

## WZÓR

### FORMULARZ WNIOSKU DO UDZIAŁU W KONKURSIE W RAMACH KONKURSU MIKROGRANTY DLA SENIORÓW 2026

MIKROGRANTY DLA SENIORÓW 2026 to program realizowany przez Centrum Promocji i Rozwoju Inicjatyw Obywatelskich OPUS dzięki finansowaniu z budżetu Miasta Łodzi.

### **UWAGA: Wniosek wypełniamy w Generatorze Ofert**

Po zapoznaniu się z **REGULAMINEM KONKURSU** prosimy o wypełnienie formularza WNIOSKU. Informacje w nim zawarte powinny być zwięzłe i opisywać tylko planowane działania. **Prosimy odpowiedzieć na WSZYSTKIE pytania zawarte w formularzu.** Wypełniony wniosek będzie podstawą do udziału w Konkursie. Zwycięzcy otrzymają środki na sfinansowanie swojego pomysłu w wysokości **od 500 zł do 5000 zł.**

Cele, zasady oceny i wszelkie szczegóły dot. konkursu zawarte są w **REGULAMINIE KONKURSU** **dostępnym na stronie** [www.opus.org.pl](http://www.opus.org.pl)

UWAGA! ZGODNIE Z REGULAMINEM WNIOSKI MOŻNA SKŁADAĆ TYLKO W WYZNACZONYM CZASIE tj. od dnia ogłoszenia Konkursu **do dnia 18.05.2026 r. do godziny 16.00** za pośrednictwem generatora znajdującego się na stronie [www.opus.org.pl](http://www.opus.org.pl)

W przypadku problemów związanych z wypełnianiem formularza WNIOSKU za pośrednictwem generatora, zapraszamy do kontaktu z **doradcą Centrum Opus**, który pomoże z przepisaniem i wysłaniem Waszego projektu.

**INFORMACJE O ORGANIZACJI POZARZĄDOWEJ – WNIOSKODAWCY  
ORAZ O GRUPIE NIEFORMALNEJ - REALIZATORZE****I INFORMACJE O WNIOSKODAWCY****1. Nazwa organizacji pozarządowej**

(UWAGA: w przypadku składania wniosku przez grupę nieformalną w tym miejscu wpisujemy nazwę organizacji pozarządowej wspierającej – PATRONA użyzającego osobowości prawnej grupie nieformalnej) \*<sup>1</sup>

--

**2. Forma prawna organizacji \*Zaznacz tylko jedną odpowiedź.**

- stowarzyszenie
- klub sportowy
- fundacja
- koło gospodyń wiejskich
- Inne:

**3. W jakim rejestrze figuruje organizacja: \*Zaznacz tylko jedną odpowiedź.**

- Krajowy Rejestr Sądowy (KRS)
- Inne: np. ewidencja

**4. Proszę podać numer w rejestrze (lub ewidencji) i datę rejestracji (wpisu). \***

NUMER:
DATA:

**5. Adres organizacji oraz adres do korespondencji (jeśli jest inny). \***

Adres siedziby:
-----------------

---

<sup>1</sup> \*Wymagane

Adres do korespondencji:

**6. Numer telefonu do osoby odpowiedzialnej za realizację projektu. \***

*(na ten numer telefonu będziemy dzwonić z informacjami o Konkursie i jego etapach, proszę wskazać kontakt do osoby faktycznie zorientowanej w składanej ofercie).*

**7. Adres mailowy do osoby odpowiedzialnej za realizację projektu. \* <sup>2</sup>**

**II INFORMACJE O REALIZATORZE – GRUPIE NIEFORMALNEJ**

1. Proszę podać **nazwę grupy nieformalnej**, która będzie realizować projekt (dotyczy tylko projektów realizowanych przez grupy nieformalne).

**Prosimy NIE PODAWAĆ nazwisk osób wchodzących w skład grupy.**

Wyrażam zgodę na przetwarzanie przez Centrum Promocji i Rozwoju Inicjatyw Obywatelskich OPUS mojego adresu e-mail oraz numeru telefonu, w związku ze złożoną ofertą i realizacją w ramach konkursu **MIKROGRANTY DLA SENIORÓW 2026**. Zaznacz tylko jedną odpowiedź.

