

UPROSZCZONA OFERTA REALIZACJI ZADANIA PUBLICZNEGO

URZĄD MIASTA PŁOCKA
Wydział Kultury i Wspierania Inicjatyw Społecznych
Referat Wspierania Inicjatyw Społecznych,
Biuro kancelaryjne

WYPLNIO
2026-08-31
074952
L.dz.....podpis.....

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. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	Przeciwdziałania 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 email, numer telefonu	PŁOCKIE STOWARZYSZENIE KLUB ABSTYNETÓW W PŁOCKU 09-402 Płock 3 MAJA 6 Forma prawna: stowarzyszenie KRS 0000114953		
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Ewa Fluksik, 604966598 , klub.abstynenta@interia.pl		

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Program socjoterapeutyczny rozwijający umiejętności psychospołeczne młodzieży wychowującej się w rodzinach z problemem alkoholowym - "Przestrzeń zmiany"			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	2026-10-01	Data zakończenia	2026-12-23

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

„Przestrzeń Zmiany” jest 30-godzinny programem socjoterapeutycznym skierowanym do młodzieży wychowującej się w rodzinach, w których występuje problem alkoholowy.

Program obejmować będzie 10 cotygodniowych spotkań po 3 godziny zegarowe i będzie realizowany w stałej grupie zamkniętej. Grupa liczyć będzie min. 10 osób.

Program ma charakter profilaktyczny, rozwojowy i socjoterapeutyczny. Tworzy bezpieczne i przewidywalne środowisko grupowe, w którym uczestnicy mogą zdobywać nowe doświadczenia społeczne, podejmować działanie, rozpoznawać własne zasoby i granice, korzystać ze wsparcia oraz rozwijać bardziej podmiotowe sposoby funkcjonowania w relacjach i grupie.

Adresaci programu (grupa docelowa): Program jest przeznaczony dla młodzieży wychowującej się lub dorastającej w rodzinach z problemem alkoholowym. Doświadczenie problemu alkoholowego w rodzinie nie przesądza o określonym sposobie funkcjonowania młodego człowieka. Uczestnicy mogą różnić się posiadanymi zasobami, sposobami radzenia sobie z napięciem, funkcjonowaniem w relacjach,

gotowością do podejmowania inicjatywy oraz potrzebą wsparcia. Program nie opiera się na przypisywaniu uczestnikom jednego profilu trudności ani na definiowaniu ich przez sytuację rodzinną.

Grupa będzie możliwie jednorodna pod względem wieku i etapu rozwojowego. Przedział wiekowy: 15 - 18 lat.

Sposób rekrutacji:

Uczestnicy Programu rekrutowani będą w środowisku osób uzależnionych, na podstawie wiedzy specjalistów, którzy w Płockim Stowarzyszeniu „Klub Abstynenta” prowadzą spotkania indywidualne z młodzieżą. Udział w programie jest dobrowolny. W przypadku osób niepełnoletnich wymagana jest zgoda przedstawiciela ustawowego oraz zgoda samego uczestnika na udział w zajęciach.

Miejsce realizacji Programu:

Siedziba Płockiego Stowarzyszenia „Klub Abstynentów”, ul.3-go Maja 6.

Opis Programu:

Dorastanie w rodzinie z problemem alkoholowym może wiązać się z doświadczeniem nieprzewidywalności, napięcia, konfliktów, przeciążenia odpowiedzialnością, trudnościami w korzystaniu ze wsparcia lub ograniczonego poczucia wpływu. Sposób reagowania młodych ludzi na takie warunki jest zróżnicowany. Obok trudności mogą rozwijać oni znaczące zasoby, samodzielność, zdolność radzenia sobie oraz kompetencje społeczne.

Z tego względu program koncentruje się na tworzeniu warunków umożliwiających młodzieży zdobywanie nowych doświadczeń i rozwijanie własnych zasobów zamiast na diagnozowaniu deficytów wynikających z sytuacji rodzinnej.

Potrzebę rozwijania takiej formy pomocy potwierdza również aktualna diagnoza lokalna. Miejski Program Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii wskazuje na zmniejszającą się liczbę dzieci z rodzin z problemem alkoholowym korzystających z placówek wsparcia dziennego oraz na niewielkie wykorzystanie oferty placówek specjalistycznych. Program miejski zakłada jednocześnie poszerzanie i podnoszenie jakości pomocy psychologicznej, socjoterapeutycznej i opiekuńczo-wychowawczej dla dzieci z rodzin z problemem alkoholowym.

