

Zmluva o poskytnutí dotácie
k žiadosti č. 283/2024 podľa § 9b ods. 1 písm. e) a § 12 ods. 3 zákona č. 544/2010 Z. z.
o dotáciách v pôsobnosti Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej
republiky v znení neskorších predpisov

Táto zmluva o poskytnutí dotácie (ďalej len „zmluva“) je uzatvorená podľa 9b ods. 1 písm. e) a § 12 ods. 3 zákona č. 544/2010 Z. z. o dotáciách v pôsobnosti Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky v znení neskorších predpisov (ďalej len „zákon o dotáciách“), podľa § 51 zákona č. 40/1964 Zb. Občianskeho zákonníka v znení neskorších predpisov (ďalej len „Občiansky zákonník“) a podľa zákona č. 523/2004 Z. z. o rozpočtových pravidlách verejnej správy a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov (ďalej len „zákon o rozpočtových pravidlách“)

m e d z i

Poskytovateľom

Názov organizácie: Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky
Adresa/sídlo: Špitálska 4, 6, 8, 816 43 Bratislava
IČO: 00 681 156
Bankové spojenie: Štátna pokladnica
Číslo účtu vo formáte IBAN: SK17 8180 0000 0070 0010 6819
Zastúpeným: Ing. Peter Kostolný, generálny tajomník služobného úradu (ďalej len „ministerstvo“ alebo „poskytovateľ“)

a

Prijímateľom

Názov organizácie: Obec Kočovce
Adresa/sídlo: Kočovce 280, 916 31 Kočovce
Právna forma: Obec
IČO: 00 311 685
Bankové spojenie: Prima banka Slovensko, a.s.
Číslo účtu vo formáte IBAN: SK16 5600 0000 0058 0662 3015
Zastúpeným: Ing. Monika Kopúnová, štatutárna zástupkyňa (ďalej len „prijímateľ“)

(prijímateľ a poskytovateľ spolu ďalej len „zmluvné strany“)

Preambula

1. V súlade ustanovením § 9b ods. 1 písm. e) zákona o dotáciách je pôsobnosť poskytovateľa poskytovať dotácie na utváranie priestoru na podporu socializácie a inklúzie detí formou detského ihriska. Poskytovateľ má prioritný záujem na podpore plnenia funkcií rodiny a podpore tejto konkrétnej aktivity.
2. Prijímateľ v súlade s ustanovením § 10 zákona o dotáciách požiadal poskytovateľa o poskytnutie dotácie podľa § 9b ods. 1 písm. e) citovaného zákona (ďalej len „dotácia“) a poskytovateľ na základe tejto žiadosti v súlade s § 12 ods. 7 zákona o dotáciách dotáciu pre Prijímateľa schválilo.
3. Vzhľadom na skutočnosti uvedené v bodoch 1 a 2 preambuly uzavreli zmluvné strany, v súlade s ustanovením § 12 ods. 3 a § 13 zákona o dotáciách túto zmluvu podľa § 9b ods. 1 písm. e) zákona o dotáciách.

Článok I.

Predmet a účel zmluvy

1. Predmetom tejto zmluvy je úprava zmluvných podmienok, práv a povinností zmluvných strán pri poskytnutí dotácie zo strany poskytovateľa, za účelom vytvorenia priestoru na podporu socializácie a inklúzie detí formou detského ihriska podľa § 9b ods. 1 písm. e) zákona o dotáciách (ďalej len „ihrisko“), ktorého realizáciu zabezpečí prijímateľ v súlade s podmienkami uvedenými v článku III. tejto zmluvy a v súlade s Prílohou č. 1 tejto zmluvy - Zmluvný rozpočet (ďalej aj „zmluvný rozpočet“), ktorá tvorí neoddeliteľnú súčasť tejto zmluvy.
2. Zmluvné strany uzatvárajú túto zmluvu na dobu určitú, a to odo dňa nadobudnutia účinnosti zmluvy do 31. januára nasledujúceho rozpočtového roka.
3. Dotácia sa poskytuje prijímateľovi jednorazovo v sume **50 000 EUR** (slovom: päťdesiat tisíc eur) z rozpočtovej kapitoly ministerstva formou **kapitálového transferu** bezhotovostne na účet prijímateľa uvedený v záhlaví tejto zmluvy na vytvorenie priestoru na podporu socializácie a inklúzie detí formou detského ihriska.
4. Prijímateľ sa zaväzuje po podpise tejto zmluvy prijať poskytnutú dotáciu a v súlade s podmienkami stanovenými v zákone o dotáciách a v tejto zmluve riadne zrealizovať aktivity a činnosti, na spolufinancovanie ktorých je dotácia určená.
5. Prijímateľ sa zaväzuje, že oprávnené výdavky na aktivity a činnosti, ktoré sú predmetom Zmluvného rozpočtu na základe tejto zmluvy, nebudú v rozsahu poskytnutej dotácie duplicitne financované z iných zdrojov.
6. Ustanovením bodu 2 tohto článku zmluvy nie sú dotknuté práva a povinnosti zmluvných strán dohodnuté touto zmluvou, ktoré majú zmluvné strany právo si uplatniť po 31. januári nasledujúceho rozpočtového roka. Tieto práva a povinnosti zmluvných strán ostávajú zachované.

