



FORMULARZ ZGŁOSZENIA ZADANIA W RAMACH 8 EDYCJI MARSZAŁKOWSKIEGO BUDŻETU OBYWATELSKIEGO WOJEWÓDZTWA OPOLSKIEGO

UWAGA: Formularz zgłaszania zadania będzie w całości opublikowany na stronie internetowej: <https://budzet.opolskie.pl>, aby mieszkańcy zapoznali się z zadaniami, na które mogą oddać swój głos. Dane osobowe zgłaszającego mieszkańca nie będą publikowane.

Tytuł zadania:

Nazwa zadania nie może być długa i skomplikowana (może składać się z max. 100 znaków wraz ze spacjami)

"Nordic wOOLking-marsz po zdrowie" - III EDYCJA

Dane osobowe i miejsce zamieszkania osoby zgłaszającej zadanie

Imię i nazwisko	
Data urodzenia:	
Powiat / Gmina:	
Miejscowość:	
Ulica, nr domu/nr mieszkania:	
Nr telefonu:	
Adres e-mail:	

Zasięg zadania - subregionalny (obejmujący co najmniej 2 powiaty w danym subregionie) lub powiatowy

Zasięg zadania - subregionalny (obejmujący co najmniej 2 powiaty w danym subregionie) lub powiatowy (dotyczący danego powiatu lub Miasta Opole). Pamiętaj! Nie możesz zgłosić tego samego zadania w ramach subregionu i powiatu mieszczącego się w tym subregionie. Zadanie o zasięgu subregionalnym (50 000 zł - 100 000 zł). Zadanie o zasięgu powiatowym (35 000 zł - 75 000 zł). Pamiętaj! Zadanie o zasięgu subregionalnym może zgłaszać jedynie mieszkaniec tego subregionu. Pamiętaj! Zadanie o zasięgu powiatowym może zgłaszać jedynie mieszkaniec powiatu, którego dotyczy zadanie.

Powiatowy - powiat: oleski (od 35 000 do 75 000 zł)

Charakter zadania

Jeżeli zgłaszane zadania dotyczą kilku obszarów, wskaż zadanie dominujące.

sportowym, rekreacyjnym

Opis zadania

Scharakteryzuj zgłaszane zadanie: czego dotyczy, jaki jest jego główny cel i do kogo jest skierowany (do jakiej grupy docelowej mieszkańców województwa). Opis zadania ma zachęcić mieszkańców do oddania głosu na zadanie. Max. 2 000 znaków. Pamiętaj! Opis zadania nie może wskazywać podmiotu, który miałby zostać jego realizatorem.

Zadanie polega na przeprowadzeniu kompleksowych oraz cyklicznych zajęć Nordic Walking dla mieszkańców powiatu oleskiego, które nie tylko promują zdrowy styl życia i aktywność fizyczną, ale także wspierają rozwój psychiczny i społeczny uczestników. Głównym celem jest promowanie zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej poprzez naukę prawidłowej techniki nordic walking oraz różnorodne ćwiczenia siłowe, wzmacniające, a także gry i zabawy ruchowe, jak również wspieranie aktywności psychicznej i społecznej poprzez integrację uczestników. Zajęcia są skierowane do szerokiej grupy odbiorców - zarówno dzieci, młodzieży, jak i dorosłych w każdym wieku, niezależnie od poziomu zaawansowania, od początkujących po doświadczonych. To świetna okazja, aby wszyscy mieszkańcy powiatu oleskiego mogli zadbać o swoje zdrowie, spędzić czas na świeżym powietrzu i dobrze się bawić!

Zakres rzeczowy zadania

Pamiętaj! Zgłoszone zadanie musi być zgodne z kompetencjami i zadaniami województwa oraz przepisami prawa, w tym ze strategią rozwoju województwa. Najważniejsze jest wskazanie korzyści dla mieszkańców.

