



*DSP-I*  
*2020.11.11*

## UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

*DSP-I 8020.4. M. 2021*

### 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	Prezydent Miasta Białegostoku
2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>	6) ochrony i promocji zdrowia, w tym działalności leczniczej w rozumieniu ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej

### 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: LUWIA, Forma prawna: Stowarzyszenie Zwykłe, Stowarzyszenia niewpisane do KRS: : 63/zw, Kod pocztowy: 15-077, Poczta: Białystok, Miejscowość: Białystok, Ulica: Warszawska, Numer posesji: 42a, Numer lokalu: 2, Województwo: podlaskie, Powiat: Białystok, Gmina: m. Białystok, Strona www: , Adres e-mail: sylwia.wojda9@gmail.com, Numer telefonu: 720703051	
Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Sylwia Wojda Adres e-mail: sylwia.wojda9@gmail.com Telefon: 720703051

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Białystok: Wzmacniamy odporność			
2. Termin realizacji zadania <sup>2)</sup>	Data rozpoczęcia	12.11.2021	Data zakończenia	29.12.2021

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

## Opis zadania

Zaplanowane zadanie polega na:

- przeprowadzeniu trzech roślinnych warsztatów kulinarnych z uwzględnieniem współczesnych trendów żywieniowych i prozdrowotnych w kierunku wzmacniania odporności. Praktyczne warsztaty odbędą się na bazie kuchni witaliańskiej - przygotowywanie posiłków bez obróbki termicznej, dzięki czemu pożywienie zachowuje wszystkie składniki odżywcze, witaminy, minerały i enzymy. Warsztaty dotyczyć będą tak zwanej kuchni intuicyjnej, mało skomplikowanej - to praktyczna nauka, jak w prosty i szybki sposób zrobić pastę na kanapkę z kokosa a'la makrela, pastę z groszku zielonego, paprykarz z marchewki, majonez, raw łazanki, surowy chleb owsiany, kulki mocy ze słonecznika lub pyszny surowy a'la sernik z raw czekoladą bez pieczenia w kilka minut przy użyciu własnych rąk. Warsztaty będą promować ręczne wyroby zdrowych słodczy i szybkich przekąsek w bezpieczny sposób, bez użycia wysokiej temperatury: piekarników, czy palników. Na zakończenie każdego warsztatów odbędzie się integracyjna uczta\*\*\*,
- celem zadania jest zorganizowanie szkoleń z zakresu działań promujących zdrowe żywienie i aktywne styl życia wśród dzieci i młodzieży;
- warsztaty odbędą się dla uczestników bezpłatnie,
- lokal do przeprowadzenia warsztatów zostanie wynajęty nieodpłatnie - nie ma konieczności wynajmowania drogiego studia kulinarnego (studio Atuty 1200 zł jednorazowo; cennik oferty na ich stronie), wystarczy zwykła sala z dostępem do prądu i wody, cały sprzęt kulinarny zapewniają trenerzy,
- ze środków z projektu zostaną zakupione produkty i materiały spożywcze na warsztaty dla uczestników (niezbędne do przeprowadzenia warsztatów i wykonania zaplanowanych potraw, typu nasiona, kasze, owoce, warzywa, formy do ciast, orzechy, itp.)

Działania będą wsparte opracowanymi materiałami drukowanymi w formie broszur 14 stronicowych A5 rozpowszechnionych wśród uczestników warsztatów (45 szt.).

W projekcie weźmie udział ok. 45 osób.

Promocja wydarzeń zostanie zrealizowana drogą telefoniczną, elektroniczną i osobiście w placówkach oświatowych i kulturalnych w Białymstoku oraz poprzez rozesłanie zaproszeń do udziału w projekcie drogą mailową. Promocja projektu odbędzie się w lokalnych mediach, w lokalnych portalach społecznościowych, na facebooku, w Polskie Radio Białystok. Promocja zadania odbędzie się na 2 tygodnie przed rozpoczęciem warsztatów.

