

UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

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	Urząd Miasta Stołecznego Warszawy
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	1a) wspieranie rodziny i systemu pieczy zastępczej

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: Fundacja Iron Shield , Forma prawna: Fundacja , Numer Krs: 0001161212 , Kod pocztowy: 00-332 , Poczta: Warszawa , Miejscowość: Warszawa , Ulica: Oboźna , Numer posesji: 7 , Numer lokalu: 64 , Województwo: mazowieckie , Powiat: Warszawa , Gmina: Warszawa , Strona www: , Adres e-mail: fundacjaironshield@gmail.com , Numer telefonu: 795180589 ,	
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)	Anna Gmitrzuk Adres e-mail: fundacjaironshield@gmail.com Telefon: 795180589

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	MAM MOC - Warsztaty bezpieczeństwa i sprawczości dla młodzieży z pieczy zastępczej			
2. Termin realizacji zadania²⁾	Data rozpoczęcia	13.09.2026	Data zakończenia	11.12.2026

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

Opis zadania

Fundacja Iron Shield realizuje projekt „Mam Moc” — cykl bezpłatnych warsztatów bezpieczeństwa osobistego i sprawczości, skierowanych do młodzieży w wieku 13–18 lat przebywającej w instytucjonalnej pieczy zastępczej na terenie m.st. Warszawy.

Cel zadania

Celem projektu jest wzmocnienie poczucia sprawczości, bezpieczeństwa i odporności psychicznej młodzieży z pieczy zastępczej poprzez praktyczne warsztaty łączące elementy samoobrony, deeskalacji konfliktów oraz edukacji o reagowaniu w sytuacjach zagrożenia.

Projekt odpowiada na udokumentowaną nadreprezentację tej grupy wśród ofiar przemocy rówieśniczej i przemocy seksualnej oraz na ograniczony dostęp do praktycznej edukacji z zakresu bezpieczeństwa osobistego. Badania dotyczące treningu samoobrony opartego na wzmacnianiu sprawczości (Empowerment Self-Defense) potwierdzają wzrost poczucia własnej skuteczności, obniżenie lęku i odbudowę poczucia kontroli nad własnym ciałem u uczestników.

Projekt realizowany jest z uwzględnieniem specyfiki grupy docelowej — zajęcia prowadzone są w bezpiecznej atmosferze, w małych grupach, przez dwoje instruktorów, z podziałem na grupy jednorodne płciowo podczas ćwiczeń z wrażliwej tematyki.

Projekt wpisuje się w cele ustawy z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej w zakresie zaspokajania potrzeb bezpieczeństwa dzieci w pieczy oraz budowania ich kompetencji społecznych i życiowych.

Działania

W ramach projektu zrealizowane zostaną dwie grupy warsztatowe — każda złożona z minimum 10 uczestników, przechodząca przez ten sam program w cyklu 5 spotkań (łącznie 10 sesji). Program obejmuje następujące bloki tematyczne, których rozłożenie na poszczególne spotkania dostosowywane jest przez instruktora do tempa i potrzeb grupy:

- sprawczość i świadomość: granice fizyczne i emocjonalne, język ciała, intuicja jako narzędzie bezpieczeństwa, rozpoznawanie sygnałów zagrożenia,
- deeskalacja i reagowanie werbalne: asertywność pod presją, przerywanie eskalacji słowem i postawą, reagowanie w sytuacjach przemocy rówieśniczej jako ofiara i jako świadek,
- techniki obrony i wyjścia z chwytu: obrona przed popychaniem, łapaniem za włosy, wyjście z chwytu za nadgarstek, techniki ucieczki z pozycji leżącej i spod osoby atakującej,
- reakcja stresowa i adrenalina: mechanizm freeze i jego przyczyny, ćwiczenia oddechowe i regulacja pobudzenia,
- wiedza o pomocy i prawach: numery zaufania i interwencji, kroki postępowania po doświadczeniu przemocy, prawa osoby pokrzywdzonej.

Zajęcia prowadzone są zawsze przez dwoje instruktorów: instruktora prowadzącego oraz asystenta instruktora. Ćwiczenia z zakresu technik obrony w pozycji leżącej realizowane są w grupach jednorodnych płciowo — grupę żeńską prowadzi instruktorka, co zapewnia bezpieczeństwo i komfort uczestniczek podczas pracy z wrażliwą tematyką.