Program wykorzystuje socjoterapeutyczne rozumienie grupy jako celowo organizowanego środowiska społecznego, w którym uczenie się i zmiana rozwijają się poprzez doświadczenie, działanie, relacje z innymi oraz refleksję nad własnym sposobem funkcjonowania.

Podejście to łączy dorobek socjoterapii z pedagogiką społeczną, szczególnie z kategoriami aktywności własnej człowieka, podmiotowości, sił społecznych i współtworzenia środowiska.

Program koncentruje się na sześciu wzajemnie powiązanych procesach:

1. Uczeniu się relacyjnym – zdobywaniu nowych doświadczeń bycia z innymi, komunikowania własnych potrzeb i reagowania na informację zwrotną.
2. Samoregulacji – rozpoznawaniu własnego napięcia i reakcji oraz rozwijaniu elastycznych sposobów radzenia sobie z nimi.
3. Sprawczości – doświadczaniu rzeczywistego wyboru, działania, wpływu i możliwości modyfikowania własnego postępowania.
4. Odpowiedzialności – podejmowaniu adekwatnych zobowiązań oraz rozpoznawania granic własnego wpływu i odpowiedzialności.
5. Przebudowie obrazu siebie – poszerzaniu wiedzy o własnych możliwościach, zasobach, cechach i granicach na podstawie rzeczywistych doświadczeń.
6. Uczestnictwie społecznym – uczeniu się zajmowania własnego miejsca w grupie, współdziałania, współdecydowania i współtworzenia wspólnego środowiska.

Procesy te wzajemnie się przenikają i mogą rozwijać się w różnym tempie u poszczególnych uczestników. Nie są realizowane jako sześć odrębnych modułów zajęć.

Cel główny:

Wspieranie rozwoju psychospołecznego młodzieży wychowującej się w rodzinach z problemem alkoholowym poprzez udział w bezpiecznych doświadczeniach relacyjnych i zadaniowych umożliwiających rozwijanie samoregulacji, sprawstwa, odpowiedzialności, obrazu siebie oraz podmiotowego uczestnictwa w grupie.

Cele szczegółowe:

1. Rozwijanie umiejętności rozpoznawania własnego napięcia, emocji i sposobów reagowania oraz korzystania ze wsparcia.
2. Zdobywanie doświadczeń bezpiecznego funkcjonowania w relacjach, komunikowania własnego stanowiska i respektowania granic.
3. Tworzenie okazji do podejmowania decyzji, inicjowania działania, rozwiązywania problemów i dostrzegania skutków własnych wyborów.
4. Rozwijanie adekwatnej odpowiedzialności za własne decyzje i zobowiązania oraz rozpoznawanie granic własnego wpływu.
5. Poszerzanie wiedzy o własnych zasobach, możliwościach i ograniczeniach poprzez działanie, informację zwrotną i refleksję.
6. Rozwijanie doświadczenia przynależności, współpracy, współdecydowania i współtworzenia grupy.

Zasady i metody pracy:

Podstawą programu jest uczenie się poprzez doświadczenie. Uczestnicy podejmują działania, dokonują wyborów, współpracują, rozwiązują problemy i konfrontują się z naturalnie pojawiającymi się różnicami zdań, trudnościami oraz konsekwencjami podejmowanych decyzji. Istotną częścią procesu jest refleksja nad przebiegiem doświadczenia i możliwymi sposobami jego wykorzystania.

Prowadzący odpowiada za bezpieczeństwo, granice i strukturę programu, pozostawiając uczestnikom rzeczywisty obszar wyboru i współdecydowania.

Wykorzystywane będą przede wszystkim zadania wymagające współpracy, sytuacje wyboru i współdecydowania, zadania problemowe i twórcze, praca w parach i małych zespołach, ćwiczenia związane z komunikacją i granicami, dyskusja, refleksja nad doświadczeniem oraz krótkie elementy psychoedukacyjne dostosowane do potrzeb grupy.

Ewaluacja:

Ewaluacja służy ocenie sposobu realizacji programu oraz doświadczeń jego uczestników. Nie jest traktowana jako badanie naukowe skuteczności programu.

