

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	Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m.st. Warszawy
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	1) pomoc społeczna, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób

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: KROK SENS MOC FUNDACJA ROZWOJU , Forma prawna: Fundacja , Numer Krs: 0001246809 , Kod pocztowy: 03-550 , Poczta: Warszawa , Miejscowość: Warszawa , Ulica: Remiszewska , Numer posesji: 7 , Numer lokalu: 13 , Województwo: mazowieckie , Powiat: Warszawa , Gmina: Targówek (dzielnica) , Strona www: , Adres e-mail: klara.sztyler@gmail.com , Numer telefonu: 600421528 , 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)	Klara Sztyler-Matek Adres e-mail: klara.sztyler@gmail.com Telefon: 600421528

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Stabilizacja i poradnictwo – specjalistyczne konsultacje kryzysowe i psychotraumatologiczne dla rodzin w trudnej sytuacji życiowej.			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	17.08.2026	Data zakończenia	01.11.2026

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

Opis zadania

Bezpośrednimi odbiorcami zadania publicznego będą wyłącznie beneficjenci m.st. Warszawy (szacunkowo 5 mieszkańców m.st. Warszawy - osób dorosłych i/lub osób w wieku nastoletnim znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej lub w kryzysie), którzy będą mogli skorzystać z konsultacji specjalistycznej 5 razy każdy beneficjent. Odbędzie się 25 indywidualnych konsultacji specjalistycznych, każda w wymiarze 50 minut.

Opis i uzasadnienie: Bezpośrednimi odbiorcami zadania publicznego będą mieszkańcy m.st. Warszawy znajdujący się w trudnej sytuacji życiowej, którzy doświadczają kryzysu psychicznego lub emocjonalnego. Grupa docelowa wymaga indywidualnego, specjalistycznego wsparcia kryzysowego, konsultacji lub pomocy psychotraumatologicznej. Działaniami pomocowymi zostaną objęte zarówno osoby dorosłe, jak i młodzież w wieku nastoletnim. W ramach zaplanowanych działań każdy beneficjent skorzysta z cyklu 5 indywidualnych konsultacji specjalistycznych. Głównym celem projektu jest poprawa subiektywnego poczucia stabilizacji życiowej uczestników oraz rozwinięcie ich zdolności do samodzielnego radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych. Efekty te będą weryfikowane za pomocą procesu ewaluacji. Dzięki pełnemu zakodowaniu arkuszy diagnostycznych i nadaniu uczestnikom indywidualnych numerów ID, badanie zachowa 100% poufności. Rozwiązanie to pozwoli na precyzyjne, bezpieczne porównanie dynamiki zmian oraz ocenę przyrostu kompetencji psychologicznych u każdego z beneficjentów (porównanie stanu przed rozpoczęciem cyklu 5 spotkań i po jego zakończeniu).

Do grupy odbiorców należeć będą w szczególności osoby doświadczające kryzysów okołorozwodowych, nagłej straty i żałoby, ciężkiej choroby własnej lub osoby bliskiej, skutków zdarzeń losowych, utraty pracy, rozpadu relacji rodzinnych lub poważnego zaburzenia relacji rodzinnych, a także innych sytuacji prowadzących do destabilizacji funkcjonowania psychicznego i społecznego. W przypadku osób nastoletnich wsparcie będzie kierowane do osób doświadczających skutków trudnych sytuacji życiowych i rodzinnych, w szczególności rozpadu rodziny, straty osoby bliskiej, ciężkiej choroby, zdarzeń losowych (np. niezdanie egzaminów szkolnych lub innych) oraz zaburzenia lub utraty istotnych więzi rodzinnych.

Z uwagi na charakter wnoszonych problemów oraz ochronę dóbr osobistych rodzin, tożsamość uczestników projektu - proponuje się zakodowanie danych beneficjentów na etapie rejestracji.