Článok II. Práva a povinnosti zmluvných strán

1. Prijímateľ je oprávnený použiť dotáciu len na účel špecifikovaný v tejto zmluve s povinnosťou dodržať zmluvné podmienky, za ktorých sa dotácia poskytla a ustanovenia platných všeobecne záväzných právnych predpisov Slovenskej republiky. Prijímateľ nemôže dotáciu, ani vec na obstaranie ktorej sa dotácia poskytla použiť na účel zabezpečenia jeho záväzkov.
2. Poskytnutú dotáciu je prijímateľ povinný použiť do konca rozpočtového roka, v ktorom mu dotácia bola poskytnutá (ďalej len „bežný rozpočtový rok“), s výnimkou uvedenou v bode 3 tohto článku zmluvy. Použitie dotácie podlieha povinnému ročnému zúčtovaniu so štátnym rozpočtom, ktorého spôsob určuje Ministerstvo financií Slovenskej republiky (ďalej „Ministerstvo financií SR“). Zúčtovanie dotácie je prijímateľ povinný predložiť poskytovateľovi v termíne najneskôr do 31. januára nasledujúceho rozpočtového roka. Oprávnenými výdavkami pre účel dotácie poskytnutej na základe tejto zmluvy sú výdavky na zabezpečenie projektovej dokumentácie a ďalšie výdavky vynaložené prijímateľom na základe tejto zmluvy a v súlade so zmluvným rozpočtom po nadobudnutí účinnosti tejto zmluvy.
3. Dotáciu poskytnutú ako kapitálový transfer môže prijímateľ použiť na účel vymedzený touto zmluvou aj v dvoch rozpočtových rokoch nasledujúcich po uplynutí bežného rozpočtového roka, za podmienky, že prijímateľ splní povinnosť uvedenú v bode 4 tohto článku.
4. Prijímateľ je povinný oznámiť poskytovateľovi výšku finančných prostriedkov, ktoré použije v nasledujúcom rozpočtovom roku po uplynutí bežného rozpočtového roka podľa bodu 3 tohto článku, a to najneskôr do 10. novembra bežného rozpočtového roka. V prípade, že prijímateľ použije dotáciu v druhom nasledujúcom rozpočtovom roku, je povinný oznámiť výšku finančných prostriedkov obdobne podľa prvej vety tohto bodu. Nedodržanie informačnej povinnosti prijímateľom sa považuje za podstatné porušenie zmluvných povinností a zakladá poskytovateľovi v zmysle článku IV bod 3 tejto zmluvy od zmluvy odstúpiť.
5. Za účelné a hospodárne použitie poskytnutej dotácie zodpovedá jej prijímateľ podľa zákona o rozpočtových pravidlách a zároveň je povinný zabezpečiť riadne vedenie účtovníctva. Výnosy z dotácie sú príjmom štátneho rozpočtu. Výnosy z dotácie, nevyčerpanú dotáciu a neoprávnene použitú dotáciu je prijímateľ povinný bezodkladne vrátiť poskytovateľovi podľa bodu 9 tohto článku.
6. Poskytnuté finančné prostriedky nevyčerpané v bežnom rozpočtovom roku podľa bodu 3 tohto článku, je prijímateľ povinný zúčtovať v nasledujúcom rozpočtovom roku spôsobom určeným Ministerstvom financií SR.
7. V zúčtovaní je prijímateľ povinný uviesť:
 - a) číslo zmluvy o poskytnutí dotácie,
 - b) výšku poskytnutej dotácie,
 - c) účel, na ktorý bola dotácia prijímateľovi poskytnutá spolu s listinnými dôkazmi preukazujúcimi účel použitia dotácie,
 - d) výšku použitých finančných prostriedkov z dotácie,

