

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 publicznego ¹⁾	32) przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym

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 "Siła Relacji", Forma prawna: Fundacja, Numer Krs: 0000926317, Kod pocztowy: 02-569, Poczta: Warszawa, Miejscowość: Warszawa, Ulica: Różana, Numer posesji: 63a, Województwo: mazowieckie, Powiat: Warszawa, Gmina: Mokotów (dzielnica), Strona www: https://fundacja.silarelacji.pl , Adres e-mail: sila.relacji@gmail.com , Numer telefonu: 501504739,	
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)	Małgorzata Zacharias Adres e-mail: sila.relacji@gmail.com Telefon: 501504739

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Warsztaty umiejętności wychowawczych mające na celu zmianę postaw rodzicielskich na takie, które będą zapobiegały lub minimalizowały wystąpienie zachowań problemowych/ryzykownych dzieci i młodzieży.			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	22.09.2025	Data zakończenia	19.12.2025

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

Opis zadania

1. Przeprowadzenie cyklu warsztatów „Szkoła dla Rodziców i Wychowawców” – programu profilaktycznego rekomendowanego przez Krajowe Biuro do Spraw Przeciwdziałania Narkomanii (obecnie Krajowe Centrum Przeciwdziałania Uzależnieniom).

Program posiada II poziom rekomendacji (status „Dobra praktyka”) i jest uznanym narzędziem wspierającym profilaktykę uzależnień oraz wzmacnianie więzi rodzinnych. Planowany cykl obejmuje 40 godzin dydaktycznych.

Głównym celem warsztatów jest rozwijanie umiejętności wychowawczych rodziców i opiekunów, a także wspieranie postaw, które chronią dzieci i młodzież przed podejmowaniem zachowań ryzykownych, takich jak: agresja, przemoc, przedwczesna inicjacja seksualna, używanie substancji psychoaktywnych (alkoholu, narkotyków, dopalaczy), czy inne formy ryzykownych zachowań.

Uczestnicy warsztatów:

- poznają skuteczne narzędzia komunikacji opartej na szacunku, zaufaniu i jasnych granicach;
- zdobędą wiedzę na temat mechanizmów sięgania przez młodzież po substancje psychoaktywne oraz sposobów skutecznego przeciwdziałania temu zjawisku;
- przeanalizują swoje cele wychowawcze i trudności w relacjach z dziećmi – z myślą o wprowadzeniu realnych i trwałych zmian;
- nauczą się wyznaczać i chronić granice – zarówno własne, jak i dzieci – w sposób asertywny, a jednocześnie empatyczny;
- dowiedzą się, jak wspierać dzieci w radzeniu sobie z presją rówieśniczą i jak uczyć je odmawiania w sytuacjach ryzykownych (np. propozycje użycia substancji lub podjęcia współżycia);
- poznają sposoby reagowania na trudne emocje dzieci i wspierania ich w sytuacjach kryzysowych;
- nauczą się rozpoznawać tzw. „sygnały ostrzegawcze”, które mogą świadczyć o sięganiu przez dziecko po środki psychoaktywne.

Warsztaty mają charakter praktyczny i opierają się na pracy w grupie, doświadczeniu uczestników oraz konkretnych przykładach z życia codziennego. Udział w programie ma bezpośredni wpływ na poprawę jakości relacji rodzinnych, a tym samym stanowi skuteczne narzędzie profilaktyki pierwszorzędowej.

2. 1 - dwugodzinne spotkanie w formie online „Bezpieczne dzieci w sieci - internet: szansa czy zagrożenie?”, podczas których uczestnicy: - podniosą świadomości na temat zagrożeń związanych z korzystaniem przez dzieci z internetu – dowiedzą się czym jest cyberprzemoc, – poznają najczęstsze zagrożenia, jakich mogą doświadczyć dzieci podczas korzystania z internetu bez kontroli opiekunów, – poznają sposoby reagowania i wsparcia dziecka, które może być ofiarą przemocy w sieci, – dostaną wskazówki dotyczące bezpiecznego korzystania z internetu przez dzieci (m.in. kontrola rodzicielska, edukacja cyfrowa).

*Podczas warsztatów uczestnicy poznają podstawowe narzędzia wspierające komunikację opartą na szacunku, dowiadują się co skłania dzieci i młodzież do sięgania po używki, co powoduje, że grupa rówieśnicza staje się autorytetem w ich wyborach. Poszerzają świadomość własnych celów wychowawczych (co, w danym momencie jest najważniejsze/ najtrudniejsze w relacji z dzieckiem, gdzie i jakich chcieliby zmian).

W ramach wsparcia udział w warsztatach weźmie grupa 12 osób składająca się z rodziców, opiekunów, wychowawców dzieci w wieku 2 -16 lat. W projekcie zostali uwzględnieni rodzice dzieci już od 2 roku życia, ze względu na rosnące problemy z uzależnienie dzieci już od 2 roku życia od

technologii (gier, bajek). W naborze priorytetowo traktowani będą rodzice i opiekunowie, dotknięci problemem uzależnienia przez dzieci od używek oraz komputera, internetu.