Uzasadnienie potrzeby realizacji zadania:

Współczesne rodziny w aglomeracji warszawskiej funkcjonują w warunkach permanentnego stresu cywilizacyjnego. Nagłe zdarzenia losowe (rozpad rodziny, śmierć bliskiego, trauma medyczna, choroba, strata pracy, urwanie relacji rodzinnych) wywołują u rodziców dezorganizację psychiczną, paraliżujący lęk oraz poczucie bezradności. Kryzys dotykający rodzica nigdy nie pozostaje bez wpływu na dziecko – nieprzepracowana trauma dorosłego transferuje się na najmłodszych (transgeneracyjny przekaz traumy), prowadząc do wtórnej traumatyzacji systemu rodzinnego, zaniedbań opiekuńczych oraz eskalacji zachowań dysfunkcyjnych czy przemocowych. W sytuacji ostrego kryzysu czas ma znaczenie kluczowe – brak natychmiastowej interwencji utrwała destrukcyjne mechanizmy obronne i prowadzi do rozwoju pełnoobjawowego zespołu stresu

pourazowego (PTSD).

Dorośli i nastoletni mieszkańcy Warszawy napotykają drastyczne, wręcz niemożliwe do pokonania bariery w dostępie do natychmiastowej, bezpłatnej i wysoce specjalistycznej pomocy psychotraumatologicznej w ramach publicznej służby zdrowia (NFZ). Zapaść tę wprost dokumentuje i potwierdza szczegółowa analiza rynku zdrowia psychicznego opublikowana przez Dziennik Gazetę Prawną (marzec 2026 r.). Raport ten ujawnia kluczowe dysfunkcje systemu publicznego, które bezpośrednio dotyczą osoby w kryzysie: zjawisko tzw. „drugiej kolejki”: Oficjalne statystyki często wykazują złudnie krótki czas oczekiwania na pierwszą wizytę kwalifikacyjną. Jednak analiza DGP dowodzi, że po odbyciu wstępnej konsultacji pacjent trafia do tzw. „drugiej kolejki” – ukrytej, wielomiesięcznej listy oczekujących na stałe, regularne miejsce w indywidualnym cyklu psychoterapeutycznym, konsultacyjnym czy pomocowym. Dla osoby w ostrym kryzysie taki system jest niewydolny.

Zgodnie z danymi rządowego Informatora o terminach leczenia NFZ przytaczanymi w badaniu, czas oczekiwania na regularną terapię indywidualną w Warszawie wynosi od kilku miesięcy do kilkunastu miesięcy, a w skrajnych przypadkach pierwszy wolny termin przypada dopiero na początek 2028 roku. Praca terapeutyczna czy psychologiczna czy psychotraumatologiczna po dwóch latach od wystąpienia zdarzenia traumatycznego nie pełni już funkcji interwencji kryzysowej ani pomocy potrzebnej w danym momencie. Analiza DGP wskazuje na potężną dysproporcję finansową, która drenuje kadrowo publiczne przychodnie. Stawki komercyjne za 50-minutową sesję indywidualną w Warszawie wynoszą obecnie standardowo od 180 zł do 300 zł. Wycena świadczeń przez NFZ sprawia, że psychoterapeuci w publicznej służbie zdrowia zarabiają nawet 3- lub 4-krotnie mniej, co skutkuje masowym odchodzeniem wysoce wyspecjalizowanych psychotraumatologów do sektora prywatnego. Co też przekłada się na realną pomoc w danym - potrzebnym bardzo momencie wystąpienia sytuacji kryzysowej.

Fundacja Rozwoju „Krok Sens Moc” odpowiada bezpośrednio na tę palącą lukę systemową. Oferujemy szybką i elastyczną ścieżkę pomocy eksperckiej, która nie wymaga skierowań lekarskich ani przechodzenia długich procedur. Projekt ma charakter ogólnomiejski. Połączenie bezpłatnych działań informacyjnych z celowaną, płatną kampanią reklamową w sieci (Meta Ads) pozwoli na precyzyjne i w pełni dyskretne dotarcie do osób w najgłębszym kryzysie. Lokalizacja lokalu w doskonale skomunikowanym punkcie Warszawy (ul. Elektoralna 13) ułatwi fizyczny dostęp do pomocy rodzicom, nastolatkom, rodzinom z różnych dzielnic, oferując im realną szansę na odzyskanie stabilności emocjonalnej i ochronę podlegających im dzieci przed skutkami traumy.