Zadanie zostanie zrealizowane we współpracy z lokalną grupą WEGESTOK - Viva!, która na co dzień zajmuje się także propagowaniem kuchni roślinnej na terenie całego kraju oraz na poziomie lokalnym. Grupa ta udostępni lokalny funpage (ponad 1400 odbiorców) do promocji działań. Zapisy uczestników zostaną przeprowadzone poprzez wpisanie na listę drogą mailową lub telefoniczną bądź po przez zgłoszenia przez fb pod postem dotyczącym wydarzenia. Decydować będzie kolejność zgłoszeń.

W celu ochrony środowiska naturalnego przed negatywnymi skutkami użycia przedmiotów jednorazowego użytku wykonanych z tworzyw sztucznych, zastosuje się naczynia i sztucce wielorazowego użytku: papierowe i drewniane.

Realizowane zadanie odbędzie się w zakresie:

- 1) aktywizacja i integracja dzieci i młodzieży w życiu społecznym;
- 2) promowanie działań profilaktycznych i prozdrowotnych;
- 3) zagospodarowanie czasu wolnego;

- 4) zwiększenie dostępności do różnorodnych form aktywności;
- 5) przeciwdziałanie izolacji społecznej,
- 6) integracja.

\*\*\*z uwzględnieniem wytycznych i obostrzeń wprowadzonych na terenie kraju w związku z wystąpieniem zagrożeniem epidemicznym z powodu Covid-19.  
 UWAGA! W przypadku wystąpienia przeciwwskazań do zgromadzeń jesteśmy w stanie przeprowadzić warsztaty online dla każdej ok. 15 osobowej grupy.

#### Grupa docelowa

Zaplanowane działania są skierowane do dzieci i młodzieży miasta Białystok.

Sposób rozwiązywania problemów/zaspokajania potrzeb grupy docelowej:

W dobie sprowadzenia większości dziedzin życia do internetu, okazuje się, że wielu ludzi ma problem kreatywnością w kuchni i z samodzielnym przygotowaniem posiłków. Ponadto w dzisiejszych czasach młode społeczeństwo przyjmuje intensywnie napływające z zachodu negatywne wzorce żywieniowe. Znacząca jest także obecna sytuacja epidemiologiczna, kiedy to niezwykle istotne jest podnoszenie świadomości ludzi w zakresie wiedzy na temat wzmacniania odporności. Warsztaty i kontakt z trenerem sztuki kulinarnej rozwiążą te problemy poprzez praktykę oraz wiedzę. Naszym celem jest propagowanie metod zapobiegania osłabieniu odporności oraz nauka jak zrobić to w warunkach domowych.

Potrzeby grupy docelowej zostaną zaspokojone poprzez:

- \*działalność prozdrowotną (kontakt z kuchnią surową roślinną),
- \*przekazanie praktycznej wiedzy kulinarnej na temat, jak wzmacniać odporność profilaktycznie w warunkach domowych poprzez właściwe wybory żywieniowe,
- \*wiedzę na temat samodzielnego przygotowania posiłków tak, by zachowały jak najwięcej wartości, witamin i enzymów.
- \*propagowanie aktywnych form spędzania czasu wolnego w formie praktycznego warsztatu,
- \*integrację.

#### Miejsce realizacji

Miejsce realizacji zadania: Białystok

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika

Warsztaty kulinarne	3 warsztaty kulinarne, łącznie 12 godzin, w których udział wezmą ok. 45 osób - warsztaty odbędą się w godzinach sprzyjających dla uczestników (szczególnie weekendy): - grupa na warsztaty - max. 15 osób (ograniczenie miejsca oraz bezpieczeństwo). - unikalna wiedza kulinarna, - na zakończenie integracyjna uczta, - prowadzący warsztaty do dyspozycji dla uczestników przez 4 godziny dla każdej grupy, - nieodpłatne, wydrukowane broszury (materiały trenerów) dla wszystkich uczestników.	fotodokumentacja, relacja na wydarzeniu na fb
Broszurka z przepisami kulinarnymi przygotowana i wydrukowana przez trenerów	ok. 45 osób otrzyma bezpłatnie broszurkę	fotodokumentacja, relacja na wydarzeniu na fb

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

**Charakterystyka oferenta**

Pragniemy nadmienić, że Stowarzyszenie zwykle L UWIA jest młodą organizacją, ale z ogromnym zapałem chcemy realizować zaplanowane cele a między innymi promować zdrowe żywienie i aktywny styl życia wśród dzieci i młodzieży miasta Białystok, wspierać aktywizm społeczny, promować postawy ekologiczne i regionalność kulinarną.