- Wskaż wszystkie wydarzenia np. spotkania, zajęcia, koncerty, festyny, szkolenia, warsztaty, zawody itd., które składają się na zgłaszane zadanie.

- Przy każdym wydarzeniu wskaż grupę docelową, do której skierowane jest wydarzenie np. dzieci, młodzież, rodziny, seniorzy itp. oraz szacunkową liczbę uczestników wydarzenia.
- Podaj liczbę wydarzeń np. 1 festyn lub np.: 10 warsztatów.
- Określ przewidywany termin wydarzenia np. miesiąc/kwartał lub w przypadku wydarzeń cyklicznych wskaż ich częstotliwość np. 10 warsztatów przez 3 miesiące.
- Jeśli planujesz wydarzenia w konkretnej lokalizacji pamiętaj o dołączeniu do formularza zgody podmiotu uprawnionego do udostępniania terenu lub obiektu.
- W ramach każdego zaplanowanego wydarzenia wskaż korzyści dla społeczności lokalnej i regionalnej oraz do zaspokojenia jakiej potrzeby lub rozwiązania jakiego problemu przyczyni się realizacja wydarzenia. Napisz w jaki sposób wydarzenie będzie przyczyniać się m.in. do: wspierania, promowania, rozwoju, integracji, pobudzania i aktywizacji społecznej mieszkańców.
- Opisz szczegółowo wszystkie wydarzenia wchodzące w skład zadania w sposób umożliwiający ocenę ich: realności, racjonalności i celowości.
- Pamiętaj, że zadanie nie może stać w sprzeczności pod względem merytorycznym z przedsięwzięciami planowanymi do realizacji przez właściwy departament lub jednostki organizacyjne Samorządu Województwa Opolskiego.
- Zadanie inwestycyjne możesz zrealizować wyłącznie na mieniu województwa. Wykaz mienia województwa znajduje się na stronie budzet.opolskie.pl Pamiętaj wtedy o dołączeniu do formularza wszystkich pozwoleń lub innych dokumentów technicznych niezbędnych do jego realizacji.