Efektywność realizowanych działań zostanie poddana ocenie za pomocą narzędzia ewaluacyjnego typu pre-test (badanie wstępne przed 1. konsultacją) oraz post-test (badanie końcowe po zakończeniu cyklu wsparcia). Kwestionariusz będzie mierzył subiektywne poczucie stabilizacji życiowej oraz zdolność do samodzielnego radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych. Dzięki zakodowaniu arkuszy (indywidualne ID uczestnika), ewaluacja zachowa 100% poufności, umożliwiając jednocześnie precyzyjne porównanie dynamiki zmian i przyrostu kompetencji psychologicznych u każdego z beneficjentów.

Miejsce realizacji

Wynajęty lokal w Warszawie przy ulicy Elektoralna 13.

Zadanie będzie realizowane w całości na terenie m.st. Warszawy. Bezpośrednie, stacjonarne konsultacje z beneficjentami realizowane będą osobiście w wynajętym, bezpiecznym i w pełni dostosowanym lokalu zlokalizowanym pod adresem: ulica Elektoralna 13 lok. 122, Warszawa.

Lokal zapewnia pełną dyskrecję, komfortowe warunki spotkań (odpowiednie wyciszenie) oraz dostęp do zaplecza technicznego i sanitarnego (poczekalnia, toaleta, serwis kawowy/woda dla beneficjentów).

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Liczba zrealizowanych indywidualnych specjalistycznych konsultacji	25 indywidualnych konsultacji specjalistycznych, każda w wymiarze 50 minut. Każdy z beneficjentów może skorzystać z około 5 konsultacji.	Karty ewidencji czasu pracy specjalisty / rejestr przeprowadzonych godzin / pokwitowania obecności (kodowane)
Liczba unikalnych beneficjentów objętych pomocą	Minimum 5 unikalnych osób (rodziców lub/i ich nastoletnich dzieci) zamieszkujących m.st. Warszawa.	Zakodowany rejestr zgłoszeń projektowych / anonimowe ankiety ewaluacyjne (pre/post-test)
Liczba rozdanych broszur psychoedukacyjnych	Minimum 5 sztuk autorskich broszur (100% bezpośrednich uczestników projektu otrzyma dedykowane materiały wspierające proces).	Protokoły odbioru materiałów / ewidencja wydanych broszur podpisana kodem uczestnika
Liczba osób, do których dotarła informacja o projekcie	Zasięg do 5 000 użytkowników sieci FB lub/i Instagram z terenu Warszawy	Raporty i statystyki zasięgów z panelu reklamowego Meta Ads i Instagram

Poprawa subiektywnego poczucia stabilizacji i zdolności do radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych u uczestników projektu	Minimum 80% uczestników objętych wsparciem (minimum 4 z 5 osób) zadeklaruje wzrost poczucia stabilizacji emocjonalnej oraz poprawę zdolności radzenia sobie w kryzysie o minimum 30% w stosunku do stanu wyjściowego	Anonimowe ankiety ewaluacyjne (pre-test i post-test) oparte na skalowaniu liniowym (1-10). Pre-test realizowany przed 1. konsultacją, post-test po zakończeniu cyklu wsparcia. Arkusze parowane za pomocą kodów ID.
---	--	---

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

Charakterystyka oferenta

Fundacja KROK SENS MOC FUNDACJA ROZWOJU - jest młodą fundacją założoną przez doświadczoną psycholog z 20 letnim doświadczeniem w pracy psychologicznej i psychotraumatologicznej oraz zaangażowanej w działanie organizacji pozarządowych.