**Tak** Przejdź do punktu III/ 10.

**Nie**

---

<sup>2</sup> \*Wymagane

(UWAGA! Brak zgody uniemożliwi przejście do części 2 "opis projektu" i będzie traktowany jako odstąpienie od złożenia wniosku) **Przerwij wypełnianie formularza**

### III INFORMACJE O PROJEKCIE

Na podstawie tej informacji wybrane zostaną projekty, które zostaną zakwalifikowane do ETAPU II konkursu – rozmowy z przedstawicielami Komisji Oceny i prezentacji projektu. Postarajcie się możliwie zwięźle, ale konkretnie odpowiedzieć na każde pytanie. Pamiętajcie, że osoba oceniająca nie zna Was, ani Waszego Środowiska. W krótkiej formie przekonajcie ją do zainwestowania w Wasz pomysł.

1. Tytuł projektu \* (UWAGA! max. 10 wyrazów)

2. Opiszcie krótko swój pomysł odpowiadając na pytania zamieszczone w formularzu. \*<sup>3</sup>

<p><b>I Kiedy chcecie realizować swoje działania?</b> Podajcie konkretne daty rozpoczęcia i zakończenia działań. Pamiętajcie o wyznaczonych w Regulaminie nieprzekraczalnych ramach czasowych.</p>	<p><b>Początek działań (data):</b></p>	<p><b>Zakończenie działań (data):</b></p>
<p><b>II Gdzie chcecie realizować swoje działania?</b></p>	<p>Wskażcie konkretne miejsce, o ile to możliwe np. rynek, świetlica osiedlowa, siedziba organizacji.</p>	
<p><b>III Ile osób będzie zaangażowanych bezpośrednio w realizację działań?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Podaj także ilość członków grupy nieformalnej oraz ich wiek.</b></li> </ul> <p><b>Pamiętaj, że co najmniej połowa członków GN musi być w wieku 60 +</b></p>	<p>Podajcie konkretną liczbę np. 5 osób: 4 wolontariuszy i 1 instruktor (umowa). Grupa nieformalna składa się z 3 osób. Dwie z nich to osoby 60 +.</p>	

<sup>3</sup> \*Wymagane

<p><b>IV Ile osób będzie uczestniczyć w waszych działaniach jako ich odbiorcy.</b></p>	<p>Podajcie konkretną planowaną liczbę np. 40 osób uczestników warsztatów, 200 uczestników koncertu</p>
<p><b>IV a) Opiszcie, w jaki sposób realizatorzy i uczestnicy będą zaangażowani w działania.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Dla kogo i z kim planujecie działać?</li> <li>● Kim będą osoby uczestniczące w Waszych działaniach i co konkretnie będą robić w projekcie?</li> <li>● Kogo (osoby, instytucje, organizacje – partnerzy) zaangażujecie we wspólne działania?</li> <li>● Za co będą odpowiedzialni partnerzy?</li> <li>● W jaki sposób zachęcicie i zaangażujecie uczestników do aktywnego działania w ramach projektu?</li> </ul>	<p>Np. Nasze działanie adresujemy do 40 osób w różnym wieku, mieszkańców gminy, którzy są otwarci na nowe wyzwania, ale dotąd nie mieli okazji skonsultowania swojej potrzeby zmiany z ekspertami. Do działania włączymy 4 wolontariuszy. Przebieg działań (np. wybór 1 z 3 propozycji tras marszu NW) będziemy konsultować wcześniej z uczestnikami. Spróbujemy włączyć ich też w organizację i prace porządkowe oraz promocję. Partnerem będzie lokalne stowarzyszenie NW, które użyczy nam sprzęt oraz udostępni materiały edukacyjne.</p>
<p><b>V Co konkretnie chcecie zrobić?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Jakcie zrealizujecie działania?</li> </ul>	<p>Napiszcie krótko (np. w punktach), jakie planujecie działania w ramach swojego pomysłu np.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Organizacja 2 marszów nordic walking wraz z instruktażem prawidłowego chodzenia z kijkami.</li> <li>2. Organizacja 2 spotkań warsztatowych z dietetykami dotyczących promocji zdrowych nawyków żywieniowych.</li> <li>3. Organizacja konkursu z nagrodami na hasło promujące aktywność fizyczna i zdrowy styl życia.</li> </ol>
<p><b>V a) Szczegółowy opis działań:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Opisz działania wg chronologii czasowej</li> <li>● Wskaż liczbowo, ile konkretnie będzie działań</li> <li>● Opisz przebieg działań (czego będą dotyczyć, kto będzie je prowadzić, ile</li> </ul>	<p>Opiszcie bardziej szczegółowo działania wg. planu np.:</p> <p>Działanie 1 W pierwszym tygodniu lipca i sierpnia zorganizujemy 2 marsze nordic walking w Parku. Marsz poprowadzi certyfikowany</p>

