

2017 -11- 10

2172851M17017

L.dz. .... ilość zał. ....  
Podpis .....



Załącznik nr 1

## WZÓR

### 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 oraz w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np.: „pobieranie\*/niepobieranie\*” oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź, pozostawiając prawidłową. Przykład: „~~pobieranie\*~~/niepobieranie\*”.

#### I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Prezydent Miasta Płocka			
2. Tryb, w którym złożono ofertę	Art. 19a ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie			
3. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>	Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym			
4. Tytuł zadania publicznego	Rodzinna Mikołajkowa Mapa Marzeń- profilaktyczny wyjazd połączony z warsztatami dla dzieci i ich rodziców			
5. Termin realizacji zadania publicznego <sup>2)</sup>	Data rozpoczęcia	27.11.2017	Data zakończenia	18.12.2017

#### II. Dane oferenta (-ów)

1. Nazwa oferenta (-ów), forma prawna, numer Krajowego Rejestru Sądowego lub innej ewidencji, adres siedziby oraz adres do korespondencji (jeżeli jest inny od adresu siedziby)	Stowarzyszenie JEST WYJŚCIE- POMOCNI UZALEŻNIONYM I ICH RODZINOM wpisane do ewidencji stowarzyszeń zwykłych prowadzonej przez Prezydenta Miasta Płocka pod nr 9 Płock 09-401 ul. Rybaki 4/3a NIP 774336732 REGON 368022433		
2. Inne dodatkowe dane kontaktowe, w tym dane osób upoważnionych do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. numer telefonu, adres poczty elektronicznej, numer faksu, adres strony internetowej)	Beata Rybnik mail: <a href="mailto:jest-wyjscie@o2.pl">jest-wyjscie@o2.pl</a> tel.517620134, 515585238		

#### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Opis zadania publicznego proponowanego do realizacji wraz ze wskazaniem, w szczególności celu, miejsca jego realizacji, grup odbiorców zadania oraz przewidywanego do wykorzystania wkładu osobowego lub rzeczowego
--

<sup>1)</sup> 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.

<sup>2)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.



Naszym założeniem jest zorganizowanie wyjazdu dla 20 dzieci i 20 rodziców. Kryteria doboru to przede wszystkim rodziny korzystające z pomocy naszego stowarzyszenia, pierwszeństwo to rodziny, w których występuje problem uzależnienia od alkoholu lub inna dysfunkcja, informacje uzyskamy przede wszystkim od pedagogów szkolnych.

Planujemy wyjazd połączony z terapeutycznymi warsztatami dla dzieci i ich rodziców w dniach 9-10.12.2017 do Załdzierz, gdzie w warunkach spokoju i w otoczeniu przyrody spędzą czas dzieci z rodzin potrzebujących wsparcia i zagrożonych wykluczeniem wraz z rodzicami, w trakcie pobytu odbywać się będą warsztaty psychoedukacyjne dla dzieci i rodziców, a także warsztat główny, czyli tworzenie mapy marzeń. Planowana liczba uczestników to 40 osób (20 dzieci i 20 ich rodziców). W założeniach wyjazd ten ma zapobiegać patologiom i uzależnieniom wśród dzieci i młodzieży, bo jak wiadomo główną przyczyną sięgania młodych ludzi po środki zmieniające świadomość są nie tylko patologiczne wzorce rodzinne, ale przede wszystkim brak porozumienia między dziećmi i ich rodzicami. Wyjazd ma uświadomić rodzicom, w jaki sposób porozumiewać się z dziećmi, jak do nich mówić i jak ich słuchać, w jaki sposób z miłością być konsekwentnym, wyjazd połączony z warsztatami pozwoli rodzicom też zobaczyć swoje dzieci w innym wymiarze, poza tym w czasie wyjazdu rodzice będą mogli podzielić się doświadczeniem z innymi, wysłuchać siebie nawzajem, a przede wszystkim zostaną wyposażeni w umiejętności wychowawcze. Z kolei dzieci zobaczą swoich rodziców w otoczeniu spokoju, będą miały szansę wypowiedzieć, czego potrzebują od swoich rodziców, będzie to okazja do integracji, której uwieńczeniem będą też warsztaty tworzenia swoich map marzeń. To właśnie mapa marzeń jest drogą najpierw do uświadomienia własnych, a później znalezienia siły i sposobów do ich realizacji. Jednym z większych problemów dzieci z dysfunkcyjnych rodzin jest brak marzeń. Chcielibyśmy pokazać, że warto marzyć, że marzenia się spełniają, chcielibyśmy obudzić siłę do realizowania swoich marzeń i planów. To pozwoli z kolei na otwarcie się na drugiego człowieka, na siebie nawzajem, a efekcie uchroni dzieci przed ucieczką w środki zmieniające świadomość.