Ewaluacja obejmuje: krótką samoocenę uczestnika na początku i na zakończenie cyklu, odnoszącą się do obszarów objętych celami

programu; anonimową ankietę końcową dotyczącą przydatności zajęć, poczucia bezpieczeństwa, możliwości wpływu i najważniejszych doświadczeń wyniesionych z programu, monitorowanie frekwencji, krótką dokumentację prowadzącego dotyczącą realizacji zaplanowanych etapów programu i przebiegu procesu grupowego. Ewentualne wykorzystanie programu do celów naukowych będzie przedmiotem odrębnego projektu badawczego i nie stanowi elementu działań finansowanych w ramach niniejszego programu.

Sposób realizacji Programu:

Zajęcia prowadzone będą w formie warsztatów, w wymiarze czasu 30 godzin, 10 spotkań po 3 godziny w jednej grupie socjoterapeutycznej;

Udział min. 10 osób, max. 14 osób przy jednym prowadzącym.

Monitorowane będą: liczba osób zakwalifikowanych do programu, liczba osób rozpoczynających program, liczba osób uczestniczących w poszczególnych spotkaniach, liczba osób kończących cykl, liczba zrealizowanych spotkań i godzin, liczba uczestników z rodzin z problemem alkoholowym.

Sposób raportowania pozostaje zgodny z rodzajem wskaźników przewidzianych w aktualnym programie miejskim dla projektów rozwijających umiejętności psychospołeczne oraz zajęć socjoterapeutycznych.

Harmonogram realizacji zadania: październik - grudzień 2026 r., szczegółowy harmonogram zostanie przedstawiony przed podpisaniem Umowy.

Na koszt materiałów biurowych w kwocie 394,00 PLN składają się:

papier ksero - 2 rzy, 50,00 PLN

teczki z gumką - 14 szt., 126,00 PLN

długopisy - 14 szt., 42,00 PLN

flamastry/mazaki kolorowe - 50,00 PLN

brulion A4 - 14 szt., 126,00 PLN

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Rozpoznawanie własnych reakcji w sytuacjach napięcia, konfliktu lub niepowodzenia (rezultat krótkoterminowy)	co najmniej 60% uczestników kończących program wykaże w samoocenie końcowej poprawę w zakresie rozpoznawania własnych reakcji w sytuacjach napięcia, konfliktu lub niepowodzenia w porównaniu z samooceną początkową	Samoocena przed i po programie, indywidualna ankieta po zakończeniu programu, sprawozdanie Trenera
Umiejętność wskazania sposobów korzystania ze wsparcia i dbania o własne granice	co najmniej 60% uczestników kończących program wykaże w samoocenie końcowej poprawę w zakresie umiejętności wskazania sposobów korzystania ze wsparcia i dbania o własne granice w porównaniu z samooceną początkową	Samoocena przed i po programie, indywidualna ankieta po zakończeniu programu, sprawozdanie Trenera
Doświadczenie wpływu własnych decyzji na przebieg wspólnego działania	co najmniej 60% uczestników kończących program wykaże w samoocenie końcowej poprawę w zakresie umiejętności rozpoznawania wpływu własnych decyzji na przebieg wspólnego działania w porównaniu z samooceną początkową	Samoocena przed i po programie, indywidualna ankieta po zakończeniu programu, sprawozdanie Trenera
Rozpoznawanie obszarów własnego wpływu oraz granic odpowiedzialności	co najmniej 60% uczestników kończących program wykaże w samoocenie końcowej poprawę w zakresie umiejętności rozpoznawania obszarów własnego wpływu oraz granic odpowiedzialności w porównaniu z samooceną początkową	Samoocena przed i po programie, indywidualna ankieta po zakończeniu programu, sprawozdanie Trenera