W zakresie dostępności dla osób ze szczególnymi potrzebami: w przypadku uczestników ze szczególnymi potrzebami, w tym osób niesłyszących, Fundacja zapewni dostęp alternatywny poprzez umożliwienie udziału osoby wspierającej (np. członka rodziny lub opiekuna) oraz dostosowanie sposobu komunikacji do indywidualnych potrzeb uczestnika na jego wniosek. Fundacja posiada doświadczenie we współpracy z osobami niesłyszącymi, nabyte przy realizacji działań z Instytutem Głuchoniemych im. Jakuba Falkowskiego w Warszawie.

Każdy uczestnik otrzymuje po zakończeniu cyklu: gadżet motywacyjny (np. bransoletka, smyczka, bryloczek lub zakładka do książki) z sentencją przypominającą o sprawczości oraz dyplom ukończenia warsztatów. Równocześnie udostępniony zostanie bezpłatny cyfrowy przewodnik po numerach pomocowych i krokach postępowania w sytuacjach kryzysowych — w formie pliku PDF dostępnego do pobrania na stronie internetowej Fundacji.

Rekrutacja uczestników prowadzona jest we współpracy z warszawskimi placówkami opiekuńczo-wychowawczymi. Fundacja prowadzi rozmowy z potencjalnymi partnerami w zakresie wsparcia przy rekrutacji grup.

Miejsce realizacji

Projekt realizowany jest na terenie m.st. Warszawy. Zajęcia odbywają się w sali treningowej przy ul. Oboźnej 7/64 w Warszawie. W przypadku większego zainteresowania i rozszerzenia projektu Fundacja przewiduje możliwość realizacji zajęć również w przestrzeniach partnerskich placówek opiekuńczo-wychowawczych na terenie m.st. Warszawy.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
przeprowadzenie 10 sesji warsztatowych	2 grupy x 5 spotkań	listy obecności, zdjęcia
objęcie programem łącznie min. 20 uczestników z pieczy zastępczej	2 grupy, łącznie minimum 20 osób	listy obecności
gadżet motywacyjny+ dyplom	2 grupy, łącznie minimum 20 osób	zdjęcia
udostępnienie cyfrowego przewodnika po numerach pomocowych i zasadach działań w kryzysie	1	strona www Fundacji iron Shield
wzrost poczucia sprawczości i pewności siebie u uczestników	minimum 70%	ankiety ewaluacyjne
umiejętność rozpoznawania sygnałów zagrożenia i deeskalacji konfliktu	minimum 70%	ankiety ewaluacyjne

znajomość numerów pomocowych i kroków postępowania po doświadczeniu przemocy	minimum 70%	ankiety ewaluacyjne
--	-------------	---------------------

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

Charakterystyka oferenta

Fundacja została powołana w celu upowszechniania wiedzy i praktycznych kompetencji z zakresu bezpieczeństwa osobistego, deeskalacji konfliktów oraz reagowania w sytuacjach zagrożenia w formule dostępnej dla szerokiego grona odbiorców.

Choć organizacja znajduje się na początkowym etapie działalności statutowej, osoby zaangażowane w jej działania posiadają wieloletnie doświadczenie instruktorskie oraz praktyczne w obszarze szkoleń z zakresu samoobrony, pracy z grupą oraz edukacji w obszarze bezpieczeństwa.

Dotychczas działania edukacyjne realizowane były głównie w formule komercyjnej i szkoleniowej.

Powołanie Fundacji stanowiło świadomą decyzję o przeniesieniu tych kompetencji do obszaru działań społecznych, tak aby wiedza i umiejętności zwiększające bezpieczeństwo były dostępne również dla osób, które z różnych względów (w tym finansowych) mają ograniczony dostęp do odpłatnych form wsparcia.

Misją Fundacji jest budowanie realnych, praktycznych kompetencji bezpieczeństwa wśród mieszkańców lokalnej społeczności, ze szczególnym uwzględnieniem osób narażonych na sytuacje zagrożenia oraz pracujących w środowiskach wymagających podejmowania szybkich i odpowiedzialnych decyzji. Organizacja koncentruje się na przekładaniu specjalistycznej wiedzy na bezpieczne, dostosowane do realnych warunków pracy uczestników formy wsparcia.

