

POUCZENIE co do sposobu wypełniania oferty
Ofertę należy wypełnić wyłącznie w blankach pustych
oraz w przypisach.
Zaznaczenie gwiazdką, np. „pobieranie*/niepobiera
prawidłową. Przykład: „pobieranie*/niepobieranie*”.



nieznaczonymi przy poszczególnych polach

**I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie**

1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta	Prezydent Wrocławia
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	7) działalności na rzecz osób niepełnosprawnych

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 oferenta: Stowarzyszenie Amazonki "FEMINA-FENIX" Wrocław	
numer: 0000085940 - Krajowy Rejestr Sądowy	
forma prawna: stowarzyszenie	telefon: 602115679
strona WWW: www.amazonki.wroclaw.pl	email: amazonkiwroclaw@onet.pl
Adres siedziby	Adres do korespondencji
ulica: pl.Hirszfelda 12	ulica: pl.Hirszfelda 12
mięscowość: Wrocław	mięscowość: Wrocław
kod pocztowy: 53-413	kod pocztowy: 53-413
poczta: Wrocław	poczta: Wrocław
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Oferent 1 ELŻBIETA SOKOŁOWSKA tel.:602115679 email:amazonkiwroclaw@onet.pl

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Aktywizacja kobiet po przebytej chorobie nowotworowej raka piersi.			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	02.03.2026	Data zakończenia	28.05.2026
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
Syntetyczny opis zadania: Oferta jest kontynuacją działań prowadzonych w naszym Stowarzyszeniu od lat, dotyczy realizacji zadania "Aktywizacja kobiet po przebytej chorobie nowotworowej raka piersi" Bezpośrednimi adresatami zadania są kobiety, mieszkanki Wrocławia osoby niepełnosprawne w rozumieniu ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz o zatrudnieniu osób niepełnosprawnych to jest legitymujące się orzeczeniem o stopniu niepełnosprawności, orzeczeniem o niepełnosprawności lub orzeczeniem równoważnym. Celem zadania jest zapewnienie kobietom po leczeniu onkologicznym raka piersi powrót do sprawności psychicznej i fizycznej a także zwiększenie samodzielności w funkcjonowaniu w społeczeństwie poprzez: - zajęcia aktywizujące usprawniające grupowe na sali gimnastycznej dla 15 kobiet. - zajęcia aktywizujące usprawniające grupowe na basenie dla 15 kobiet. PROGRAM ZAJĘĆ PRZEDSTAWIA SIĘ NASTĘPUJĄCO: 1. Zajęcia aktywizujące usprawniające na sali gimnastycznej. Ćwiczenia na sali gimnastycznej cieszą się ogromnym powodzeniem wśród Amazonki aktywność ta jest jednocześnie profilaktyką pierwotną i wtórną, która powinna być prowadzona do końca życia. Zajęcia rozpoczynają się będą w pozycji stojącej, ćwiczeniami rozluźniającymi i rozciągającymi. Panie, które nie mogą wykonywać ćwiczeń na stojąco i leżąc będą ćwiczyć na krzesłkach. Ćwiczenia ruchowe są połączone z mechanicznym oddziaływaniem na obręcz karku kończynę, poprawiając odprowadzenie chłonki. W plan ćwiczeń wplecione są również ćwiczenia wzmacniające mięśnie kręgosłupa i barku. Na koniec zajęć będą wykonywane ćwiczenia oddechowe, łącznie zajęć planujemy 42 godziny. HARMONOGRAM ZAJĘĆ: - marzec 2026 : 02, 09, 16, 23, 26, - kwiecień 2026 : 02, 09, 13, 16, 20, 23, 27, 30, - maj 2026 : 04, 07, 11, 14, 18, 21, 25, 28, Zastrzegamy sobie zmiany w harmonogramie z przyczyn od nas niezależnych. 2. Zajęcia aktywizujące usprawniające na basenie. Ten rodzaj terapii wykorzystuje unikalne właściwości wody, pozwala odciążyć kręgosłup a jednocześnie przyczynia się do równomiernego wzmocnienia wszystkich partii mięśni. Zajęcia w wodzie redukują stres, poprawiają samopoczucie, są pewną formą zabawy, uważane są za najzdrowszą z dyscyplin sportowych. Zajęcia prowadzone będą w małym basenie / 90 cm głębokości/ w pozycji stojącej, klęczącej i leżącej przy pomocy piłeczek, desek i banana. Zajęcia będą rozpoczynały się rozgrzewką a następnie ćwiczeniami zasadniczymi, usprawniając i aktywizując wszystkie części ciała				

szczególne obręcz barkową łącznie 26 godzin zajęć.

HARMONOGRAM ZAJĘĆ :

- marzec : 04, 11, 18, 25,
- kwiecień : 01, 08, 15, 22, 29,
- maj : 06, 13, 20, 27,

Zastrzegamy sobie zmiany w harmonogramie z przyczyn od nas niezależnych.

Dla uczestniczek zadania przygotowane zostanie zapytanie o szczególne potrzeby, które uczestniczki wypełnią zgodnie z wymogami ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnieniu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami. Stowarzyszenie spełnia wymagania służące

zapewnieniu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami w zakresie :

DOSTĘPNOŚCI ARCHITEKTONICZNA - zajęcia prowadzone będą w miejscach dostępnych bez barier architektonicznych z wyraźnie oznaczonymi drogami ewakuacyjnymi. Wszystkie pomieszczenia w których będą odbywały się zajęcia znajdują się na parterze. Do budynku jest możliwość wejścia z z psem przewodnikiem. Na tym samym poziomie znajduje się toaleta, kuchnia i łazienka przystosowana dla osób niepełnosprawnych.