Warsztaty w formie zabawy i działań plastycznych mają charakter psychoedukacyjno-terapeutyczny, a ich efektem będą zrobione przez uczestników mapy. W czasie pobytu nie zabraknie też zabaw sportowo-integracyjnych, czemu sprzyjać będzie nie tylko leśne położenie hotelu w Załdzierz, ale też jego baza sportowo-rekreacyjna. Uczestnicy będą mieli do swojej dyspozycji kryty basen, jacuzzi, salę z lustrzaną ścianą, salę fitness, mini siłownię oraz boisko z nawierzchnią tartan i place zabaw, które znajdują się na terenie Ośrodka gwarantują świetną zabawę niezależnie od pogody. Ponad 3 ha ogrodzonego terenu sprawią, że integracja będzie mogła mieć również charakter aktywny, czemu sprzyjać będą również szlaki turystyczne i ścieżki dydaktyczne, które stanowią jedną z podstawowych form turystyki aktywnej.

Ponadto rodzice będą mieli do dyspozycji porady psychologa i pedagoga, specjalisty terapii uzależnienia i współuzależnienia do indywidualnych konsultacji, w czasie których będą mogli omówić indywidualne problemy. Ten mikołajkowy wyjazd pozwoli zarówno dzieciom jak i rodzicom poznać siebie, być dla siebie i zapełnić

poczucie pustki, co najczęściej jest przyczyną sięgania przez dzieci i młodzież po substancje psychoaktywne i alkohol. Wspólna rekreacja dzieci i rodziców jest możliwością realizacji zadań profilaktycznych.

Cele:

- Określenie ról życiowych, mających pozytywny jak i negatywny wpływ na nasze życie
- Poznanie techniki uważności
- Ćwiczenie umiejętności radzenia sobie z wszelkimi przeszkodami
- Poznanie sposobów radzenia sobie z niechcianymi uczuciami
- Określenie własnych mocnych stron
- Wzmacnianie poczucia własnej wartości
- Budowanie satysfakcjonujących relacji między dziećmi a ich rodzicami
- Zdobywanie i ćwiczenie umiejętności interpersonalnych i komunikacyjnych
- Rozwijanie umiejętności rozpoznawania własnych uczuć i ich przeżywanie
- Dążenie do zadowolenia i szczęścia

Te szczegółowe cele są podłożem do realizacji głównego zadania: **ZAPOBIEGANIA UZALEŻNIENIOM I PATOLOGIOM SPOŁECZNYM**

Plan realizacji zadania:

27.11.2017- 30.11.2017- promocja projektu , zbieranie chętnych

9.12.2017

Wyjazd 9.30

Przyjazd na miejsce i zakwaterowanie 10.00-10.30

II śniadanie 10.30-11.00 ( catering)

11.00-13.00 warsztaty integracyjne dzieci i rodziców ( w czasie tego warsztatu rodzice i dzieci będą wspólnie bawić się, głównym celem jest integracja, relaks i wyciszenie, przygotowanie do pracy na kolejnych warsztatach, tu proponujemy edukację poprzez zabawę, relaks i śmiech

13.00 -13.30 obiad

13.30-14.00 odpoczynek i rekreacja

14.00- 16.00 warsztaty dla dzieci „ Być dorosłym , czy dzieckiem? Dzieci będą mogły podzielić się swoimi spostrzeżeniami na temat dorosłych, ale przede wszystkim podzielić się tym, czego najbardziej potrzebują od swoich najbliższych i co im przeszkadza, a co pomaga w komunikacji z nimi, później przedstawią rodzicom swoje oczekiwania, pomysły i pragnienia.