- e) výšku výnosov z poskytnutej dotácie,
 - f) výšku vrátených finančných prostriedkov z poskytnutej dotácie,
 - g) vecné vyhodnotenie aktivít a činností a správu o čerpaní dotácie,
 - h) čísla dokladov, pod ktorými boli výdavky v účtovnej evidencii zaúčtované, vrátane kópií ich príloh (faktúry, pokladničné doklady, príjmové a výdavkové doklady, výpisy z účtu o bezhotovostných platbách a pod.),
 - i) podpornú dokumentáciu o realizácii aktivít a činností (napr. doklad preukazujúci, že prijímateľ dotácie postupoval pri výbere dodávateľa služby v súlade so zákonom č. 343/2015 Z. z. o verejnom obstarávaní a o zmene a doplnení niektorých zákonov (ďalej len „zákon o verejnom obstarávaní“),
 - j) štatutárnym zástupcom podpísané a pečiatkou organizácie opatrené vyhlásenie, že dotácia bola čerpaná v súlade s podmienkami tejto zmluvy a so všeobecne záväznými právnymi predpismi, že bola vyčerpaná v poskytnutej výške alebo vyhlásenie o vrátení nevyčerpanej časti dotácie na príslušný účet poskytovateľa.
8. Poskytovateľ si vyhradzuje právo vykonávať kontrolu hospodárneho použitia poskytnutej dotácie, vrátane dodržiavania stanovených podmienok tejto zmluvy, v súlade so všeobecne záväznými právnymi predpismi SR a prijímateľ sa zaväzuje mu výkon kontroly umožniť, najmä predložiť alebo zabezpečiť predloženie požadovaných dokladov, informácií, vysvetlení súvisiacich s vykonávanou kontrolou a poskytnúť alebo zabezpečiť poskytnutie požadovanej súčinnosti. Prijímateľ berie na vedomie, že na kontrolu použitia dotácie, vymáhanie neoprávnene použitej dotácie alebo neoprávnene zadrživanej dotácie sa vzťahuje režim upravený v právnych predpisoch SR, ako napr. zákon o rozpočtových pravidlách, zákon č. 357/2015 Z. z. o finančnej kontrole a audite a o zmene a doplnení niektorých zákonov (ďalej aj len „zákon o kontrole a audite“).
9. Výnosy z dotácie, nevyčerpanú dotáciu a neoprávnene použitú dotáciu sa prijímateľ zaväzuje poukázať bezhotovostným prevodom na účet poskytovateľa nasledovne:
- a) nevyčerpanú dotáciu do 31. decembra bežného rozpočtového roka na účet poskytovateľa vo formáte IBAN: SK17 8180 0000 0070 0010 6819,
 - b) nevyčerpanú dotáciu nevrátenú do 31. decembra bežného rozpočtového roka na účet poskytovateľa vo formáte IBAN: SK71 8180 0000 0070 0010 6720 najneskôr do 31. januára nasledujúceho rozpočtového roka,
 - c) výnosy (rozdiel medzi úrokom, vzniknutým zo sumy pridelenej dotácie po odpočítaní alikvotnej časti poplatku za vedenie účtu prijímateľa, príp. celý poplatok) na účet poskytovateľa vo formáte IBAN: SK18 8180 0000 0070 0010 6704 najneskôr do 31. januára nasledujúceho rozpočtového roka,
 - d) neoprávnene použitú dotáciu na účet poskytovateľa vo formáte IBAN: SK71 8180 0000 0070 0010 6720 najneskôr do 15-tich kalendárnych dní odo dňa doručenia výzvy na vrátenie neoprávnene použitej dotácie.
Prijímateľ je povinný pri úhrade výnosov z dotácie alebo nevyčerpanej dotácie alebo neoprávnene použitej dotácie uviesť číslo zmluvy ako variabilný symbol.
10. Pred poukázaním výnosov z dotácie, nevyčerpanej dotácie alebo neoprávnene použitej dotácie na účet poskytovateľa je prijímateľ povinný zaslať avízo s uvedením čísla zmluvy a výšky vrátených prostriedkov z dotácie písomnou formou na adresu sídla poskytovateľa uvedenú v záhlaví tejto zmluvy.
11. Nevyčerpané prostriedky z dotácie sa podľa § 8a ods. 7 zákona o rozpočtových pravidlách nevracajú, ak ich suma nepresiahne 5,- EUR (slovom päť eur).