Fundacja jest organizacją rozwijającą swoją działalność, w obszarze wsparcia psychologicznego, interwencji kryzysowej, i pomocy osobom znajdującym się trudnej sytuacji życiowej. Pomimo krótkiego okresu działalności fundacji, zadanie będzie realizowane przez kadrę posiadającą wysokie kwalifikacje między innymi: w zakresie pomocy psychologicznej i psychotraumatologicznej.

Głównym celem i misją statutową Fundacji jest niesienie natychmiastowej, bezpłatnej i wysoce profesjonalnej pomocy osobom, parom oraz całym systemom rodzinnym znajdującym się w stanie nagłej lub przewlekłej destabilizacji psychicznej, życiowej, zawodowej. Organizacja koncentruje swoje działania w obszarze specjalistycznego wsparcia psychologicznego, interwencji kryzysowej oraz systemowej pomocy osobom w trudnej sytuacji życiowej. Fundacja powstała jako bezpośrednia odpowiedź na luki w publicznym systemie ochrony zdrowia psychicznego. Łączy w sobie zwinność, elastyczność i brak barier biurokratycznych sektora pozarządowego z najwyższymi standardami oraz rygorystycznymi procedurami poufności (kodowanie danych beneficjentów). Pomimo krótkiego okresu formalnego funkcjonowania jako podmiot prawny, Fundacja dysponuje sprawdzonymi narzędziami merytorycznymi, unikalnym know-how w zakresie psychotraumatologii oraz profesjonalnym zapleczem organizacyjnym, co pozwala na natychmiastowe i bezbłędne wdrożenie zadań publicznych o charakterze ogólnomiejskim.

Pomimo krótkiego czasu funkcjonowania organizacji, planowane zadanie publiczne będzie realizowane przez kadrę posiadającą około 20-letnie, doświadczenie zawodowe w zakresie bezpośredniej pomocy psychologicznej, interwencyjnej oraz psychotraumatologicznej. Fundatorka organizacji – doświadczona psycholożka i psychotraumatolożka – posiada bogate i wszechstronne portfolio zrealizowanych działań pomocowych. Z powodzeniem koordynowała i merytorycznie realizowała specjalistyczne projekty opieki psychologicznej oraz interwencji kryzysowej na bezpośrednie zlecenie urzędów dzielnicowych, podwarszawskich gmin miejsko-wiejskich oraz samorządów mniejszych aglomeracji oraz innych Fundacji.

W ramach tych wieloletnich partnerstw z jednostkami samorządu terytorialnego odpowiadała za projektowanie i wdrażanie kompleksowych programów wsparcia dla systemów rodzinnych w stanie

głębokiego kryzysu. Prowadzenie autorskich wykładów prewencyjnych oraz warsztatów psychoedukacyjnych dla rodziców, opiekunów prawnych oraz dla nauczycieli o kadr zarządzających szkołami. Realizację specjalistycznych konsultacji, diagnostyki i terapii traumy dla osób oraz dzieci doświadczających różnych form przemocy domowej, instytucjonalnej oraz traum relacyjnych. Dzięki doświadczeniu w pracy na rzecz zróżnicowanych wielkościami samorządów, kadra projektu doskonale zna specyfikę i procedury realizacji zadań publicznych, co gwarantuje najwyższą jakość merytoryczną i formalną obecnego projektu.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja KROK SENS MOC, mimo krótkiego stażu jako samodzielny podmiot prawny, opiera swoją działalność na 20-letnim, udokumentowanym doświadczeniu zawodowym założycieli i kadry merytorycznej. Gwarantuje to najwyższą jakość merytoryczną, formalną i finansową realizacji zadania publicznego. Fundatorka organizacji oraz kluczowa kadra projektu od dwóch dekad z powodzeniem projektują, koordynują i realizują zaawansowane programy wsparcia psychologicznego na bezpośrednie zlecenie jednostek samorządu terytorialnego (urzędów dzielnicowych m.st. Warszawy, gmin podwarszawskich) oraz organizacji pozarządowych.