Nawiązując do wcześniejszej działalności Przedstawicielki Stowarzyszenia zwykłego L UWIA, w 2017 zorganizowała i przeprowadziła plenerowe wydarzenie pod nazwą Tydzień Weganizmu z festynem na placu przed teatrem Dramatycznym w Białymstoku oraz koncertami ze środków budżetowych Prezydenta Miasta, który objął wydarzenie swoim patronatem; współorganizowała kilka edycji Tygodnia Weganizmu w Białymstoku, koordynowała i prowadziła warsztaty kuchni witarianiskiej (raw food - bez pieczenia i smażenia) i roślinnej podczas kilku edycji Tygodnia Weganizmu i WOŚP w Białymstoku. W ciągu ostatnich kilku miesięcy przeprowadziła, reprezentując Stowarzyszenie L UWIA oraz jako osoba prywatna, trzy warsztaty kuchni surowej W Bielsku Podlaskim oraz w Białymstoku.

**Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie**

Przedstawicielka podmiotu składającego wniosek bierze czynny udział w organizowaniu wydarzeń

aktywizujących społeczność białostocką oraz wspiera lokalne organizacje pozarządowe, będąc siłą napędową przy realizacji licznych wniosków:

W roku 2019 brała udział jako wykonawca i koordynowała:

- \* edukacyjno - ekologiczny projekt: "Drzewa Mocy" realizowany w ramach Programu FIO (prowadząca warsztaty animacyjne, koordynatorka),
- \* projekt: "Nic się nie zmarnuje w ramach programu" w programu "Aktywni sąsiedzi" (prowadząca warsztaty, koordynatorka),
- \* projekt związany z praktycznymi warsztatami rękodzieła recyklingowego: "Nowe życie starych rzeczy" w ramach programu "Aktywni sąsiedzi" (prowadząca warsztaty, koordynatorka),
- \* projekt: "Kolczaste, pierzaste" (trener na stoisku informacyjnym na temat m. in. ochrony gołębi w naszym mieście).

W 2020 roku Stowarzyszenie LUWIA zrealizowało projekty:

- "Moje miasto a w nim ..." w ramach konkursu: Kultura w mieście Grajewo w 2020 r. ogłoszonym przez: Urząd Miasta Grajewo - Wydział Organizacyjny (wykonanie teledysku muzycznego),
- "Zwierzęta w mieście - współistnienie" w ramach konkursu: Ochrona zwierząt w mieście Grajewo w 2020 r. ogłoszonym przez: Urząd Miasta Grajewo - Wydział Organizacyjny (wideo-przewodnik po prawach zwierząt w mieście),
- "Zmieniaj dietę nie klimat" ramach konkursu: Projekty z zakresu edukacji ekologicznej 2020 ogłoszonym przez: Urząd Miejski w Białymstoku - Departament Ochrony Środowiska (happening uliczny),
- "Głos osiedla" z Programu Regrantingowego „Aktywni Sąsiedzi 2020” realizowanego przez Ośrodek Wspierania Organizacji Pozarządowych ze środków Miasta Białystok (wykonanie reportażu muzycznego),
- "BABCIE ON-LINE czytają bajki" z Programu Regrantingowego „Aktywni Sąsiedzi 2020” realizowanego przez Ośrodek Wspierania Organizacji Pozarządowych ze środków Miasta Białystok (wykonanie wideostuchowiska dla dzieci z udziałem białostockich babć).

