

MD/SP/2020/145



Urząd Miasta Szczecin  
 Biuro Dialogu Obywatelskiego  
 pl. Armii Krajowej 1, 70-456 Szczecin  
 tel. + 48 91 42 45 105  
 bdo@um.szczecin.pl · www.szczecin.pl

BDO-4

## 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 jest adresowana oferta	Prezydent Miasta Szczecina
2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>	ochrona i promocja zdrowia

## 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 oferenta - Fundacja Centrum Rozwoju i Pomocy Psychologicznej „Intera” ul. Kaszubska 57, 71-799 Szczecin	
Forma prawna – fundacja	
Numer Krajowego Rejestru Sądowego – 0000820808 NIP 8513244616 REGON 385133530	
Adres do korespondencji – ul. Andersena 35, 71-799 Szczecin	
Adres e-mail: centrum.intera@gmail.com	
Strona www: <a href="https://www.facebook.com/Fundacja-Centrum-Rozwoju-i-Pomocy-Psychologicznej-Intera-106721504303418/">https://www.facebook.com/Fundacja-Centrum-Rozwoju-i-Pomocy-Psychologicznej-Intera-106721504303418/</a> ; <a href="http://www.interacentrum.org">www.interacentrum.org</a> (w trakcie budowy)	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	

## III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Umiejętności antykrzysowe dla mieszkańców Szczecina
------------------------------	---

<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 (Dz. U. z 2018 r. poz. 450, z późn. zm.)

2. Termin realizacji zadania publicznego <sup>1)</sup>	Data rozpoczęcia	13 maja 2020	Data zakończenia	10 sierpnia 2020
--	------------------	--------------	------------------	------------------

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

#### UZASADNIENIE I CEL DZIAŁAŃ:

Fundacja powstała, aby dostarczać społeczeństwu wysokiej jakości usług psychologicznych i psychoterapeutycznych. Obecnie zapotrzebowanie na wsparcie psychologiczne jest bardzo wysokie przez sytuację epidemiologiczną w kraju.

Całe społeczeństwo, w tym mieszkańcy Szczecina, odczuwa w mniejszym lub większym stopniu skutki pandemii. Niezależnie od statusu materialnego czy zawodu funkcjonowanie ludzi jest zaburzone – a efekty tych zmian będą widoczne w nadchodzącej przyszłości. Problemy szczególne wynikające ze stanu pandemii, to m.in.:

1. Wysoki poziom stresu i lęku osób pracujących „na pierwszej linii frontu” – problem dotyczy m.in. służb medycznych (lekarzy, pielęgniarek, personelu wspomagającego); pracowników usług (np. sklepów, stacji benzynowych), służ mundurowych (Policja, Wojsko). Osoby te działają w warunkach wysokiej niepewności oraz presji. Społeczeństwo oczekuje się od nich gotowości do działania, która dodatkowo generuje stres. Osoby te potrzebują wsparcia w zrozumieniu i uspokojeniu targających nimi emocji.
2. Lęk osób zagrożonych zwolnieniem i utratą dochodów – dotyczy to szerokiego grona pracowników zatrudnionych na umowach o pracę oraz umowach cywilnoprawnych, ale też przedsiębiorców. Wiele osób doświadcza bardziej lub mniej realnego lęku dotyczącego ich sytuacji na rynku pracy. Obecnie możliwości znalezienia nowej pracy i przekwalifikowania są mocno ograniczone. Osoby w okresie wypowiedzenia lub takie, które nagle utraciły źródło dochodów pozostają w „zawieszeniu” zawodowym. Ten stan wywołuje u wielu osób duży poziom stresu i niepokoju.
3. Obniżony nastrój osób przebywających w samotności – chodzi tu głównie o osoby poddane kwarantannie oraz osoby samotne. Osoby na kwarantannie nagle tracą możliwość utrzymywania kontaktów społecznych z osobami bliskimi. W wielu przypadkach to sytuacje trudne emocjonalnie jak np. rozstania rodziców z dziećmi. Osoby starsze, które często już wcześniej doświadczały samotności, zostały pozbawione nawet namiastek relacji społecznych np. wyjść do kościoła, lekarza, parku.
4. Pogłębienie się zaburzeń psychicznych osób chorych – stan epidemii nastawił zdolności adaptacyjne każdego człowieka na próbę. Osoby, których zdolności adaptacyjne były już wcześniej obniżone, doznają wielokrotnie bardziej dotkliwych objawów lęku niż osoby zdrowe. Dodatkowo osoby te zostały pozbawione możliwości kontynuowania leczenia stacjonarnego, mają też utrudniony dostęp do leczenia farmakologicznego.
5. Problemy wychowawcze – w rodzinach, w których dzieci i młodzież przebywają w domach, wielokrotnie się ryzyko wystąpienia problemów wychowawczych. Dzieci często źle reagują na zmianę rutyny szkolnej. Rodzice muszą zorganizować im czas aby zapewnić wypełnienie obowiązku szkolnego, pozbawieni są też najczęściej wsparcia starszego pokolenia. Szczególnie w rodzinach, gdzie jest kilkoro dzieci, jest to trudny czas pod względem opanowywania emocji i radzenia sobie ze stresem.

Opisane wyżej problemy nie znikną w dniu ogłoszenia zakończenia stanu epidemii. Problemy o charakterze długotrwałym, które będą wymagały oddziaływań jeszcze przez wiele miesięcy, a nawet lata to m.in.:

- Odroczone skutki długotrwałego i silnego stresu – m.in. zaburzenia snu, zaburzenia odżywiania, choroby psychosomatyczne, zaburzenia lękowe, nałogi.
- Zaburzenia zdolności adaptacyjnych – m.in. trudność odnalezienia się w nowych warunkach społecznych i gospodarczych, lękowe reakcje na zmiany.
- Zaburzenia nastroju – np. depresje, też u dzieci i młodzieży

Celem projektu jest zmniejszenie poziomu lęku i niepokoju oraz wzmocnienie zdolności adaptacyjnych mieszkańców Szczecina, których funkcjonowanie zostało zaburzone przez epidemię.

#### MIEJSCE REALIZACJI

Miasto Szczecin oraz on-line

#### DZIAŁANIA

<sup>1)</sup> Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.

Fundacja w ramach projektu zapewni następujące wsparcie na rzecz osiągnięcia celu głównego:

1. **Sesje psychologiczne on-line (indywidualne), w zależności od charakteru problemu – min.**
  - a. **Wsparcie interwencyjne w kryzysie (on-line)** – dla osób, których życie zmieniło się w nagły i niespodziewany sposób w związku z epidemią. Są to m.in. pracownicy służb medycznych doznających lęku związanego z bezpieczeństwem własnym i osób bliskich; osoby, które z dnia na dzień straciły zatrudnienie i ze względu na warunki gospodarcze nie są w stanie podjąć go w innej formie; osoby pracujące w usługach, które cały czas pracują, ale obawiają się zakażenia. Te osoby wymagają wsparcia psychologicznego tu i teraz, dzięki czemu będą mogły w sposób ciągły wypełniać swoje zadania i aktywnie reagować na nowe warunki funkcjonowania, nawet pod dużą presją.
  - b. **Wsparcie emocjonalne (on-line)** - dla osób samotnych, w kwarantannie i samotnych. Te osoby potrzebują pomocy w utrzymaniu nastroju na poziomie pozwalającym przetrwać czas wymuszonej izolacji społecznej.
  - c. **Wsparcie dla osób zagrożonych uzależnieniem, uzależnionych i współuzależnionych** – wsparcie doraźne nakierowane na rozwiązanie problemów, jakie mogą się pojawić jako skutki pandemii. Porady bieżące dla podopiecznych projektu. Niestety uzależnienia prawdopodobnie zwiększą swój zasięg wśród społeczności w trakcie i po epidemii.
  - d. **Wsparcie psychologiczno – pedagogiczne (on-line)** – opiekunowie dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym zostali postawieni przed nowymi wyzwaniami – ciągłą opieką nad wszystkimi dziećmi w rodzinie. Doznają oni ambiwalentnych uczuć – z jednej strony mają poczucie przeciążenia obowiązkami (zajmowanie się domem, praca zdalna, nauczanie zdalne). Z drugiej – czują się niekomfortowo z własnymi obawami, ponieważ społeczna presja sugeruje, że zajmowanie się własnymi dziećmi nie powinno sprawiać żadnych problemów.
2. **Grupa wsparcia** – grupa dla max 8 osób doznających lęku i niepokoju związanych z epidemią. Grupy dają inny rodzaj korzyści niż wsparcia indywidualne, w oparciu o proces grupowy. Grupa odbędzie do 8 spotkań on-line.
3. **Szkolenia i warsztaty on-line (15 h)** – przygotujemy i przeprowadzimy 5 szkoleń on-line dotyczących ważnych obecnie problemów. Będą to nowe szkolenia, których program będzie skonstruowany, tak aby odpowiadał na bieżące problemy dot. pandemii :
  - a. Radzenie sobie z trudnymi emocjami (2 x 1,5 h) - jak izolacja wpływa na nasz stan psychiczny, radzenie sobie z lękiem i niepokojem
  - b. Dzieci w domu – szanse, trudności i wyzwania (2 x 1,5 h) - jakie emocje przeżywają dzieci, jak pomóc im zrozumieć sytuację epidemii w zależności od wieku, jak rozmawiać z dziećmi o zmianie ich codzienności
  - c. Depresja dziecięca - jak rozpoznać i jak sobie radzić (2 x 1,5 h) - niepokojące objawy, gdzie szukać pomocy, jak wspierać dziecko z obniżonym nastrojem
  - d. Zarządzanie czasem w pandemii (2 x 1,5 h) – jak znaleźć obszary kontroli, jak nie mieć poczucia zmarnowanego lub wymuszonego czasu,
  - e. Planowanie w dobie kryzysu (2 x 1,5 h) – weryfikacja celów długoterminowych, jak określać cele w sytuacji niepewności.

Szacujemy, że w szkoleniach weźmie udział min. 25 osób. Nie określamy maksymalnej liczby uczestników, ponieważ zależy to od rozwiązania (np. Live na Facebook pozwala na uczestnictwo wielu tysiącom osób). Nagrania szkoleń będą dostępne on-line także po ich zakończeniu. W ramach szkolenia prowadzący będzie także odpowiadał na pytania uczestników zadane do 4 dni po szkoleniu (telefonicznie i via e-mail).

#### GRUPA DOCELOWA I SPOSÓB DOTARCIA DO NIEJ

Mieszkańcy Szczecina, którzy bezpośrednio skorzystają z projektu:

- służby medyczne (lekarze, pielęgniarki, personel wspomagający)
- pracownicy usług (np. sklepów, stacji benzynowych)
- służby mundurowe (Policja, Wojsko)
- osoby zagrożone zwolnieniami i utratą dochodów
- osoby poddane kwarantannie
- osoby samotne
- osoby starsze (seniorzy)
- osoby z chorobami psychicznymi

- rodzice
- dzieci i młodzież

W/w wymienione grupy bezpośrednio narażone są na emocjonalne konsekwencje pandemii – dotyczą ich wprost problemy opisane w poprzednim punkcie. Będą oni bezpośrednimi beneficjentami wsparcia zrealizowanego dzięki uzyskanemu dofinansowaniu.

Osoby z m. Szczecina, które pośrednio skorzystają z projektu nastawionego na rozwój organizacji:

- rodziny osób objętych wsparciem
- pracodawcy

Fundacja ma aktywny profil na Facebook, gdzie rozpowszechnia informację o swoich działaniach. U uruchomiliśmy tam także automatyczne zapisy, dzięki którym osoby potrzebujące mogą się zapisać na sesje. Jesteśmy w trakcie budowy strony internetowej, dzięki której będziemy mogli dokładnie opisać nasze działania i aktualizować szczegóły oferowanego wsparcia.

O naszych działaniach informujemy takie organizacje jak Sektor3 oraz SZOWES (jesteśmy uczestnikiem projektu SZOWES). Nasi współpracownicy i wolontariusze przekazują informację o działaniach Fundacji w miejscu zatrudnienia m.in. szpitala Zdroje, MOPR Szczecin, poradnie pedagogiczno-psychologiczne, przedszkola i szkoły.

O podejmowanej inicjatywie poinformujemy m.in. portale wSzczecinie i NGO.pl.

Wsparcie w ramach projektu będzie bezpłatne dla jego uczestników.

#### 4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Liczba godzin przeprowadzonych sesji indywidualnych on-line	30	Dziennik pracy, dane z komunikatora
Liczba godzin grupy wsparcia	8	Dziennik pracy, dane z komunikatora
Liczba godzin szkoleń on-line	15	Nagrania szkoleń
Liczba uczestników szkoleń	25	Lista zapisów
Liczba uczestników grupy wsparcia	8	Lista zapisów

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

Fundacja Centrum Rozwoju i Pomocy Psychologicznej „Intera” powstała z końcem 2019 roku. Celem Fundacji jest prowadzenie działalności społecznie użytecznej dla ogółu społeczeństwa o charakterze publicznym w zakresie ochrony i promocji zdrowia, działalności na rzecz rodziny, macierzyństwa, rodzicielstwa, upowszechniania i ochrony praw dziecka; pomocy społecznej, oświaty, nauki, wychowania i edukacji; rehabilitacji zawodowej i społecznej osób zagrożonych wykluczeniem społecznym oraz dobroczynności.

Zasoby kadrowe Fundacji:

1. Antoni Piwowarczyk (Prezes)- z wykształcenia jest pedagogiem i psychoterapeutą. Jego prawie 30 letnie doświadczenie zawodowe obejmuje m.in. pracę jako kurator zawodowy, specjalista pracy z rodziną, wychowawca w schronisku dla nieletnich, trener (szkolenia rozwojowe, grupy m.in. dla osób doznających przemocy w rodzinie oraz indywidualna praca ze sprawcami przemocy), psychoterapeuta. Od prawie 10 lat prowadzi prywatny gabinet psychoterapeutyczny. Od 2000 roku jest Prezesem i Instruktorem Głównym Szczecińskiego Stowarzyszenia Kung Fu Pięciu Zwierząt, gdzie propaguje zdrowy styl życia i wschodnie sztuki walki.
2. Iwona Piwowarczyk (W-ce Prezes)- wykształcenie pedagogiczne, a także zarządzanie zasobami ludzkimi, komunikacja społeczna. Doświadczenie zawodowe w obszarze resocjalizacji (kurator społeczny) i wychowania (wychowawca w Pogotowiu Opiekuńczym). Innowator społeczny (autorka innowacji MIKOD – model interaktywnego kształcenia osób dorosłych). Od 10 lat zajmuje się zawodowo projektami edukacyjnymi, społecznymi i aktywizacyjnymi, w tym EFS, RPO. Od 8 lat trener umiejętności interpersonalnych (ponad 2 tys. h). Autorka kilkudziesięciu dofinansowanych projektów. Wieloletnie doświadczenie w rozliczaniu, promocji i rekrutacji. Doświadczenie w zarządzaniu zespołami i podmiotem prawa handlowego.

3. Agnieszka Abramowska-Szagun (W-ce Prezes) –z wykształcenia jest pedagogiem, psychologiem i psychoterapeutą. Prowadzi swój gabinet psychoterapii a także współpracuje z Zachodniopomorskim Instytutem Psychoterapii. Przez kilka lat związana była z Pogotowiem Opiekuńczym (wychowawca), jak również z Samodzielnym Publicznym Specjalistycznym Zakładem Opieki Zdrowotnej Szczecin Zdroje (psychoterapeuta, diagnosta, terapeuta grupowy).

4. Wolontariusze i współpracownicy – dyplomowani psychologowie i psychoterapeuci: Zuzanna Leszczyńska, Anna Nowicka, Martyna Majewska, Kamil Bondarczuk, Marcelina Bondarczuk

Fundacja z początkiem roku 2020 podjęła współpracę z ZUT w Szczecinie. W lutym br. przeprowadziliśmy warsztat z zakresu radzenia sobie ze stresem dla studentów uczelni. Także w lutym 2020 r. Fundacja była współorganizatorem (wraz z Ośrodkiem Psychoterapii Mały Książę) dwóch szkoleń dla osób pracujących terapeutycznie z dziećmi (Praca z dziećmi z perspektywy teorii przywiązania oraz Setting w pudełku). W szkoleniach 20 osób podniosło swoje kompetencje. Od marca, w związku z sytuacją epidemiologiczną w kraju, Fundacja niesie pomoc związaną z pandemią. Wdrożyliśmy projekt udzielania wsparcia psychologicznego osobom dotkniętym skutkami pandemii. Udzielamy bezpłatnego wsparcia on-line (<https://www.facebook.com/Fundacja-Centrum-Rozwoju-i-Pomocy-Psychologicznej-Intera-106721504303418/>) dla wszystkich potrzebujących osób - od personelu medycznego, przez personel pracujący w usługach i osoby przebywające w kwarantannie do osób zagrożonych zwolnieniem. Duże zapotrzebowanie na wsparcie jest też w środowisku rodziców, którzy pozostają w domach z dziećmi. Obecnie Fundacja udziela bezpłatnego wsparcia po umówieniu się na indywidualny termin (ok. 3h/tydzień) oraz ma dwa stałe dyżury (2h/tydzień). Do projektu zaangażowaliśmy wolontariuszy – obecnie to 3 doświadczonych psychoterapeutów i psychologów. Nie mogą oni jednak zwiększyć swojego zaangażowania w formie bezpłatnej, ponieważ tak samo jak reszta społeczeństwa, doświadczają problemów ekonomicznych.

Fundacja otrzymała dofinansowanie na realizację działań statutowych (szkolenia z zakresu depresji dziecięcej dla dzieci, młodzieży, rodziców oraz osób pracujących wychowawczo) w ramach konkursu #mikroDOTACJE | (Sektor 3 Szczecin - <http://mikrodotacje.pl/wyniki-pierwszego-naboru-2020.html>).

W projekcie zostanie użyty sprzęt użyczony przez wykonawców. Fundacja udostępni swoją siedzibę jako miejsce do nagrań szkoleń on-line. Projekt ma charakter dofinansowania. Poziom bezpłatnego wsparcia wolontariuszy zostanie utrzymany przez okres realizacji działań.

Wszystkie osoby zaangażowane do realizacji projektu będą posiadały min. dwuletnie doświadczenie zawodowe.

#### IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie psychoterapeuty (ubrutto) 3 miesiące x 10 h x 100,00	3000,00		
2.	Wynagrodzenie trenera on-line – przygotowanie, przeprowadzenie i zapewnienie warunków technicznych do nagrania oraz doradztwo po szkoleniu (ubrutto) 5 szkoleń x 650 zł	3250,00		
3.	Wynagrodzenie psychologa/psychoterapeuty prowadzącego grupę wsparcia on-line (ubrutto) 120,00 x 8h	960,00		
4.	Promocja na Facebook -pozyskanie uczestników (3 miesiące x 200 zł)	600,00		
5.	Obsługa księgowa projektu (3 miesiące x 150 zł)	450,00		
6.	Koordinacja i rozliczenie projektu (rekrutacja, promocja, przygotowanie umów, sprawozdawczość, monitoring) 3 miesiące x 450 zł	1350,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		9610,00		

## V. Oświadczenia

Oświadczam(-my), 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.

Antoni Piwowarczyk – Prezes

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

Data 21.04.2020 r.

Fundacja Centrum Rozwoju  
i Pomocy Psychologicznej "INTERA"  
ul. Kaszubska 57, 70-402 Szczecin  
NIP 8513244616 REGON 385133530  
KRS 0000820808  
www.interacentrum.org