Rodzice w tym czasie mogą skorzystać z zajęć sportowych, pływalni, siłowni itp. oraz konsultacji z psychologiem, pedagogiem, specjalistą terapii uzależnień

16.00- 18.00 Komunikacja między pokoleniami – warsztaty z komunikacji dzieci + rodzice, głównym celem jest



uzyskanie tego, czego najbardziej potrzebują dzieci, a mianowicie tego, by dorośli je usłyszeli i zrozumieli, to rodzice są przecież odpowiedzialni za swoje dzieci, a brak komunikacji powoduje różnego rodzaju patologie i niebezpieczne zachowania dzieci i młodzieży.

18.00- 18.30 kolacja

19.00- 20.30- warsztaty dla rodziców „ Miłość i wychowanie”, Warsztaty są przeznaczone dla rodziców, by nabyli umiejętności wychowawcze, by swoją mądrością i miłością mogli przeciwdziałać uzależnieniom swoich dzieci. Uzależnienie bowiem rodzi się z braku : albo braku miłości, albo braku wolności, albo braku norm i zasad. Pozwolą one lepiej zrozumieć swoje dzieci, ich motywacje, którymi się kierują oraz wyposażyć ich w umiejętności i metody, by mogli osiągnąć zamierzone cele w wychowaniu, pozbyć się nadmiernego obciążenia emocjonalnego, kierować się lekkością i wykorzystywać żart

Cele :

- Nabycie nowych i rozwój umiejętności wychowawczych
- Wyposażenie w metody wychowawcze
- Umiejętności komunikacyjne w relacji rodzic- dziecko
- Zrozumienie własnego dziecka, jego zachowań, mechanizmów działania i potrzeb dziecka
- Nabywanie umiejętności stawiania i respektowania granic
- Poznanie własnych celów wychowawczych
- Stawianie celów wychowawczych
- Rozwijanie samodzielności dziecka
- System motywacji dzieci
- Różnice między ślepą miłością a miłością bezwarunkową
- Bezwarunkowa miłość zaporą przed uzależnieniami

a dzieci w tym czasie mają czas zajęty na zabawy integracyjne i relaks

20.30-21.30 podsumowanie dnia, omówienie zajęć z bieżącego i następnego dnia

21.30- 22.00 przygotowanie do ciszy nocnej

22.00- 7.00 cisza nocna

10.12. 2017

7.00- pobudka

7.30- 8.00 śniadanie

8.00- 13.00 Mapa marzeń – warsztat W CZASIE KTÓREGO RODZICE I DZIECI TWORZĄ SWOJE MAPY MARZEŃ, JEST TO CZAS DO WSPÓLNEJ ROZMOWY, UWAŻNOŚCI DLA SWOICH BLISKICH, ALE TEŻ MOŻLIWOŚĆ POZNANIA SIEBIE. UCZESTNICY POD KIERUNKIEM TRENERA BĘDĄ WYKLEJAĆ MAPE MARZEŃ. s marzeń, uświadamiając sobie własne pragnienia i marzenia, praca ta jest okazją do rozmowy indywidualnej z dzieckiem i poznanie jego potrzeb i problemów. Dlatego w zajęciach uczestniczyć będzie dwóch trenerów, którzy swoim wsparciem

obejmą wszystkie dzieci. To działanie ma na celu pobudzić dzieci i rodziców do kreatywności i przede wszystkim do wyposażenia ich w umiejętności dążenia do celu, a jednocześnie to możliwość poznania innego, kreatywnego spędzania czasu.