Dotychczasowe doświadczenie kadry w realizacji zadań o podobnym charakterze obejmuje: Interwencję kryzysową i terapię traumy: prowadzenie specjalistycznych konsultacji, diagnostyki oraz terapii traumy dla dzieci i dorosłych doświadczających przemocy (domowej, instytucjonalnej) oraz traum relacyjnych.

Wsparcie systemów rodzinnych - kompleksową pracę z rodzinami w stanie ostrej dezorganizacji (kryzysy okołorozwodowe, nagła strata, żałoba, trauma medyczna).

Działania profilaktyczne i edukacyjne: realizację autorskich wykładów prewencyjnych i warsztatów podnoszących kompetencje dla rodziców, nauczycieli oraz kadr zarządzających placówkami oświatowymi.

Dzięki wieloletniej współpracy z sektorem publicznym różnych szczebli, zespół posiada pełną znajomość procedur samorządowych, standardów finansowo-księgowych oraz metodologii monitorowania wskaźników (w tym badań pre-test/post-test).

Zapewnia to pełne bezpieczeństwo formalne rozliczenia dotacji oraz maksymalną efektywność działań dla beneficjentów.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Zasoby kadrowe: Bezpośrednie wsparcie merytoryczne (24 sesje) realizowane będzie przez doświadczonego psychologa i psychotraumatologa z 20-letnim stażem w pracy pomocowej. Nadzór formalny, administracyjny, finansowo-księgowy oraz monitoring wskaźników sprawować będzie doświadczony koordynator posiadający wieloletnią praktykę w zarządzaniu i rozliczaniu projektów dotacyjnych finansowanych ze środków budżetowych m.st. Warszawy .

Zasoby rzeczowe i technologiczne: oferent zapewni kompletną bazę techniczną niezbędną do sprawnego wdrożenia projektu. W ramach wkładu rzeczowego Fundacja bezpłatnie udostępnia na czas trwania zadania własny sprzęt komputerowy i biurowy (do prowadzenia zakodowanych rejestrów, arkuszy ewaluacyjnych pre/post-test oraz tworzenia materiałów psychoedukacyjnych) oraz autorskie kanały informacyjne w mediach społecznościowych. Do koordynacji technicznej projektu, bieżących prac administracyjnych oraz spotkań zespołu wykorzystany zostanie stały,

współfinansowany ze środków własnych, lokal operacyjny na terenie Warszawy. Wszelkie specjalistyczne materiały edukacyjno-informacyjne oraz autorskie broszury psychoedukacyjne wykorzystywane i dystrybuowane w trakcie realizacji zadania stanowią wyłączną własność intelektualną prowadzącej konsultacje i są udostępniane na potrzeby projektu bezpłatnie, z poszanowaniem jej osobistych i majątkowych praw autorskich.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie psychologa i/lub psychotraumatologa - realizacja 25 indywidualnych konsultacji specjalistycznych (50 min), (25*260 zł) dla rodziców lub/i ich nastoletnich dzieci	6 500,00		
2.	Wynajem profesjonalnego, bezpiecznego lokalu na terenie m.st. Warszawy na cele bezpośredniej realizacji konsultacji z beneficjentami	1 400,00		
3.	Wydruk specjalistycznych materiałów edukacyjno-informacyjnych (broszury z zakresu psychoedukacji dla beneficjentów)	80,00		
4.	Płatna, celowana kampania reklamowa w mediach społecznościowych (Meta Ads/Facebook) ukierunkowana na dotarcie do beneficjentów w kryzysie w Warszawie	1 000,00		
5.	Koordinacja, obsługa administracyjna i finansowo-księgowa projektu (zarządzanie, monitoring, rozliczenie dotacji)	1 020,00		
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 oraz w ewidencjach prowadzonych przez Prezydenta m.st. Warszawy – 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.