W razie zaistniałych trudności zapewnimy dostęp alternatywny. Wszystkie pomieszczenia na pływalni AWF - są dostosowane do korzystania przez osoby z niepełnosprawnością. Pomieszczenia w Młodzieżowym Centrum Sportu są przystosowane do ćwiczeń osób z niepełnosprawnością. Wszystkie pomieszczenia spełniają wymogi w zakresie BHP i Ppoż. Wśród beneficjentek zadania nie ma kobiet zgłaszających szczególne potrzeby.

DOSTĘPNOŚĆ CYFROWA - Stowarzyszenie posiada stronę internetową www.amazonki.wroclaw.pl, na której będzie umieszczona informacja o realizowanym projekcie i sposobie jego finansowania. W celu zapewnienia dostępności cyfrowej elementów strony internetowej zapewnimy dostęp alternatywny drogą telefoniczną pod numerem 602 115 6 79 i poprzez kontakt e-mail amazonkiwroclaw@onet.pl. Wszystkie beneficjentki projektu są osobami słyszącymi, bez uszkodzeń wzroku, ze sprawnością ruchową. Strona internetowa jest stworzona zgodnie z ustawą o dostępności cyfrowej.

DOSTĘPNOŚĆ INFORMACYJNO-KOMUNIKACYJNA - Stowarzyszenie na wniosek osoby ze szczególnymi potrzebami zobowiązuje się zapewnić komunikację z podmiotem w formie określonej w tym wniosku. W celu zapewnienia dostępności informacyjno-komunikacyjnej na stronie internetowej www.amazonki.wroclaw.pl zostanie umieszczony wpis o planowanym projekcie i sposobie jego finansowania wraz z logotypami w postaci elektronicznego pliku zawierającego tekst odczytywalny maszynowo, oraz informacji w tekście łatwym do czytania i rozumienia/ETR/.

W indywidualnym przypadku, jeżeli ze względów technicznych lub prawnych, nie da się zapewnić dostępności osobie ze szczególnymi potrzebami w zakresie minimalnej dostępności architektonicznej, cyfrowej czy informacyjno-komunikacyjnej w takiej sytuacji zapewnimy dostęp alternatywny.

Miejsce realizacji zadania:

Zajęcia gimnastyczne na sali odbywać się będą na sali gimnastycznej w Młodzieżowym Centrum Sportu ul. Gwarna 10 we Wrocławiu w poniedziałki i czwartki w dwóch grupach łącznie 42 godziny o godzinie 15.30 i 16.30

Zajęcia na basenie będą realizowane w Akademii Wychowania Fizycznego im. Polskich Olimpijczyków we Wrocławiu al. Ignacego Paderewskiego 35, w środy w dwóch grupach łącznie 26 godzin o godzinie 13.00 i 14.00.

Biuro Rachunkowe ul. Akacjowa 12 55-003 Chrzęstawa Mała

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Zajęcia aktywizujące grupowe na basenie	26 godzin zajęć grupowych na basenie w dwóch grupach	Lista obecności, zdjęcia fotograficzne wykonane na zajęciach.
Zajęcia grupowe usprawniające na sali	42 godzin zajęć grupowych na sali gimnastycznej	Lista obecności, zdjęcia fotograficzne z zajęć.

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

Doświadczenie w realizacji działań planowanych w ofercie

Od lat Klub Amazonek prowadzi podobne zadania w zakresie działań aktywizujących usprawniających dla kobiet po chorobie nowotworowej raka piersi skierowane do Klubowiczów w ilości co najmniej 2 razy rocznie. Przez 10 miesięcy w roku kobiety korzystają z zajęć na sali gimnastycznej i basenie, D/MOPS/19A/17/2024, D/MOPS/19A/20/2025, D/PEFRON/MOPS/3664/6/2024, D/PEFRON/MOPS/3950/9/2025.

Zasoby, które będą wykorzystane w realizacji zadania

Zasoby kadrowe:

Zajęcia na sali gimnastycznej i basenie będą prowadzone przez:

-dr adiunkt AWF Wrocław pracownik dydaktyczny, certyfikowany specjalista terapii obręzków i rehabilitacji raka piersi terapeutka.

-prof. AWF Wrocław, kierownik Zakładu Fizjoterapii i Medycyny Zabiegowej i Onkologii Badawczej. Certyfikowany specjalista terapii obręzków i rehabilitacji raka piersi, terapeutka.

Księgowość zadania prowadzić będzie biuro rachunkowe A. Pytel.

Zasoby rzeczowe:

Sprzęt do ćwiczeń na sali, maty, krzeselka, kijki. Sprzęt do ćwiczeń w wodzie: pileczki, banany, deski.

Sala wyposażona w profesjonalny sprzęt potrzebny do realizacji zadania: komputer, stół, krzesła, przybory do pisania.

Zasoby finansowe:

składki członkowskie, 1,5% od podatku. Przewidywana suma środków finansowych własnych 520 zł.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1	gimnastyka grupowa na sali	5 880,00 zł		
2	gimnastyka grupowa w wodzie	3 640,00 zł		
3	prowadzenie księgowości zadania	1 000,00 zł		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 520,00 zł	10 000,00 zł	520,00 zł

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* / właściwą ewidencją*
- 6) wszystkie informacje podane w ofercie 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.

Przewodnicząca Stowarzyszenia

Elżbieta Spółowska

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

Alina Orda
skarbnik stowarzyszenia
Stowarzyszenie Amazon
Demina - Fenix" Wrocław
pl. Hirszfelda 12, 53-413 Wrocław
NIP 899 20 68 197

Data: 15.02.2026

- 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.