1.	Nazwa wydarzenia/wydarzeń	Treningi Nordic Walking
	Szczegółowy opis wydarzenia/wydarzeń:	Zadanie polega na przeprowadzeniu kompleksowych, cyklicznych zajęć Nordic Walking dla mieszkańców powiatu oleskiego. W ramach tych zajęć będą nauczane prawidłowe techniki nordic walking, a także realizowane ćwiczenia siłowe, wzmacniające oraz gry i zabawy ruchowe. Dodatkowo, podczas zajęć będą wykorzystywane różne sprzęty, takie jak kije do nordic walking, maty treningowe, gumy oporowe czy sprzęt crossfitowy. Wszystko pod okiem wykwalifikowanej kadry instruktorskiej nordic walking. Głównym celem jest promowanie zdrowego stylu życia i aktywności fizycznej, poprawa kondycji i zdrowia mieszkańców, a także zmiana społecznego spojrzenia na rolę aktywności ruchowej, szczególnie nordic walking. Zadanie ma na celu nauczyć prawidłowej techniki nordic walking, pomóc w odciążeniu stawów, poprawić krążenie, zwiększyć wydolność tlenową uczestników. Ponadto, zajęcia mają działanie terapeutyczne, to doskonały, uniwersalny trening w rehabilitacji, wspierają integrację społeczną, redukują stres i obciążenie psychoemocjonalne, a także mogą pomóc w walce z fonoholizmem-uzależnieniem od telefonów komórkowych. Zadanie jest przeznaczone dla szerokiej grupy mieszkańców powiatu oleskiego, obejmując dzieci, młodzież i dorosłych w każdym wieku, zarówno początkujących, jak i bardziej zaawansowanych. Planuje się utworzenie co najmniej 20 grup z uwzględnieniem grup początkujących i zaawansowanych, w każdej grupie w treningu uczestniczyło będzie co najmniej 10 osób, dla każdej grupy przewidzianych jest ok 20 jednostek treningowych, co jest równe wg kosztorysu 400 jednostkom treningowym , przy czym 1 jednostka treningowa to 45 minut. Istnieje możliwość “zablokowania” maksymalnie 2 jednostek treningowych w jednych zajęciach (90 minut = 2 jednostki treningowe) z zapewnieniem uczestnikom kijów do nordic walking oraz sprzętu crossfitowego.
	Grupa docelowa (dzieci, młodzież, dorośli, seniorzy)	Dzieci, młodzież, osoby dorosłe, seniorzy, rodziny oraz osoby ze szczególnymi potrzebami.
	Liczba uczestników	Co najmniej 200 uczestników/ z uwzględnieniem możliwości zablokowania 2 JT
	Liczba planowanych wydarzeń (spotkań, zajęć, koncertów, festynów, szkoleń, warsztatów, zawodów itp.)	400 jednostek treningowych
	Termin wydarzenia/wydarzeń częstotliwość	Przeprowadzenie 400 jednostek treningowych przez co najmniej 8 miesięcy
	Miejsce wydarzenia/wydarzeń (jeśli wymagana jest zgoda dołączyć ją w tym miejscu - wzór takiej zgody dostępny jest na stronie budzet.opolskie.pl)	Miejskie Centrum Sportu i Rekreacji , 46-300 Olesno, ul Wachowska 10A Gminny Ośrodek Kultury, Sportu i Biblioteki Publicznej , 46-380 Dobrodzień, Plac Wolności 24 Boisko Sportowe, 46-331 Radłów, ul. Oleska 3 Parking przy Przystanku Autobusowym w Boroszowie, 46-300 Olesno
	Korzyści dla mieszkańców wynikające z realizacji wydarzenia/wydarzeń	Poprawa zdrowia i jakości życia mieszkańców poprzez regularne zajęcia Nordic Walking przyczynią się do zwiększenia aktywności fizycznej, co wpłynie na obniżenie chorób cywilizacyjnych, poprawę samopoczucia i ogólnej kondycji zdrowotnej społeczności. Wzrost świadomości na temat zdrowego stylu życia poprzez edukację na temat prawidłowej techniki i korzyści płynących z aktywności fizycznej zwiększy wiedzę mieszkańców, co może przełożyć się na długoterminowe zmiany nawyków. Uczestnictwo w grupowych zajęciach sprzyja nawiązywaniu relacji, budowaniu więzi społecznych i wzmacnianiu poczucia wspólnoty. Różnorodność grup (dzieci, młodzież, dorośli, seniorzy) i wspólne aktywności będą sprzyjały zacieśnianiu więzi między mieszkańcami, eliminując bariery społeczne. Ponadto odbywające się cyklicznie zajęcia mogą stać się wizytówką powiatu oleskiego, przyciągając osoby zainteresowane zdrowiem i aktywnością fizyczną co przekłada się na promocję regionu jako miejsca aktywnego i zdrowego stylu życia.

Ogólnodostępność dla mieszkańców województwa

Wskaż w jaki sposób wydarzenia zaplanowane w ramach zgłoszonego zadania będą dostępne dla osób ze szczególnymi potrzebami. Jeśli zapewnienie dostępności będzie wiązało się z dodatkowymi kosztami to należy uwzględnić je w kosztorysie np. zatrudnienie tłumacza migowego.