Projekt „Mam Moc” stanowi rozwinięcie doświadczenia kadry w kierunku działań edukacyjnych skierowanych do młodzieży znajdującej się w szczególnej sytuacji życiowej — wychowanków instytucjonalnej pieczy zastępczej. Koncentruje się na wzmacnianiu poczucia sprawczości, budowaniu praktycznych kompetencji reagowania w sytuacjach zagrożenia oraz dostarczaniu wiedzy o dostępnych formach pomocy. Projekt realizuje misję Fundacji w obszarze, gdzie ograniczony dostęp do odpłatnych form wsparcia jest szczególnie dotkliwy, a potrzeba praktycznej edukacji z zakresu bezpieczeństwa osobistego — szczególnie pilna.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja Iron Shield realizowała program „Bezpieczna szkoła” — szkolenia z zakresu bezpieczeństwa osobistego dla personelu placówek edukacyjnych na terenie Legionowa, współfinansowane przez Gminę Miejską Legionowo. Fundacja przygotowała i poprowadziła warsztaty z tematyki bezpieczeństwa dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami we współpracy z Instytutem Głuchoniemych im. Jakuba Falkowskiego w Warszawie. Na bieżąco Fundacja prowadzi zajęcia indywidualne i grupowe dla zróżnicowanych grup odbiorców — dzieci i młodzieży ze szczególnymi potrzebami, lekarzy, ratowników medycznych oraz nauczycieli. Instruktorzy Fundacji posiadają wieloletnie doświadczenie w prowadzeniu warsztatów samoobrony i bezpieczeństwa osobistego dla grup wymagających zindywidualizowanego podejścia.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Fundacja dysponuje kadrą certyfikowanych instruktorów krav magi z międzynarodowymi uprawnieniami do nauczania. Instruktor prowadzący — Jakub Skrzypczak — posiada tytuł Eksperta Krav Maga oraz międzynarodowe uprawnienia instruktorskie GIC 3 (Global Instructor Course, poziom 3). Asystenci instruktora posiadają międzynarodowe uprawnienia instruktorskie GIC 1. Wszyscy instruktorzy mają doświadczenie w pracy z dziećmi, młodzieżą oraz grupami ze szczególnymi potrzebami.

Zajęcia realizowane są w wynajmowanej sali treningowej przy ul. Oboźnej 7/64 w Warszawie, wyposażonej w materace i sprzęt treningowy niezbędny do realizacji programu. Fundacja posiada opracowane autorskie materiały dydaktyczne z zakresu bezpieczeństwa osobistego oraz doświadczenie w koordynacji projektów finansowanych ze środków publicznych.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie Instruktora Prowadzącego 10 treningów *250 zł/h	2 500,00		
2.	Wynagrodzenie Instruktora Asystenta 10 treningów *150 zł/h	1 500,00		
3.	Wynajem sali 10 treningów * 150 zł/h	1 500,00		
4.	Przygotowanie merytoryczne programu treningów i ewaluacja	1 650,00		
5.	Materiały dla uczestników (gadzety np. bransoletka lub zakładka lub smycz oraz druk dyplomów)	550,00		
6.	Obsługa projektu (m.in. administracja, koordynacja, księgowość , grafik)	2 300,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00	10 000,00	0,00

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.

.....

....

.....

....

.....

....

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

Data.....

Załączniki:

1. w przypadku, gdy oferent nie podlega wpisowi w Krajowym Rejestrze Sądowym – kopię aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji, ewentualnie inny dokument potwierdzający status prawny oferenta. Odpis musi być zgodny ze stanem faktycznym i prawnym, niezależnie od tego, kiedy został wydany; *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
2. w przypadku wyboru innego sposobu reprezentacji oferentów składających ofertę niż wynikający z Krajowego Rejestru Sądowego lub innego właściwego rejestru - dokument potwierdzający upoważnienie do działania w imieniu oferenta(-ów); *(fakultatywny - złożony elektronicznie)*
3. kopię umowy lub statutu spółki - w przypadku gdy oferent jest spółką prawa handlowego, o której mowa w art. 3 ust. 3 pkt 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie. *(fakultatywny)*
4. Fakultatywne załączniki oferenta. *(fakultatywny)*

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.