*Fundacja na co, dzień wspiera osoby dorastające w rodzinach dysfunkcyjnych. Widzimy duże zapotrzebowanie na warsztaty kompetencji rodzicielskich wśród tych osób. Dorośli pochodzący z domów w których obecny był alkohol lub/i przemoc widzą, że schematy komunikacji jakich doświadczali w dzieciństwie nie służą relacji, nie wiedzą jednak czym i jak je zastąpić. Program Szkoły dla rodziców i wychowów odpowiada na te potrzeby.

*Rekrutacja opierać się będzie na współpracy z OPS, promocji wydarzenia poprzez nasze media społecznościowe oraz współpracy z Miejscami Aktywności Lokalnej z terenu całego miasta m.in. poprzez rozwieszenie plakatów w tych miejscach oraz promocji w mediach społecznościowych oraz kontakcie ze szkołami, ze szczególnym uwzględnieniem szkół z klasami integracyjnymi.

*W trakcie rekrutacji będzie stworzona lista rezerwowa chętnych osób, w przypadku rezygnacji uczestników podczas cyklu zajęć, dobierane będą osoby z listy rezerwowej.

*Promocja warsztatów opierać będzie się na: - stworzeniu strony wydarzenia, - publikacji postów w mediach społecznościowych, - promocji wydarzenia na grupach skierowanych do rodziców i opiekunów, - rozesłaniu informacji wraz z plakatami do szkół i przedszkoli oraz placówek OPS, - rozwieszeniu plakatów drukowanych w miejscach odwiedzanych przez rodziców i opiekunów oraz instytucji partnerskich, publikacji postów w trakcie trwania warsztatów.

*Trakcie realizacji zadania zapewniamy dostępność do warsztatów osobom ze szczególnymi potrzebami. Spotkania będą się odbywały w sali na parterze w budynku przy ulicy Różanej 63a, o powierzchni 52 m2 z dostępem do dwóch łazienek, części socjalnej znajdujących się na tym samym poziomie lub w innym lokalu na terenie m. st. Warszawy dostępnym dla osób z trudnościami.

Wkład własny: sale fundacji.

Wkład finansowy: tusz do drukarki - 100 zł

Wkład rzeczowy: - gry terapeutyczne, flipchart o wartości 500 zł, - koszt wyposażenia zaplecza kuchennego - wkład własny - 300

Czas realizacji wrzesień 2025 - grudzień 2025 r.

Miejsce realizacji

Siedziba Fundacji Siła Relacji, ul. Różana 63a (Stary Mokotów), 02-569 Warszawa.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
------------------------	---	--

liczba przeprowadzonych warsztatów	40 h dydaktycznych	listy uczestników dziennik przeprowadzonych warsztatów zdjęcia
liczba uczestników	12 osób	listy uczestników
liczba osób która weźmie udział w konsultacjach indywidualnych	14 osób	listy uczestników
Przeprowadzenie spotkań „Bezpieczne dzieci w sieci internet: szansa czy zagrożenie?”	2 h	zdjęcia
Podniesienie umiejętności wychowawczych beneficjentów oraz zmiana postaw wychowawczych rodziców/wychowawców na takie, które by zapobiegały lub minimalizowały wystąpienie zachowań problemowych/ryzykownych dzieci i młodzieży.	80 % uczestników	ankieta przeprowadzona po zakończeniu cyklu warsztatów
Nabycie przez uczestników wiedzy na temat sposobów radzenia sobie z trudnymi emocjami oraz nabycie przez uczestników wiedzy na temat sposobów reakcji na trudne emocje okazywane przez dzieci	85 % uczestników	ankieta przeprowadzona po zakończeniu cyklu warsztatów
Poznanie 7 kroków rozwiązywania konfliktów, tak, aby były one wspierające dla relacji w najbliższym otoczeniu.	95%	ankieta przeprowadzona po zakończeniu cyklu warsztatów
strona wydarzenia	1	pdf
Posty promujące wydarzenie.	4	pdf
Posty w trakcie wydarzenia promujące projekt.	4	pdf
Materiały dla uczestników.	9 sztuk	pdf
Projekt plakatu.	1 sztuka	pdf
Wydrukowane plakaty, rozwieszone w placówkach partnerskich.	6 sztuk	pdf

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

Charakterystyka oferenta

Celami Fundacji Siła Relacji są szeroko rozumiane działanie na rzecz pomocy społecznej, zdrowotnej, psychologicznej, terapeutycznej, socjalnej Rodzinom, dzieciom, młodzieży, dorosłym i seniorom, osobom w wieku emerytalnym, w tym także osobom pochodzącym z rodzin dysfunkcyjnych, zagrożonych wykluczeniem społecznym, dotkniętych przemocą, uzależnionym od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych w trudnej sytuacji życiowej; wyrównywania szans tych rodzin i osób; wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej oraz udzielanie udzielania nieodpłatnej pomocy prawnej oraz zwiększanie świadomości prawnej społeczeństwa.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja Siła Relacji, której celami są m.in. wzmocnienie budowania relacji opartych na szacunku i empatii, swoją misję Fundacja realizuje poprzez pomoc psycho- i socjo- terapeutyczną, mediacje, warsztaty, konsultacje, grupy wsparcia i rozwojowe oraz działalność edukacyjną.