Zadanie będzie ogólnodostępne dla mieszkańców województwa opolskiego. Udział w zadaniu będzie całkowicie bezpłatny i ogólnodostępny. Na wszystkich materiałach, publikacjach, informacjach dla mediów, ogłoszeniach oraz wystąpieniach publicznych dotyczących realizowanego zadania publicznego umieszczona będzie informacja, iż zadanie jest finansowane ze środków pochodzących z budżetu Samorządu. Z kolei na wszystkich materiałach, w szczególności promocyjnych, informacyjnych, szkoleniowych i edukacyjnych, dotyczących realizowanego zadania, oraz zakupionych środkach trwałych, proporcjonalnie do wielkości innych oznaczeń, w sposób zapewniający jego dobrą widoczność umieszczone będzie logo Marszałkowskiego Budżetu Obywatelskiego lub herbu Województwa Opolskiego. W przypadku kiedy uczestnik zajęć nie będzie mógł w pełni brać udziału w zajęciach, realizujący zadanie zapewni osobie ze szczególnymi potrzebami wsparcie, takie jak dostępne miejsce do ćwiczeń, szerokie ścieżki, które umożliwiają poruszanie się m.in. na wózkach inwalidzkich oraz indywidualny program treningowy mający na celu możliwość wzięcia udziału w projekcie i integracji społecznej.

Zakres finansowy zadania

- Kosztorys zadania o zasięgu subregionalnym musi mieścić się w przedziale 50 000 zł – 100 000 zł.
- Kosztorys zadania o zasięgu powiatowym musi mieścić się w przedziale 35 000 zł – 75 000 zł.
- Wybierz nazwę wydarzenia z listy rozwijalnej (lista tworzy się w oparciu o wydarzenia wpisane przez Ciebie w zakresie rzeczowym zadania).
- Podaj nazwę i krótko opis każdy wydatek w ramach wydarzenia np. zakup skakanek na festyn.
- Wybierz rodzaj wydatku z listy rozwijalnej: usługi, zakupy materiałów, zakupy środków trwałych, promocja zadania, obsługa administracyjna.
- Wskaż kwotę jednostkową danego wydatku i liczbę – łączny koszt obliczy się automatycznie.
- Opisz szczegółowo wszystkie wydatki wchodzące w skład zadania w sposób umożliwiający ocenę ich: racjonalności, oszczędności i efektywności. Jeśli posiadasz przykładowe ceny produktów/usług ze stron internetowych to dołącz je do formularza zgłaszania.
- Możesz ująć w kosztorysie w ramach jednego lub kilku wydatków:
 - koszty związane z zakupem środków trwałych, jednak cena jednostkowa środka trwałego nie może przekroczyć 10 000 zł i ich łączny koszt nie może przekroczyć 50% łącznej wartości zadania,
 - koszty promocji zadania, jednak ich łączny koszt nie może przekroczyć 10% łącznej wartości zadania,
 - koszty obsługi administracyjnej zadania, jednak ich łączny koszt nie może przekroczyć 5% łącznej wartości zadania. W przypadku realizacji zadania przez Urząd, jego jednostki lub JST łączna wartość zadania zostanie pomniejszona o koszty administracyjne zadania.
 - koszty wynajmu, jeśli chcesz zrealizować wydarzenie w konkretnej lokalizacji, a nie jest możliwe jej bezpłatne udostępnienie.

1.	Nazwa wydarzenia:	Treningi Nordic Walking
	Nazwa i opis wydatku:	Jednostka treningowa
	Rodzaj wydatku:	
	Kwota jednostkowa:	
	Liczba	400
	Łączny koszt:	
2.	Nazwa wydarzenia:	Treningi Nordic Walking
	Nazwa i opis wydatku:	Czapki z daszkiem- personalizowane
	Rodzaj wydatku:	
	Kwota jednostkowa:	
	Liczba	100
	Łączny koszt:	
3.	Nazwa wydarzenia:	Treningi Nordic Walking
	Nazwa i opis wydatku:	Plecaki treningowe- personalizowane
	Rodzaj wydatku:	
	Kwota jednostkowa:	
	Liczba	100
	Łączny koszt:	
4.	Nazwa wydarzenia:	Treningi Nordic Walking
	Nazwa i opis wydatku:	Projektowanie GRAFIKI promocyjnej
	Rodzaj wydatku:	
	Kwota jednostkowa:	
	Liczba	1
	Łączny koszt:	
5.	Nazwa wydarzenia:	Treningi Nordic Walking