W 2021 roku Stowarzyszenie LUWIA zrealizowało projekty:

- "Integracja od kuchni" w ramach konkursu: Wspieranie osób starszych ogłoszonym przez: Urząd Miasta Bielsk Podlaski (kulinarne warsztaty roślinne kuchni surowej),
- "Bezdomność zwierząt - co możemy z tym zrobić?" w ramach konkursu: Edukacja ekologiczna ogłoszonym przez: Urząd Miasta Hajnówka - Referat Polityki Gospodarczej (prelekcje w 3 szkołach w Bielsku Podlaskim),
- "O czym szumią drzewa ..." w ramach małego grantu w konkursie "Dbamy o drzewa 5 - inicjatywy społeczne" - projekt dofinansowany ze środków Województwa Podlaskiego (warsztaty plastyczne).

### **Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania**

#### **Zasoby kadrowe**

Sylwia Wojda – lokalna aktywistka, współorganizatorka kilku edycji Tygodnia Weganizmu w Białymstoku, wielokrotnie koordynowała i prowadziła warsztaty kuchni roślinnej i witariańskiej (surowej), w roku 2021 poprowadziła już 3 grupy, będąc trenerką kuchni surowej w Bielsku Podlaskim oraz w Białymstoku, organizatorka i uczestniczka wielu wydarzeń oraz happeningów informacyjnych na temat żywienia roślinnego. Bierze czynny udział w organizowaniu wydarzeń aktywizujących społeczność białostocką, także tą najmłodszą oraz wspiera lokalne organizacje pozarządowe, będąc siłą napędową przy realizacji licznych wniosków.

Luiza Wojda - zajmuje się działaniami na rzecz propagowania diety roślinnej. Prowadziła liczne warsztaty kuchni surowej, m. in. podczas dwóch edycji Tygodnia Weganizmu w Białymstoku, podczas WOŚP w Białymstoku, aktywistka. Była szefową kuchni w wegańskim przedszkolu w Białymstoku i w wegańskiej restauracji w Białymstoku.

#### Zasoby rzeczowe

Organizator zapewnia:

- a) organizację działań i koordynację projektu, rozliczenie finansowe projektu, księgowość.
- b) telefon, papier xero, drukarkę, Internet, komputer, aparat fotograficzny Cannon lustrzanka do wykonywania fotodokumentacji oraz relacji z wydarzenia.

Trenerzy zapewniają:

- a) własne materiały prowadzących, sprzęt kulinarny (mobilne studio kulinarne), np.: blendery ręczne, blender kielichowy, młynek elektryczny do mielenia nasion i orzechów, dehydrator do suszenia potraw, spirometr do makaronu,
- b) własne wyposażenie kuchenne: deski do krojenia, noże, sztucce, miski, talerze, kubki, ręczniki papierowe, środki czystości, itp.
- c) dowóz sprzętu oraz trenerów na miejsce prowadzenia warsztatów,
- d) ok. 30 szt. (dla wszystkich uczestników) broszur 14 stronicowych w formacie A5 z przepisami do rozdania uczestnikom warsztatów w wersji papierowej oraz elektronicznej.

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Przeprowadzenie warsztatów kulinarnych - 3 warsztaty po 4 godz., 2 trenerów plus własne materiały prowadzących, sprzęt kulinarny: spirometr do makaronu, dehydrator do suszenia potraw, blendery ręczne i kielichowy, młynek elektryczny (mobilne studio kulinarne), własne wyposażenie kuchenne: deski do krojenia, noże, sztucce, miski, talerze, kubki; 3x1900zł	5 700,00		
2.	Zakup produktów i materiałów dla uczestników niezbędnych do przeprowadzenia warsztatów (suszone owoce, orzechy, nasiona, mąki, płatki owsiane, pestki, itp.); 2x300zł	900,00		
3.	Koordynacja i rozliczenie finansowe	400,00		
<b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b>		<b>7 000,00</b>	<b>7 000,00</b>	<b>0,00</b>

## 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.

.....

.....

.....

.....

.....  
Sylwia Wójcik

.....

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

Data 20.10.2021

Załączniki:

1. Statut (obligatoryjny - złożony elektronicznie)

<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.