Wskazanie własnych zasobów, możliwości lub sposobów działania odkrytych w trakcie udziału w programie	co najmniej 70% uczestników kończących program wskaże minimum jeden własny zasób, możliwość lub sposób działania odkryty w trakcie programu	Samoocena przed i po programie, indywidualna ankieta po zakończeniu programu, sprawozdanie Trenera
Umiejętność współpracy, negocjowania różnic oraz współdecydowania	co najmniej 60% uczestników kończących program wykaże w samoocenie końcowej poprawę w zakresie umiejętności współpracy, negocjowania różnic oraz współdecydowania w porównaniu z samooceną początkową	Samoocena przed i po programie, indywidualna ankieta po zakończeniu programu, sprawozdanie Trenera
Umiejętność przynależności do grupy przy zachowaniu własnego zdania i granic	co najmniej 60% uczestników kończących program wykaże w samoocenie końcowej poprawę w zakresie umiejętności przynależności do grupy przy zachowaniu własnego zdania i granic w porównaniu z samooceną początkową	Samoocena przed i po programie, indywidualna ankieta po zakończeniu programu, sprawozdanie Trenera
Wskazanie minimum jednego doświadczenia z programu, które może zostać wykorzystane w innych sytuacjach życiowych	co najmniej 70 % uczestników kończących program wskaże minimum jedno doświadczenie z programu, które może wykorzystać w innych sytuacjach życiowych	Samoocena przed i po programie, indywidualna ankieta po zakończeniu programu, sprawozdanie Trenera
Liczba uczestników	Grupa zamknięta licząca min. 10 osób	Lista obecności
Liczba godzin warsztatów	30 godzin	Lista obecności oraz sprawozdanie trenera

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

Od 1987 roku PSKA współdziała z administracją publiczną w zakresie profilaktyki oraz rozwiązywania problemów alkoholowych, w późniejszych latach również problemów związanych z uzależnieniami od innych substancji psychoaktywnych oraz uzależnieniami behawioralnymi. Każdego roku przystępujemy do konkursu na realizację zadań z obszaru przeciwdziałania uzależnieniom. Realizację działań opieramy na programach autorskich, zgodnych z corocznymi rekomendacjami Krajowego Centrum Profilaktyki Uzależnień oraz Instytutu Psychiatrii i Neurologii. Członkowie Stowarzyszenia biorą udział w obradach Płockiego Zespołu Interdyscyplinarnego do Spraw Przemocy oraz Komisji Dialogu Obywatelskiego ds. Uzależnień. Stowarzyszenie spełnia Standardy Działań dla Stowarzyszeń Abstynenckich.

Trener dedykowany do realizacji zadania:

Lena Jędrzejak – pedagog resocjalizacyjny, nauczycielka akademicka i doktorantka w dyscyplinie pedagogika. Prowadzi zajęcia akademickie z zakresu socjoterapii, pedagogiki resocjalizacyjnej, pracy z rodziną i coachingu pedagogicznego. Jest autorką publikacji naukowych i popularnonaukowych dotyczących socjoterapii, relacyjnych mechanizmów zmiany oraz wykorzystania środowiska społecznego w procesach uczenia się i zmiany. Jej zainteresowania naukowe i dydaktyczne obejmują m.in. uczenie się relacyjne, samoregulację, sprawstwo, odpowiedzialność, rozwój obrazu siebie i uczestnictwo społeczne. W badaniach doktorskich zajmuje się pedagogicznymi mechanizmami zmiany w procesie wychodzenia z uzależnienia. Uczestniczyła również w projekcie badawczym Akademii Mazowieckiej w Płocku dotyczącym zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży, w którym koordynowała pracę ankietników. Na potrzeby planowanego zadania opracowała program socjoterapeutyczny „Przestrzeń Zmiany”, przeznaczony dla młodzieży wychowującej się w rodzinach z problemem alkoholowym. Program wykorzystuje doświadczenie grupowe, działanie, relacje i refleksję jako środowisko rozwijania kompetencji psychospołecznych młodych ludzi.

Program jest zgodny z kierunkami Miejskiego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii Miasta Płocka na lata 2026–2029. Wśród przewidzianych działań Miasto wskazuje finansowanie lub dofinansowanie projektów rozwijających umiejętności psychospołeczne dzieci i młodzieży oraz zajęć socjoterapeutycznych dla osób ze środowisk szczególnie zagrożonych zachowaniami problemowymi, zwłaszcza z rodzin dysfunkcyjnych i z problemami uzależnień.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Wynagrodzenie trenera (30 godzin pracy trenera x 130,00 zł)	3 900,00 zł		
2	Materiały biurowe	394,00 zł		
3	Obsługa finansowo-księgowa	200,00 zł		
4	Koordinacja programu	200,00 zł		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		4 694,00 zł	4 694,00 zł	0,00 zł

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*/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 oferentów

Data: 2026-08-28 15:44:48

Przypisy

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 2024 r. poz. 1491, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.