12. Prijímateľ sa zaväzuje, že po dobu 5 rokov odo dňa účinnosti tejto zmluvy bez predchádzajúceho písomného súhlasu poskytovateľa:
- neprevedie vlastnícke právo alebo iné právo na inú osobu k veci, na obstaranie ktorej sa dotácia poskytla, s výnimkou nástupnickej organizácie poskytujúcej sociálne služby splňajúcej nárok na daný účel v zmysle zákona o dotáciách. Ustanovenie sa netýka prijímateľa, ktorým je obec alebo VÚC a dotácia na obstaranie veci je určená pre právnickú osobu v jej/jeho zriaďovacej alebo zakladacej pôsobnosti.
 - nezriadi a inej osobe neumožní zriadiť záložné právo alebo vecné bremeno k veci, na obstaranie ktorej sa dotácia poskytla,
 - neprenechá inej osobe za účelom jej nájmu, výpožičky alebo zámeny vec, na obstaranie ktorej sa dotácia poskytla,
 - nepoužije vec, na obstaranie ktorej sa dotácia poskytla, na iný účel, než je daný touto zmluvou a neprevedie vec ako vklad do obchodnej spoločnosti,
 - v prípade, že prijímateľ dotácie pred uplynutím lehoty 5 rokov odo dňa účinnosti tejto zmluvy zanikne alebo prestane vykonávať činnosť a realizovať aktivity, na ktorú bola dotácia na základe tejto zmluvy poskytnutá, je povinný poskytovateľovi oznámiť túto skutočnosť a poskytovateľ vypočíta alikvotnú časť dotácie na vrátenie. V prípade, ak túto skutočnosť prijímateľ dotácie nenahlási, bude povinný vrátiť celú poskytnutú dotáciu.
13. Prijímateľ sa zaväzuje 15 kalendárnych dní vopred písomne oznámiť poskytovateľovi zmenu svojej právnej formy, zlúčenie, splynutie s inou právnickou osobou alebo jeho rozdelenie; uvedenú povinnosť má prijímateľ do 5 rokov od účinnosti tejto zmluvy. Prijímateľ je takisto povinný písomne oznámiť poskytovateľovi do 7 dní zmenu adresy sídla prijímateľa.
14. Nedodržanie podmienok, za ktorých sa dotácia poskytla, sa bude považovať za porušenie finančnej disciplíny a bude podliehať sankciám podľa ustanovenia § 31 zákona o rozpočtových pravidlách.
15. Prijímateľ berie na vedomie, že počas trvania jeho zákonnej povinnosti archivovať dokumentáciu súvisiacu s použitím dotácie je povinný strpieť výkon kontroly zo strany oprávnených osôb.
16. Prijímateľ je povinný doklady a dokumenty súvisiace s uskutočnením postupu zadávania zákazky archivovať po dobu minimálne päť rokov od účinnosti tejto zmluvy. Prijímateľ je tiež povinný po požiadaní poskytovateľom tieto doklady a dokumenty poskytovateľovi predložiť.

Článok III.

Práva a povinnosti zmluvných strán pri realizácii ihriska a udelenie sublicencie

- Prijímateľ sa zaväzuje, že súčasťou realizovaného ihriska z dotácie poskytnutej na základe tejto zmluvy budú minimálne tri inkluzívne ihriskové prvky zo zoznamu ihriskových prvkov, ktorý tvorí prílohu č. 2 zmluvy - Zoznam inkluzívnych prvkov a mobiliáru. Súčasne prijímateľ berie na vedomie, že súčasťou realizovaného ihriska z dotácie poskytnutej na základe tejto zmluvy musí byť inkluzívny chodník.