Nazwa i opis wydatku:	Usługa Księgowa
Rodzaj wydatku:	
Kwota jednostkowa:	
Liczba	1
Łączny koszt:	
suma:	
Sumaryczny koszt:	75 000.00

Załączniki do formularza

Lista poparcia dla zadania: (bez listy poparcia zgłoszenie jest nieważne)	Listy poparcia MBO NW marsz po zdrowe III edycja.pdf
Załącznik:	Zgoda -Olesno.pdf
Załącznik:	Zgoda-Dobrodzień.jpg
Załącznik:	Zgoda-Radłów.pdf

Oświadczenia

- Oświadczam, iż jestem uprawniony/a do zgłaszania zadania poprzez fakt bycia mieszkańcem Województwa Opolskiego tj. mieszkańcem subregionu lub powiatu, dla którego mieszkańców zgłaszam zadanie.
- Zapoznałem/am się z Regulaminem Marszałkowskiego Budżetu Obywatelskiego Województwa Opolskiego.
- Oświadczam, iż wszystkie podane w formularzu oraz w załącznikach informacje są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym.
- Oświadczam, że zgłoszone przeze mnie zadanie jest zgodne z prawem i nie narusza praw osób trzecich.
- Wyrażam zgodę na publikację formularza zgłoszenia zadania do publicznej wiadomości. Zgoda nie obejmuje moich danych osobowych w tym adresu zamieszkania i danych kontaktowych.
- Wyrażam zgodę na ewentualną modyfikację zadania.
- Wyrażam zgodę na kontakt telefoniczny, mailowy, osobisty oraz przez Platformę MBO z pracownikami UMWO we wszystkich sprawach związanych ze zgłoszonym przeze mnie zadaniem.
- Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych adresu e-mail i numeru telefonu w celu zebrania projektów zadań do budżetu obywatelskiego oraz w celu realizacji budżetu obywatelskiego.
- Zgodnie z art. 13 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (dalej zwane „RODO”) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych oraz przyjmuję do wiadomości, iż: administratorem moich danych osobowych jest Zarząd Województwa Opolskiego z siedzibą w Opolu, ul. Ostrówek 5 , 45-088 Opole; dane kontaktowe inspektora ochrony danych to: e-mail: iod@opolskie.pl ; moje dane osobowe będą przetwarzane w celu zebrania projektów zadań do budżetu obywatelskiego oraz w celu realizacji budżetu obywatelskiego na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a) i c) RODO w związku z art. 10a ustawy z dnia 5 czerwca 1998 r. o samorządzie województwa (t.j.Dz.U. z 2025 r. poz. 581); a w przypadku podania numeru telefonu i/lub adresu e-mail na podstawie dobrowolnie wyrażonej zgody, tj. art. 6 ust. 1 lit. a, RODO; podanie danych osobowych jest dobrowolne; niepodanie danych może spowodować uznanie formularza za nieważny; odbiorcami/kategoriami odbiorców danych osobowych może być: uprawniony podmiot obsługi informatycznej, dostarczający usługę na podstawie umowy powierzenia przetwarzania danych, podmioty uprawnione do uzyskania takich informacji na podstawie przepisów prawa; dane nie będą przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej; dane będą przechowywane przez okres niezbędny na potrzeby archiwizacji, wynikający z przepisów prawa a w przypadku danych przetwarzanych na podstawie zgody, do czasu jej cofnięcia; posiadam prawo do żądania dostępu do swoich danych ich sprostowania oraz usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, jeśli wystąpią przesłanki określone w art. 17 i 18 RODO; posiadam prawo do cofnięcia zgody na przetwarzanie danych osobowych w dowolnym momencie; cofnięcie zgody nie ma wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano na podstawie zgody przed jej cofnięciem; posiadam prawo wniesienia skargi do organu nadzoru – Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych – gdy uznaję, iż przetwarzanie danych narusza przepisy RODO; administrator danych nie będzie podejmował decyzji w sposób zautomatyzowany, w tym decyzji będących wynikiem profilowania.