lat kształci charakter i pomaga w rozwoju w późniejszych etapach życia, ponieważ dzieci wkraczają w nie z ugruntowanymi nawykami.

Pływanie niesie wiele korzyści dla zdrowia min.: wzmacnia mięśnie odpowiedzialne za prawidłową postawę, poprawia krążenie, wzmacnia układ nerwowy, poprawia wydolność oddechową oraz koordynację ruchową. Co więcej korzystnie wpływa na ogólną wydolność organizmu niezależnie od wieku.

Poprowadzimy naukę pływania dla całych rodzin. Rodzice ćwiczą razem z dziećmi, przygotowują się wspólnie podczas rozgrzewki i wykonują wspólnie ćwiczenia w wodzie. Dzięki temu, że rodzice uczą się tego samego, co ich dzieci, chętniej pracują i są bardziej zmotywowane! Nauka pływania na różnych etapach i w różnych grupach zakładających posiadane umiejętności przynosi wiele korzyści poza samą nauką.

Woda doskonale odciąża całe ciało, które jest w niej aż 10 razy lżejsze ze względu na siłę wyporową. Z tego powodu pływanie jest szczególnie zalecaną aktywnością dla wszystkich osób, które uległy kontuzji lub mają problemy neurologiczne od urodzenia. Są to właśnie aktywności na basenie, które można wykonywać przez cały rok. Zajęcia w wodzie są idealne, na przykład gimnastyka w wodzie na zasadzie Adua aerobiku. Ćwiczenia wykonywane w basenie mogą polepszyć kondycję i wytrzymałość, a także wzmacniać mięśnie. Dzięki sile wyporowej wody ryzyko kontuzji jest minimalne. Tego typu gimnastyka zbawiennie oddziałuje na kręgosłup.

Zaproponujemy również rehabilitację w wodzie METODĄ HALLIWICK. Jest to metoda nauki pływania i terapii w wodzie dla osób w każdym wieku, zarówno dla niepełnosprawnych, jak i dla zdrowych. Głównym celem tej metody jest nauczenie bezpiecznego i swobodnego poruszania się i przebywania w wodzie, co osiąga się poprzez nauczenie kontrolowania ruchów głowy, oddychania i utrzymywania równowagi w wodzie. Koncepcja opiera się na przekonaniu, że zajęcia w wodzie niosą ze sobą ogromne korzyści obejmujące wszystkie sfery życia człowieka wpływając na rozwój fizyczny, społeczny, poznawczy i językowy. Sesje Halliwick odbywają się indywidualnie tak aby każdy pływak miał swojego indywidualnego instruktora, który stosuje odpowiednie wsparcia odpowiednio do potrzeb i możliwości pływaka – bez względu na to czy pływak jest sprawny czy z niepełnosprawnością – tak aby mógł on w pełni wykorzystać swoje umiejętności oraz odnieść wszelkie korzyści płynące z zabaw i aktywności. Podczas zajęć pływak uczy się kontrolowania oddechu i osiągnięcia bezpiecznych pozycji do oddychania oraz kontroli poruszania, która zależy m.in. od przystosowania psychicznego i kontroli równowagi w wodzie. Nauka prowadzi do osiągnięcia jak największej niezależności oraz absolutnego poczucia bezpieczeństwa, które oparte jest na gruntownej znajomości środowiska wodnego i zdolności swobodnego kontrolowania w nim swoich ruchów.

Drugą, najbardziej zaawansowaną formą pracy z ciałem jest Watsu. Poprzez wodę leczy nie tylko ciało, ale też umysł, a relaks i błogostan podczas sesji jest nieporównywalny z innymi zabiegami. Obejmuje określone sekwencje ćwiczeń, stretchingów i mobilizacji, przeplatanych japońskim masażem Shiatsu. Wszystko to wykonywane jest w ciepłej wodzie (34-35°C) i w końcowym efekcie daje niezwykle głęboką relaksację, która jest największą korzyścią Watsu.