Fundacja realizuje programy oparte na dotacjach. W ramach dotacji Fundacja zrealizowała 13 cykli warsztatów umiejętności wychowawczych wg. programu Szkoła dla rodziców i wychowawców (ponad 500 h warsztatów) dla rodziców i opiekunów dzieci w różnym wieku oraz grup nauczycieli. Osoby ją tworzące oraz współpracujące mają doświadczenie w prowadzeniu warsztatów, grup wsparcia, konsultacji indywidualnych. Posiadają także wykształcenie i kompetencje niezbędne do prowadzenia działań proponowanych w programie w tym certyfikat trenera Szkoły dla rodziców i wychowawców.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Zasoby lokalowe - siedziba fundacji.

Zasoby rzeczowe - sprzęt elektroniczny, gry, flipchart.

Zasoby kadrowe; TRENER realizujący zadania: pedagog ze specjalizacją Montessori, certyfikowany trener 3 części Szkoły dla Rodziców i Wychowawców, absolwentka Studium Komunikacji Opartej na Empatii oraz kursu Doskonalenia Umiejętności Trenerskich Komunikacji opartej na Empatii, ukończyła szereg szkoleń wspierających pracę z dorosłymi i dziećmi m.in.

Trening Umiejętności Społecznych Trener postaw emocjonalnych dzieci i młodzieży

AMITY Trening Zastępowania Agresji, - kurs trenerski, Apteczka Pierwszej Pomocy Emocjonalnej.

Doświadczenie: 8 letnie doświadczenie w prowadzeniu warsztatów dla rodziców i dzieci, ponad 300 godzin przeprowadzonych warsztatów dla dorosłych i dzieci.

TRENER realizujący - certyfikowana trener umiejętności psychospołecznych, certyfikowany trener 3 części Szkoły dla Rodziców i Wychowawców, terapeuta środowiskowy

Ukończyła studia podyplomowe na UKSW. Prowadzenie terapii środowiskowej dzieci i młodzieży potwierdza certyfikatem i doświadczeniem.

Studia podyplomowe przygotowały ją do pracy indywidualnej z pacjentem dzieckiem i pacjentem nastolatkiem. Do współpracy angażuje całe rodziny, psychologów i pedagogów w placówkach edukacyjnych, ponieważ ważną rolę w polepszeniu zdrowia psychicznego odgrywa wzmocnienie zasobów środowiskowych.

Na co dzień uczestniczy w rozpoznawaniu i rozwiązywaniu problemów zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w ramach wielospecjalistycznego zespołu w Poradni Zdrowia Psychicznego Dla Dzieci i Młodzieży Centrum CBT na Wilanowie. Wspiera i towarzyszy dzieciom, młodzieży i ich rodzinom w codziennym funkcjonowaniu kiedy pojawiają się:

– trudności w relacjach rówieśniczych

- zachowania agresywne lub autoagresywne
- nadpobudliwość
- trudności z koncentracją
- psychoedukacja dla rodziców i opiekunów.

Studia z zakresu prowadzenia terapii środowiskowej z powodzeniem wykorzystuje także podczas prowadzenia zajęć Treningu Umiejętności Społecznych dla młodzieży i dorosłych.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	koszt trenera, 46 h, w tym 40 godzin warsztatów, 6 godzin materiałów na zajęcia oraz przygotowanie i przesłanie podsumowań dla uczestników, bieżący kontakt z uczestnikami, przeprowadzenie ankiety ewaluacyjnej	6 720,00		
2.	Koszt promocji: promocja w mediach społecznościowych (stworzenie strony wydarzenia, stworzenie grafik i postów, publikacja postów, przygotowanie projektu plakatu, druk plakatów, przekazanie materiałów drukowanych do placówek partnerskich)	1 000,00		
3.	koszt księgowości	400,00		
4.	koszt materiałów drukowanych dla uczestników	800,00		
5.	kawa, herbata, woda dla uczestników	800,00		
6.	koszt kartek do flipchartów	100,00		
7.	koszt art. papierniczych długopisy, flamastry - wkład własny	80,00		
8.	koszt materiałów potrzebnych do realizacji zajęć: karty, gry - wkład własny	500,00		
9.	koszt wyposażenia zaplecza kuchennego - wkład własny	300,00		
10.	koszt eksploatacji drukarki w tym zakup tuszu	100,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 800,00	9 820,00	980,00

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*)

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)*
 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.