2. Prijímateľ je povinný na vlastné náklady vyhotoviť projektovú dokumentáciu realizovaného ihriska. Prijímateľ je povinný realizovať ihrisko ako jeden celok s použitím minimálne troch inkluzívnych prvkov podľa bodu 1 tohto článku, pričom ihrisko musí mať aj inkluzívny chodník. Prijímateľ súčasne berie na vedomie, že povinným prvkom realizovaného ihriska je informačná tabuľa. Prijímateľ sa zaväzuje, že informačná tabuľa bude umiestnená na ihrisku realizovanom z dotácie poskytnutej na základe tejto zmluvy po dobu minimálne 5 rokov a bude na nej vytlačený text v grafickom stvárnení .
3. Prijímateľ v celom rozsahu zodpovedá za to, že ihrisko realizované z dotácie poskytnutej na základe tejto zmluvy, bude spĺňať všetky podmienky v zmysle zákona č. 371/2019 Z.z. o základných požiadavkách na bezpečnosť detského ihriska a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov, ako aj príslušných technických noriem.

Článok IV. Platnosť zmluvy

1. Zmluvné strany uzatvárajú túto zmluvu na dobu uvedenú v bode 2 článku I tejto zmluvy.
2. Poskytovateľ môže odstúpiť od tejto zmluvy najmä v prípade:
 - a) ak účel poskytnutia dotácie zanikne alebo bol zmarený,
 - b) ak prijímateľ podstatným spôsobom poruší zmluvné povinnosti podľa bodu 3 tohto článku,
 - c) ak prijímateľ uviedol v žiadosti o poskytnutie dotácie alebo v dokumentoch, ktoré sú jej prílohou nepravdivé alebo neúplné údaje.
3. Za podstatné porušenie zmluvných povinností prijímateľa sa pre účely tejto zmluvy považuje porušenie povinností článku I bod 4 tejto zmluvy a z článku II bod 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 12 a 13 tejto zmluvy.
4. Odstúpenie od zmluvy je účinné dňom doručenia odstúpenia od zmluvy prijímateľovi. Odstúpením od zmluvy zaniká táto zmluva a zároveň zanikajú všetky práva a povinnosti zmluvných strán, s výnimkou povinnosti prijímateľa zúčtovať a vrátiť poskytovateľovi poskytnutú dotáciu použitú v rozpore s touto zmluvou najneskôr do 30 kalendárnych dní odo dňa účinnosti odstúpenia od zmluvy.
5. Zmluvné strany sa dohodli, že účinky doručenia odstúpenia podľa bodu 4. tohto článku nastávajú tiež dňom vrátenia nedoručenej zásielky odosielateľovi alebo dňom odmietnutia prijatia zásielky obsahujúcej odstúpenie od zmluvy adresátom.

Článok V. Záverečné ustanovenia

1. Táto zmluva podlieha povinnému zverejneniu v Centrálnom registri zmlúv vedenom Úradom vlády Slovenskej republiky v súlade so zákonom č. 211/2000 Z. z. o slobodnom prístupe k informáciám a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov.