Ze względu na wielowymiarowość bodźców podczas sesji Watsu i bogactwo efektów, ma szerokie zastosowanie w rehabilitacji. Na świecie Watsu jest częścią oferty zabiegowej wiodących SPA. Odczucia odczas sesji i ich relacje po zakończeniu potwierdzają przydatność terapii w leczeniu schorzeń ciała i umysłu.



Metody te są wykorzystywane w pracy z maluszkami z przykurczami mięśni, po różnego rodzaju wypadkach, a także operacjach, by przywrócić prawidłowe funkcjonowanie organizmu. Sesje te mają też charakter psychologiczny, wyciszają, zapobiegają depresji.

Dlatego tak ważne są dla nas:

1. Zakup karnetu, dzięki któremu uczestnicy mogą wziąć udział w wyżej wymienionych zajęciach, rozwijać swoje zainteresowania, a także stawiać czoła ograniczeniom, z jakimi się zmagają.
2. Otrzymanie wsparcia finansowego, dzięki któremu będziemy w stanie opłacić prowadzenie zajęć rodzinnej nauki i doskonalenia pływania oraz gimnastyki w wodzie dla małych dzieci, które będą mogli brać udział w spotkaniach i poprawiać jakość swojego życia.

Niestety fundusze naszej Fundacji nie pozwalają na kontynuację w/w działań, dlatego liczymy na wsparcie.

#### **MIEJSCE REALIZACJI ZADANIA:**

Wszystkie spotkania dotyczące zarówno szkolenia w zakresie pływania, jak i działań rehabilitacyjnych odbędą się na basenie "Helios" w Ustroniu Morskim.

#### **GRUPA DOCELOWA:**

Grupę docelową stanowią dzieci w wieku wczesno przedszkolnym, korzystające z terapii i ćwiczeń w wodzie.

Łączna ilość osób biorących udział w projekcie: 30.

#### **HARMONOGRAM REALIZACJI ZADANIA:**

WRZESIEŃ/PAŹDZIERNIK/LISTOPAD | GRUPA PŁYWAKÓW POCZĄTKUJĄCA- początkowa nauka pływania/oswajanie z wodą/pogadanki tematyczne - 45 MINUT/DWA RAZY W TYGODNIU

WRZESIEŃ/PAŹDZIERNIK/LISTOPAD | GRUPA PŁYWAKÓW KONTYNUUJĄCA – treningi pływackie - 45 MINUT/DWA RAZY W TYGODNIU

WRZESIEŃ/PAŹDZIERNIK/LISTOPAD | GIMNASTYKA W WODZIE – 45 MINUT/RAZ W TYGODNIU

WRZESIEŃ/PAŹDZIERNIK/LISTOPAD | ZAJĘCIA REHABILITACYJNE W WODZIE – 45 MINUT/ RAZ W TYGODNIU

#### **PROMOCJA PROJEKTU**

Promocja projektu nastąpi za pomocą plakatów i informacji umieszczanych na portalu społecznościowym Facebook zaprzyjaźnionych fundacji, stowarzyszeń i instytucji samorządowych. Oznaczmy Państwa, jako jednostkę nas wspierającą, dzięki której otrzymaliśmy wsparcie finansowe.

#### **Informacje dodatkowe:**

Biorąc pod uwagę ryzyka i zagrożenia dotyczące sytuacji epidemicznej związanej z rozprzestrzenianiem się choroby COVID-19 oraz wynikającymi z tego faktu ograniczeniami, Fundacja spełniani wszelkie aktualne wymagania związane z bieżącą sytuacją epidemiczną, zgodne z obowiązującymi i systematycznie aktualizowanymi przepisami o ograniczeniach, nakazach i zakazach określonych w związku z wystąpieniem stanu epidemii w Polsce. Opracowaliśmy i wdrożyliśmy Regulamin prowadzenia zajęć oraz systematycznie go aktualizować w celu zgodności z obowiązującym stanem prawnym w Polsce. Zgodnie z Regulaminem uzyskujemy na bieżąco od rodziców/opiekunów prawnych dzieci i młodzieży oświadczeń o wyrażeniu zgody na uczestnictwo w zajęciach oraz braku występowania przeciwwskazań zdrowotnych dla uczestnictwa w realizowanych zajęciach sportowych.