<p><b>osób będzie uczestniczyć, co się zmieni po zakończeniu działań – rezultaty)</b></p>	<p>instruktor i 2 wolontariuszy. Przewidujemy udział 20 osób w różnym wieku. Dla uczestników mamy do bezpłatnego użyczenia 5 par kijków NW. Wszystkim zapewnimy wodę mineralną i energetyczną przekąskę (baton). Marsz potrwa ok. 2 godzin. W efekcie uczestnicy nauczą się podstaw prawidłowego chodzenia z kijkami NW, jak dobrać sprzęt odpowiedni do potrzeb, jak zrobić rozgrzewkę i ćwiczenia rozciągające na zakończenie ćwiczeń.</p>
<p><b>VI Dlaczego chcecie zrealizować swój pomysł?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Dla kogo i dlaczego jest on ważny?</li> <li>● Jaki problem rozwiązuje?</li> <li>● Na jaką potrzebę społeczną odpowiada?</li> </ul>	<p>Napiszcie krótkie uzasadnienie swojego działania np. Większość chorób cywilizacyjnych to choroby diety zależne lub wynikające z braku aktywności fizycznej. Problem dotyczy każdego wieku, dlatego chcemy promować zmiany nawyków żywieniowych i zdrowy styl życia wśród mieszkańców gminy od przedszkolaka do seniora.</p>
<p><b>VII Jakie będą rezultaty waszego działania?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Co konkretnie (KONIECZNIE LICZBOWO) powstanie w jego efekcie (produkty, usługi - ile)?</li> <li>● Co się zmieni w wyniku waszej realizacji w waszym otoczeniu lub w postawach ludzi?</li> </ul>	<p>Opiszcie konkretnie (liczbowo) rezultaty np. odbędą się 2 warsztaty na temat xxx, 40 osób dowie się, dlaczego sposób odżywiania jest ważny dla zdrowia, powstaną 2 scenariusze działań promujących zdrowy styl życia: wśród dzieci i młodzieży oraz wśród osób starszych.</p>

Zadanie "Mikrogranty dla seniorów 2026" jest realizowane dzięki finansowaniu z budżetu Miasta Łodzi.

### 3. Szacunkowy budżet projektu.

- Wymieńcie szacunkowo najważniejsze wydatki (grupy wydatków) potrzebne do realizacji projektu. Wydatki muszą być spójne z planowanymi działaniami opisanymi w punkcie 2/V
- Koszty Kwalifikowane - w Regulaminie \*<sup>4</sup>

Lp.	NAZWA KOSZTU Np. Koszt artykułów spożywczych na spotkanie integracyjne	LICZBA I NAZWA JEDNOSTEK MIARY Np. 5 sztuk 1 komplet 1 umowa 2 miesiące itp.	PRZEWIDYWANY SZACUNKOWY KOSZT W ZŁ
	Przykład: Koszt zakupu materiałów plastycznych na 2 spotkania integracyjne dla 25 osób	Przykład: 2 spotkania	Przykład: 200,00 zł
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
<b>RAZEM</b>			

### 4. Wnioskowana kwota mikrograntu (cyfrowo i słownie)\*

<sup>4</sup> \*Wymagane



Zadanie "Mikrogranty dla seniorów 2026" jest realizowane dzięki finansowaniu z budżetu Miasta Łodzi.