2. Zmluva nadobúda platnosť dňom jej podpísania oprávnenými zástupcami oboch zmluvných strán a účinnosť nadobúda dňom nasledujúcim po dni jej zverejnenia v Centrálnom registri zmlúv v súlade s § 47a Občianskeho zákonníka.
3. Písomná forma zmluvy je zachovaná, ak právny úkon urobený elektronickými prostriedkami je podpísaný kvalifikovaným elektronickým podpisom alebo kvalifikovanou elektronickou pečaťou. Elektronické vyhotovenie zmluvy je originálom a rovnopis sa nevyhotovuje.
4. Obsah tejto zmluvy možno meniť alebo dopĺňať len na základe vzájomnej dohody zmluvných strán formou očíslovaných písomných dodatkov podpísaných oprávnenými zástupcami oboch zmluvných strán, ktoré budú neoddeliteľnou súčasťou tejto zmluvy.
5. Ostatné vzťahy, ktoré nie sú upravené výslovne v tejto zmluve, sa riadia Občianskym zákonníkom v platnom znení.
6. Prijímateľ dotácie sa zaväzuje uvádzať na všetkých tlačенých a elektronických materiáloch a v mediálnych výstupoch, že aktivity a činnosti podľa § 9b zákona o dotáciách sa realizovali vďaka finančnej podpore ministerstva.
7. Na hospodárenie s poskytnutými účelovými prostriedkami sa vzťahujú najmä:
 - a) zákon o dotáciách,
 - b) zákon o rozpočtových pravidlách,
 - c) zákon č. 431/2002 Z. z. o účtovníctve v znení neskorších predpisov,
 - d) zákon o verejnom obstarávaní,
 - e) zákon o kontrole a audite.
8. Neoddeliteľnou súčasťou tejto zmluvy je:
 - a) Príloha č. 1 – Zmluvný rozpočet
 - b) Príloha č. 2 - Zoznam inkluzívnych prvkov a mobiliáru
9. Zmluvné strany vyhlasujú, že si zmluvu riadne prečítali, jej obsahu porozumeli a že túto zmluvu uzatvárajú na základe ich slobodnej, vážnej, určitej a zrozumiteľnej vôle, že zmluva nebola uzatvorená pod nátlakom, v tiesni ani za nápadne nevýhodných podmienok a na znak súhlasu s jej obsahom ju vlastnoručne podpisujú.

V Bratislave, dňa
„(dátum v elektronickom podpise)“

V Kočovciach, dňa
„(dátum v elektronickom podpise)“

Za ministerstvo:
„(podpísané elektronicky podľa zákona č. 272/2016 Z. z.)“

Za prijímateľa:
„(podpísané elektronicky podľa zákona č. 272/2016 Z. z.)“

Zmluvný rozpočet

Názov prijímateľa dotácie : **Obec Kočovce**
Označenie druhu dotácie : § 2 písm. k) dotácia na podporu plnenia funkcií rodiny
Označenie účelu dotácie : § 9b ods. 1 písm. e) zákona č. 544/2010 Z.z.
Miesto realizácie aktivít : Kočovce
Výška poskytnutej dotácie : 50 000,00 €
Meno, priezvisko a titul štatutárneho zástupcu : Ing. Monika Kopúnová
Číslo účtu prijímateľa, vo formáte IBAN,
na ktoré má byť dotácia poskytnutá : SK16 5600 0000 0058 0662 3015

Štruktúra rozpočtu

Položka		Celkové výdavky*	Vlastné alebo iné zdroje	Dotácia
1		2	3	4
<i>Kapitálové výdavky výstavba detského inkluzívneho ihriska s dopadovými plochami a terénnymi úpravami</i>		55 556,00 €	5 556,00 €	50 000,00 €
Spolu	v €	55 556,00 €	5 556,00 €	50 000,00 €
	v %	100%	10,00%	90,00%

*stĺpec č. 2 = stĺpec č. 3 + stĺpec č.4

Zoznam inkluzívnych prvkov a mobiliáru

Zoznam inkluzívnych prvkov:

- Hojdačka hniezdo
- Hojdačka pre deti s päťbodovým bezpečnostným postrojom
- Inkluzívna visiaca hojdačka s nájazdovou plošinou
- Inkluzívne pieskovisko- vyvýšené pieskovisko s prístupom pre deti s telesným postihnutím
- Inkluzívny kolotoč- špeciálny kolotoč, ktorý umožňuje prístup deťom na invalidnom vozíku
- Inkluzívny kolovrat- podpora rehabilitácie horných končatín
- Inkluzívny edukatívny panel- kresliaca tabuľa s počítadlom
- Inkluzívne vodné herné zariadenia na kreativitu a interakciu s rovesníkmi
- Inkluzívny labyrint- zaradenie na tréning motoriky, rovnováhy a koncentrácie
- Zmyslový chodník s oporou na vzpriamenú chôdzu
- Inkluzívna zemná trampolína
- Multifunkčná integračná herná zostava s prístupom pre deti s telesným postihnutím (rampa)
- Bezbariérový malý domček

Mobiliár:

- informačná tabuľa
- altánok
- stôl s lavicami
- stojan na bicykel
- ohnisko so sedením