<sup>1)</sup> 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.).

<sup>2)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.



4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Rozwój umiejętności pływania dzieci	Podniesienie poziomu umiejętności pływackich	Ocena instruktorów, publikacje na stronie internetowej, na Facebooku, na stronach gminy
Poprawa kondycji maluszków z problemami neurologicznymi, po operacjach lub wypadkach	Skuteczne pokonanie bólu, wzmocnienie mięśni, rozluźnienie. Poprawa kondycji całego organizmu.	Ocena instruktorów, publikacje na stronie internetowej, na Facebooku, na stronach gminy
Wzmocnienie więzi rodzinnych	Wspólna nauka doprowadzi do kontynuacji procesów treningowych, chęci spędzania czasu wspólnie podczas uprawiania sportu.	Ocena instruktorów, publikacje na stronie internetowej, na Facebooku, na stronach gminy

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

Fundacja istnieje od września 2017 roku. Do dnia dzisiejszego udało nam się z powodzeniem zrealizować siedem zadań publicznych pięć w Gminie Ustronie Morskie i dwa w Gminie Będzino. Jesteśmy w trakcie realizacji kolejnych dwóch zadań publicznych, na bieżąco monitorujemy poziom ich wykonania i wywiązujemy się ze swoich zobowiązań. Zadania były skierowane do dzieci, młodzieży i mieszkańców z gminy Ustronie Morskie, którzy są zainteresowani nauką i uprawianiem pływania na poziomie szkółkowym i klubowym oraz nabywaniem wiedzy z zakresu pierwszej pomocy. Zadania polegały na nauce pływania od podstaw i kontynuacji procesu treningowego, a także szkoleniu ratowniczym i w ratownictwie sportowym. Zajęcia odbywały się na pływalni GOSiR Helios w Ustroniu Morskim. W zakres osobowy weszło nawiązanie i kontynuacja współpracy z instruktorami / trenerami posiadającymi niezbędne uprawnienia, wiedzę i doświadczenie z pływania: nauki, techniki pływania, treningu sportowego oraz ratownictwa wodnego i ratownictwa sportowego. Do realizacji zadań zaangażowanych było 3 członków – wolontariuszy. Dzieci i młodzież trenująca pod skrzydłami Fundacji Pływamy i Ratujemy aktywnie uczestniczyła w imprezach sportowych w całym województwie, a także poza nim godnie reprezentując gminę Ustronie Morskie.

Celem fundacji jest wspieranie rozwoju fizycznego i krzewienie pozytywnych postaw kultury fizycznej. Fundacja nie prowadzi działalności gospodarczej ani zarobkowej, pobierane składki oraz fundusze pozyskane z dotacji w całości przeznaczone są na podopiecznych – dzieci, młodzież i dorosłych, którzy biorą udział w zajęciach organizowanych przez fundację, nie tylko w zakresie pływania, ale także windsurfingu, nurkowania, morsowania, a także organizację warsztatów i zajęć o charakterze terapeutycznym.

Organizacyjnie w skład zarządu wchodzi prezes, wiceprezes i skarbnik, którzy wykonują swoje zadania charytatywnie, nie pobierając żadnego wynagrodzenia. W chwili obecnej fundacja współpracuje z trzema instruktorami/trenerami pływania oraz instruktorami ratownictwa wodnego i nurkowania, instruktorem zajmującym się osobami niepełnosprawnymi, a także instruktorem pierwszej pomocy przedmedycznej. PiR rozszerzył swoją ofertę i funkcjonuje wiele grup dla dzieci w różnym wieku z różnych miejscowości, a także dwie grupy dla dorosłych. Do marca Fundacja liczyła ponad 100 członków, po ciężkim okresie lockdownu cieszymy się z powrotu ponad 80 z czego około 60 osób to mieszkańcy Gminy Ustronie Morskie.