**Przebieg zajęć:**

- rozmowa kierowana w celu poznania uczestników
- poszukiwanie w czasopiśmie własnych pragnień
- omówienie założeń mapy marzeń i stworzenie własnego planu mapy
- wykonanie pracy
- prezentacja pracy

**13.00-13.30 obiad**

**14,00-16.00 Warsztat podsumowanie wspólnej pracy, ankieta uczestników, wspólne zdjęcia**

**16.00 wyjazd**

**17.00 przyjazd do Płocka**

**10-17.12.2017 r sprawozdanie i rozliczenie zdania**

## **2. Zakładane rezultaty realizacji zadania publicznego**

Przewidywane działania mają przede wszystkim na celu podniesienie umiejętności komunikacji dzieci i dorosłych. To właśnie dorośli mają sobie uświadomić, że muszą być oparciem dla dzieci i młodzieży, by sięgały po środki zmieniające świadomość. Uczestnicy wzmocnią własne poczucie wartości, więzi rodzinne i społeczne, a przede wszystkim zostaną wyposażeni w nowe umiejętności, które pozwolą im rozwinąć skrzydła. To przeciwdziałanie patologiom społecznym i obudowa więzi rodzinnych i społecznych. Rodzice zdobędą umiejętności wychowawcze, by swoją mądrością i miłością mogli przeciwdziałać uzależnieniom swoich dzieci. Zrozumieją, że uzależnienie rodzi się z braku: albo braku miłości, albo braku wolności, albo braku norm i zasad. Będą lepiej rozumieć swoje dzieci, ich motywacje, którymi się kierują oraz nauczą się, jak wyposażać ich w umiejętności i metody, by mogli osiągnąć zamierzone cele w wychowaniu, pozbyć się nadmiernego obciążenia emocjonalnego, kierować się lekkością i wykorzystywać żart. Dzieci i młodzież poznają własne potrzeby i pragnienia, a także w formie twórczej i kreatywnej pedagogiki poznają własne możliwości i marzenia. Projekt ma otworzyć na siebie dzieci i rodziców, by zapobiegać uzależnieniom i patologiom społecznym.



**IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego** (w przypadku większej liczby kosztów istnieje możliwość dodania kolejnych wierszy)

Lp.	Rodzaj kosztu	Koszt całkowity (zł)	do poniesienia z wnioskowanej dotacji <sup>3)</sup> (zł)	do poniesienia ze środków finansowych własnych, środków pochodzących z innych źródeł, wkładu osobowego lub rzeczowego <sup>4)</sup> (zł)
1.	Pobyty w hotelu 12.Dębów w Zażdzierzcu	4000	4000	0
2.	Wynajęcie autobusu	1080	1080	0
3.	Trener – prowadzenie 5 warsztatów	1000	1000	0
4.	Wychowawca - animator	800	800	0
5.	Konsultacje psychologa -6 h	300	300	0
6.	Konsultacje pedagoga-6h	300	300	0
7.	Konsultacje specjalisty terapii uzależnienia i współuzależnienia- 6h	300	300	0
8.	Koordinator projektu	600	600	0
9.	Promocja projektu	300	0	300
10.	Catering( II śniadanie w dniu przyjazdu, obsługa warsztatów)	1000	1000	0
11.	Obsługa informatyczna ( przygotowanie promocji, zapis projektu, zrobienie zdjęć, filmu)	300	300	0
12.	Obsługa księgową	200	0	200
13.	Zakup materiałów papierniczych	500	300	200
<b>Koszty ogółem:</b>		<b>10680</b>	<b>9980</b>	<b>700</b>

Oświadczam(-y), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta;
- 2) w ramach składanej oferty przewidujemy ~~pobieranie~~\*/niepobieranie\* świadczeń pieniężnych od adresatów zadania;
- 3) wszystkie podane w ofercie oraz załącznikach informacje są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 4) oferent\*/oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)\*/zalega (-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 5) oferent\*/oferenci\* składający niniejszą ofertę nie zalega (-ją)\*/zalega (-ją)\* z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne.

.....  
*Beata Rybniak*  
 .....

(podpis osoby upoważnionej  
 lub podpisy osób upoważnionych)

<sup>3)</sup> Wartość kosztów ogółem do poniesienia z dotacji nie może przekroczyć 10 000 zł.

<sup>4)</sup> W przypadku wsparcia realizacji zadania publicznego.

do składania oświadczeń woli w imieniu  
oferenta)

Data 10 listopada 2017

**Załącznik:**

W przypadku gdy oferent nie jest zarejestrowany w Krajowym Rejestrze Sądowym – potwierdzona za zgodność z oryginałem kopia aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji.