

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	Prezydent Miasta Szczecin
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	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: Fundacja Programów Społecznych "Aria" , Forma prawna: Fundacja , Numer Krs: 0000503958 , Kod pocztowy: 70-477 , Poczta: szczecin , Miejscowość: Szczecin , Ulica: Wojska Polskiego , Numer posesji: 56 , Numer lokalu: 2 , Województwo: zachodniopomorskie , Powiat: Szczecin , Gmina: m. Szczecin , Strona www: www.fundacja-aria.pl , Adres e-mail:	
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	Szkoła dojrzałości emocjonalnej- cykl warsztatów o tematyce psychologicznej			
2. Termin realizacji zadania²⁾	Data rozpoczęcia	22.10.2021	Data zakończenia	31.12.2021

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

Opis zadania

Każdy z nas kieruje się dwiema podstawowymi i zależnymi od siebie rodzajami inteligencji:

- racjonalną (określaną zazwyczaj jako IQ),
- emocjonalną (określaną zazwyczaj jako EQ).

Jedynie w sytuacji współpracy obydwu wymienionych, możemy rozwijać się holistycznie i w pełni świadomie.

Dojrzałość emocjonalną EQ, rozumie się jako zdolność znoszenia cierpień, zwiększanie pozytywnych, społecznie dodatnich reakcji emocjonalnych, emocjonalną niezależność od środowiska czy umiejętność udzielenia pomocy innym (prospołeczność). Utożsamiana jest z brakiem niskiej samooceny, zdolnością przystosowania się do grupy, poczuciem rzeczywistości i zdolnością adaptacji do okoliczności.

Projekt ma na celu realizację cyklu warsztatów psychologicznych na temat rozwoju emocjonalnego człowieka (EQ) dążąc tym samym do społeczeństwa o wysokim wskaźniku dojrzałości, czyli do wysokiego zadowolenia ich samych z jakości życia.

Podczas warsztatów organizowanych przez Fundację uczestnicy będą mieli szansę na zdobycie umiejętności pozwalających im na efektywny rozwój inteligencji emocjonalnej oraz poszerzyć kompetencje psychologiczne i społeczne.

Skutki płynące z realizacji warsztatów mające bezpośrednio wpływ na relacje mieszkańców:

- kształtowanie postaw otwartych w życiu społecznym;
- integrowanie (także międzypokoleniowe) mieszkańców;
- wspólne dzielenie się doświadczeniami oraz wiedzą przez uczestników;
- inspirowanie szczecinian do działania;
- niwelowanie osamotnienia;

W ramach projektu realizowana będzie między innymi tematyka:

- pozytywnego i realnego obrazu siebie;
- akceptowania swojej osoby;
- braku dominacji oraz uległości w relacjach;
- przyjmowania uznania i krytyki;
- odpowiedzialności i sumienności;
- poczucia bezpieczeństwa;
- asertywności;
- umiejętności oparcia się presji środowiska;
- radzenia sobie z osamotnieniem;
- akceptacji i zaspokajania własnych potrzeb;

Zmiany w rozwoju psychologicznym uczestników:

- umiejętność empatycznego wniknięcia w przeżycia innych ludzi;
- zdolność do radzenia sobie z emocjami negatywnymi;
- świadomość własnych przeżyć emocjonalnych;
- umiejętność różnicowania emocji korespondujących ze wspólną ekspresją od stanów pozbawionych ekspresji;
- umiejętność różnicowania emocji i werbalnego opisywania stanów emocjonalnych;

-umiejętność wykorzystania wiedzy o partnerze interakcji w celu wnioskowania o jego przeżyciach;
-znajomość kulturowych reguł i norm emocjonalnych;
-zdolność do akceptacji perspektywy interakcyjnej w relacjach interpersonalnych;
-wiedza na temat natury relacji interpersonalnych;
-zdolność do emocjonalnej samowystarczalności, akceptacja swojego emocjonalnego doświadczenia, równowaga emocjonalna, poczucie własnej skuteczności emocjonalnej i kontrola nad emocjami.

Opis działań promocyjnych:

1. W ramach działań promocyjnych wykonany zostanie plakat informacyjny promujący warsztaty i zachęcający mieszkańców Szczecina do pracy nad rozwojem emocjonalnym;
 2. Plakat zostanie zamieszczony na Fanpage'u Fundacji stworzonego podczas wcześniejszych działań związanych z warsztatami psychologicznymi Fundacji (Przez.tv) i tam promowany będzie wśród użytkowników.
 3. Plakat informacyjny promowany będzie w mediach społecznościowych- będzie to minimum 5 grup lokalnych na Facebooku, gdzie oprócz publikacji informacji na temat warsztatów wchodząc będziemy w interakcję z użytkownikami, odpowiadając na wszelkie pytania i wątpliwości.
- Cały projekt dotyczący inteligencji emocjonalnej oraz rozwoju osobistego człowieka przyczyni się do pozytywnego kształtowania wizerunku miasta w ramach realizowanych działań promocyjnych.

Opis potrzeby realizacji dotacji:

Najważniejszą potrzebą podkreślającą celowość powyższego projektu jest argument, że w społeczeństwie dojrzałym emocjonalnie żyje się nam lepiej, ponieważ społeczeństwo o wysokim EQ jest mniej agresywne, lepiej radzi sobie ze stresem, z większą łatwością komunikuje się między sobą oraz wykazuje się wzajemnie do siebie większą empatią i pomocą w trudnych sytuacjach.

Odnosząc się do aktualnej sytuacji w kraju, według badań zrealizowanych Przez Uniwersytet Medyczny we Wrocławiu z dnia 12 października 2020 roku wynika, że :

1. Pandemia COVID–19 w znaczący sposób wpłynęła na kondycję psychiczną Polaków, powodując wzrost poczucia lęku, strach oraz obawę o przyszłość.
2. 71% ankietowanych w różnym stopniu wykazało lęk o różnym stopniu natężenia, przy czym 44% respondentów uzyskało wynik w skali GAD–7, wskazujący na występowanie cech zespołu lęku uogólnionego.
3. Istnieje potrzeba dodatkowego wsparcia psychicznego Polaków w dobie pandemii COVID–19. Powyższe wyniki badań są jednoznaczne i bardzo zgodne z naszymi obserwacjami na terenie miasta Szczecin.

Realizując przez ostatnie lata warsztaty dla naszych beneficjentów zauważyliśmy, na podstawie zrealizowanych ankiet, że nasi beneficjenci deklarują niewystarczające i za mało dostępne wsparcie psychologiczne na rynku (70% ankietowanych). Uczestnicy warsztatów deklarowali chęć skorzystania z warsztatów o tematyce związanej z rozwojem osobistym i poradnictwem psychologicznym. Odpowiadając na potrzeby naszych beneficjentów, chcielibyśmy uruchomić właśnie powyższe warsztaty będące kontynuacją dotychczasowych projektów.

Z informacji zwrotnych od naszych beneficjentów wynika, że w dobie pandemii dotkliwiej odczuwają osamotnienie. Warsztaty pomogą zjednoczyć uczestników, a dla osób chętnych dadzą również możliwość zorganizowania innych, już własnych spotkań w realu, poprzez otwarcie się na nowe znajomości. Poczucie wspólnoty poprzez znalezienie osób o podobnych problemach jest bardzo ważnym elementem wychodzenia z ciężkich sytuacji życiowych.

Od roku 2017 przy pomocy dofinansowania z Urzędu Miasta Szczecin, z podobnego projektu

świadczącego pomoc psychologiczną, skorzystało łącznie około 600 osób. Były to osoby zarówno z miasta Szczecina, ale także z innych miejscowości, a nawet Polacy mieszkający za granicami naszego kraju. Nasz projekt oceniło kilkaset ankietowanych i ok 90% z nich deklarowało poprawę jakości życia, polepszenie jakości relacji rodzinnych i zwiększenie wiedzy w zakresie rozwoju osobistego. Powyższy projekt byłby niejako kontynuacją dotychczasowych działań i odpowiedzią na potrzeby naszych beneficjentów.

Odbiorcy projektu:

Projekt kierowany jest do szerokiego grona odbiorców, które reprezentować mogą różne środowiska oraz grupy wiekowe.

Upowszechnienie rezultatów:

Publikacja plakatu podsumowującego rolę rozwoju inteligencji emocjonalnej w życiu człowieka i jego publikacja w mediach społecznościowych.

Miejsce realizacji

Warsztaty realizowane będą w biurze Fundacji: al. Wojska Polskiego 56/2 w Szczecinie.

Przygotowani i otwarci jesteśmy również do realizacji warsztatów w formie on-line, w przypadku zgłoszenia chętnych na taką formę warsztatów, część godzin realizowana będzie w takiej formie.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Realizacja warsztatów przez dwie osoby prowadzące	24 godzin	fv, umowa, lista obecności
Ilość uczestników	40 osób	lista obecności
Realizacja plakatu informacyjnego	1 sztuka	fv
Nabycie nowych umiejętności	minimum 60% ankietowanych będzie deklarować poprawę	wywiady z uczestnikami, realizacje ankiet
Zwiększenie motywacji	minimum 60% ankietowanych będzie deklarować poprawę	wywiady z uczestnikami, realizacje ankiet
Zwiększenie aspiracji zawodowych i osobistych	minimum 60% ankietowanych będzie deklarować poprawę	wywiady z uczestnikami, realizacje ankiet

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

Charakterystyka oferenta

Fundacja Programów Społecznych "Aria" powstała w 2014 roku. Od pierwszego dnia działalności realizowała warsztaty szkoleniowe dotyczące rozwoju osobistego, terapii uzależnień i wsparcia psychologicznego oraz dietetycznego. Działania realizowała na rynku lokalnym w Szczecinie oraz na rynku międzynarodowym świadcząc pomoc w formie on-line głównie dla Polonii poza granicami naszego kraju. Fundacja po niecałym roku działalności zaczęła pozyskiwać już pierwsze dofinansowania zewnętrzne, szybko uzyskując zaufanie w środowisku publicznym.

Gdybyśmy misję Fundacji mieli ująć w trzech słowach byłaby to poprawa jakości życia-pomoc beneficjentom, dająca im wsparcie psychiczne oraz porady zdrowotne (dietetyczne) aby polepszyć ich jakość życia w tych aspektach.

Pragniemy by usługi społeczne były bardziej dostępne, dlatego staramy się wypełniać „luki” w pomocy niesionej przez inne instytucje m.in. poprzez bezpłatne konsultacje czy świadcząc pomoc w sposób bardziej nowoczesny i przystępny.

Od roku 2017 z naszych warsztatów i konsultacji indywidualnych skorzystało łącznie około 600 osób. Były to osoby zarówno z miasta Szczecina, ale także z innych miejscowości, a nawet Polacy mieszkający za granicami naszego kraju. Nasz projekt oceniło kilkaset ankietowanych i ok 90% z nich deklarowało poprawę jakości życia, polepszenie jakości relacji rodzinnych i zwiększenie wiedzy w zakresie rozwoju osobistego. Powyższy projekt byłby niejako kontynuacją dotychczasowych działań i odpowiedzią na potrzeby naszych beneficjentów.

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja ze środków własnych i dofinansowań:

1. Realizowała coaching, poradnictwo dietetyczne, psychoterapie grupowe oraz indywidualne stacjonarnie oraz online;
 2. Tworzyła i rozpowszechniała artykuły popularnonaukowe, promując zdrowy tryb życia psychofizycznego;
 3. Prowadziła kampanie informacyjne w mediach społecznościowych dotyczące rozwoju osobistego;
 4. Realizowała darmowe konsultacje mailowe ze specjalistami zatrudniając psychologów, psychoterapeutów, terapeutów uzależnień, trenerów rozwoju osobistego, coachów i dietetyków.
- Dofinansowania rozliczone z Urzędem Miasta Szczecin na przełomie ostatnich lat o zbliżonej tematyce (warsztaty, szkolenia, poradnictwo):

2017 rok:

1. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Udzielanie wsparcia środowiskom abstynenckim poprzez prowadzenie klubu abstynenta na terenie Gminy Miasto Szczecin”, 15.000 zł;
2. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Nowy Rok bez uzależnień”, 5.000 zł.

2018 rok:

1. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Udzielanie wsparcia środowiskom abstynenckim poprzez prowadzenie klubu abstynenta na terenie Gminy Miasto Szczecin”, 15.000 zł;
2. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Nowy Rok bez uzależnień”, 6.000 zł.

2019 rok:

1. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Udzielanie wsparcia środowiskom abstynenckim poprzez prowadzenie klubu abstynenta na terenie Gminy Miasto Szczecin”, 12.000 zł;
2. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Rewitalizacja obszaru przestrzeni publicznej i zabudowy śródmiejskiego odcinka Alei Wojska Polskiego w Szczecinie”, 13.000zł;

3. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Rewitalizacja obszaru przestrzeni publicznej i zabudowy śródmiejskiego odcinka Alei Wojska Polskiego w Szczecinie”, 10.200zł;

4. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Przygotowanie i realizacja kampanii promującej zdrowie psychiczne”, 3.900zł:

2020 rok:

1. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Udzielanie wsparcia środowiskom abstynenckim poprzez prowadzenie klubu abstynenta na terenie Gminy Miasto Szczecin”, 7.300 zł;

2. Urząd Miasta Szczecin, Nazwa zadania: „Rewitalizacja obszaru przestrzeni publicznej i zabudowy śródmiejskiego odcinka Alei Wojska Polskiego w Szczecinie”, 11.800zł;

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

Zasoby kadrowe:

1. Robert Butryn

-doświadczony psychoterapeuta z 7-letnim stażem w terapiach grupowych i indywidualnych;

-tytuł magistra na kierunku Nauki o Rodzinie, specjalność: Poradnictwo i terapia małżeństwa i rodziny na Uniwersytecie Szczecińskim;

-absolwent Studium Socjoterapii i Treningu Interpersonalnego, posiadającego rekomendację Sekcji Psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychologicznego; -czteroletni kurs psychoterapii akredytowany przez Polskie Towarzystwo Psychiatryczne.

2. Julia Butryn

-3 lata doświadczenia w programach psychoterapii grupowych i 7 w psychoterapii indywidualnej; -doświadczenie w realizacji warsztatów z zakresu lęków, asertywności, poczucia własnej wartości i wiele innych;

-koordynator psychologicznych projektów w Fundacji od 2014 roku.

W przypadku innych prowadzących- ich doświadczenie oraz wykształcenie nie odbiegać będzie od osób wyżej przedstawionych.

Zasoby rzeczowe:

Posiadamy komfortowe i w pełni wyposażone biuro o wielkości 85 m2 przy al. Wojska Polskiego 56/2, z którego korzystać będziemy podczas realizacji zadania.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Realizacja warsztatów (2 osoby prowadzące, co daje kwotę 200zł brutto wynagrodzenia za 1 godzinę pracy)	9 600,00		
2.	Plakat informacyjny- wkład finansowy własny	300,00		
3.	Promocja projektu (20h)- 50% wartości wkład osobowy	800,00		

4.	Catering (kawa, herbata, soki, woda, słodczyce, ciasto, słone przekąski, owoce)-wkład finansowy własny	800,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		11 500,00	10 000,00	1 500,00

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. Oświadczenie do umowy (*fakultatywny*)
 2. Dodatkowy załącznik (np. pełnomocnictwo, upoważnienie) (*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.