Prowadzimy także zajęcia terapeutyczne dla dzieci niepełnosprawnych, współpracując z wykwalifikowanym instruktorem posiadającym uprawnienia do pracy według zasad koncepcji Hallwica w pracy z dziećmi ze spektrum autyzmu i z mózgowym porażeniem dziecięcym ze sprzężeniami, metodą Watsu w pracy z osobami w każdym wieku łagodząc urazy po wypadkach, operacjach, urazach.

O sukcesach i przedsięwzięciach Pływamy i Ratujemy informowaliśmy na bieżąco dział promocji Gminy Ustronie Morskie, Gminy Będzino, które zamieszczały na swoich stronach internetowych sprawozdania z naszej działalności. Również prężnie działająca strona na portalu społecznościowym Facebook jest cennym źródłem informacji dla



zawodników, rodziców i sympatyków fundacji.

Mimo bardzo ciężkiego okresu dla klubów sportowych, fundacja działa bez przerwy oferując całym rodzinom możliwość przetrwania w dobrej kondycji fizycznej i dodatkowo w dobrym humorze.

Dzięki wszystkim tym działaniom liczba członków stale się powiększa a Pływamy i Ratujemy jest organizacją poważnie traktowaną przez instytucje związane z działalnością pływacką i nie tylko. Współpracujemy obecnie z wieloma instytucjami, Gminnym Ośrodkiem Kultury w Ustroniu Morskim, Pomorską Federacją WOPR, Zachodniopomorskim WOPR, miejscową parafią, klubami pływackimi z powiatu kołobrzeskiego, Koszalińską Agencją Rozwoju Regionalnego, Urzędem Marszałkowskim, Fundacją Nauka dla Środowiska.

Fundacja oprócz organizowania zajęć angażuje się także w różne akcje na terenie gminy, organizujemy zajęcia i spotkania dla całych rodzin, na przykład rodzinne morsowanie w sezonie jesienno – zimowo – wiosennym. Zajęcia są zupełnie bezpłatne, są okazją do spotkania w większym gronie, wspólnego uprawiania sportu na świeżym powietrzu.

## 2. Zasoby kadrowe, rzeczowe i finansowe oferenta, które będą wykorzystane do realizacji zadania

Organizacyjnie w skład zarządu wchodzi prezes, wiceprezes i skarbnik, którzy wykonują swoje zadania charytatywnie, nie pobierając żadnego wynagrodzenia.

### ZASOBY KADROWE:

Trener nauki pływania

Instruktor aquaterapii (posiada certyfikaty uprawniające do pracy z osobami w każdym wieku i na każdym poziomie zaawansowania: Metodą Hallwick, Aquakinezoterapia, metoda Watsu)

### ZASOBY RZECZOWE:

Sprzęt sportowy do prowadzenia zajęć: deski, rurki, makarony pływackie, pulboye ora zabawki do nauki pływania i oswajania z wodą.

### ZASOBY FINANSOWE:

Wkład własny finansowy ze strony Fundacji wynosi 10% - 1.000 złotych

## IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Zakup karnetu	6500	6500	
2.	Honorarium dla prowadzącego zajęcia rehabilitacyjne – aquaterapię	3500	3500	
3.	Honorarium dla prowadzącego zajęcia nauki pływania	1000		1000
	Suma wszystkich kosztów realizacji zadania	11000	10000	1000

## 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.

*Włotmagan Adriam*  
*Stolica Jurek-Cibe*

Data *17.08.2021*

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

**PŁYWAMY I RATUJEMY**  
SIEDZIBA I ADRES DO KORESPONDENCJI:  
ul. Polna 18, 78-111 Ustronie Morskie  
KRS: 0000694820  
NIP 6711826648 REGON 36825566300000  
Konto: mBank 38 1140 2004 0000 3502 7709 6715  
tel. +48 69 4161 255