

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. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	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	
<p>Stowarzyszenie Mężczyźni Przeciw Przemocy 03-566 Warszawa Dalanowska 48 lok. 61 Forma prawna: stowarzyszenie KRS 0000589227</p>	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Paweł Biegalewski, tel. 723 666 024 (wew. 1), adres email: biuroplock@stowarzyszeniempp.org (ADRES DO KORESPONDENCJI: 09-402 Płock, ul. Dworcowa 12A/44; z dopiskiem: Płockie Biuro Stowarzyszenia Mężczyźni Przeciw Przemocy)

Nr: 13 2534 / 11/2021
URZĄD MIASTA PŁOCKA
 Wydział Kultury i Wspierania Inicjatyw Społecznych
 Referat Współpracy z Organizacjami Pozarządowymi i Wolontariatu
 Punkt kontaktowy
 Wpłynęło dnia 2021-11-24
 L.dz. 2705/24 podpis C. C.

B.F.
 24.11.2021


III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	CO UMYŚŁ PAMIĘTA, CIAŁO NIE ZAPOMNI. Specjalistyczny program redukcji nadmiarowych reakcji alarmowych dla osób po doświadczeniu stresu chronicznego			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	2021-12-08	Data zakończenia	2021-12-31

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

CO UMYŚŁ PAMIĘTA, CIAŁO NIE ZAPOMNI to specjalistyczny program poprawy wglądu oraz nauki kontroli nad nadmiarową reaktywnością autonomicznego układu nerwowego (AUN). Stan taki wynika zwykle z doświadczeń stresowych o charakterze chronicznym i predysponuje do emocjonalnej dekompensacji, stałego dystresu, a w konsekwencji zakłóca funkcjonowanie i jakość życia. W pracy z klientem wykorzystane zostaną procedury wynikające z obiektywnych pomiarów fizjologicznych, a protokoły pracy mają potwierdzoną empirycznie skuteczność (Polski Związek Neurofizjologii Klinicznej PZNK – sekcja Biofeedback, Międzynarodowe Towarzystwo Neurofeedbacku ISNR, Amerykańskie Towarzystwo Pediatriczne, Evidence-Based Practice in Biofeedback and Neurofeedback pod red. Carolyn Yucha PhD i innych, 2004)

GRUPA DOCELOWA

Projekt skierowany jest do zrekrutowanej już grupy 6 dorosłych osób z Płocka. To głównie kobiety. Status ekonomiczny, położenie rodzinne i życiowe, większości nie pozwala na korzystanie w pełni z komercyjnych usług terapeutycznych. Wszystkie osoby korzystały już z ogólnie dostępnych form wsparcia. Starają się być aktywne społecznie, zawodowo i rodzinie, ale mimo to, w sytuacjach trudnych towarzyszy im szereg objawów emocjonalnych, poznawczych i fizjologicznych, trudnych do przezwyciężenia metodami tradycyjnymi (terapia, treningi umiejętności interpersonalnych, farmakoterapia). Niniejszy wniosek został zainicjowany przez wyżej opisaną grupę. Wywodzi się ona między innymi spośród klienteli korzystającej z oferty Płockiego Stowarzyszenia Klub Abstynentów i Stowarzyszenia Mężczyźni Przeciw Przemocy. To głównie kobiety z rozpoznaniem zespołem cech charakterystyczny dla tzw. syndromu współzależnienia i/lub DDA/DDD.

TERMIN DDA jest jedynie konstruktem teoretycznym, wypracowanym na bazie doświadczeń terapeutycznych i na gruncie grup samopomocowych. W oficjalnej nomenklaturze medycznej (ICD10/DSM5) nie ma statusu jednostki chorobowej. SYNDROM DDA rozumiemy jako utrwaloną formę funkcjonowania w długotrwałej, trudnej i niszczącej sytuacji związanej z patologicznymi zachowaniami uzależnionego członka rodziny. Sytuacja ta ograniczała w sposób istotny swobodę wyboru postępowania. Utrudniała możliwości zaspokajania na gruncie systemu rodzinnego podstawowych dla prawidłowego rozwoju osobowości potrzeb emocjonalnych. Wpływała na pogorszenie kondycji psychofizycznej jednostki przy jednoczesnym blokowaniu możliwości zmiany własnego położenia na lepsze. Wiele badań ujawniło podobieństwo między funkcjonowaniem tej grupy osób, a pacjentami z rozpoznaniem zespołu stresu pourazowego, zaburzeniami adaptacyjnymi czy wystawionymi na działanie chronicznego stresu. W Polsce, prócz terminu DDA używamy również określenia "dorosłe dzieci z rodzin dysfunkcyjnych" (DDD). Uczestnictwo w programie ma być wsparciem poprawiającym jakość ich zdrowia psychicznego, poprzez naukę technik kontroli objawów poznawczych, emocjonalnych i fizjologicznych skorelowanych z nadreaktywnością AUN w odpowiedzi na zwykłe zdarzenia stresowe.

OPIS METODY PRACY I PRZEBIEGU REALIZACJI ZADANIA

PROGRAM REDUKCJI NADMIAROWYCH REAKCJI ALARMOWYCH AUTONOMICZNEGO UKŁADU NERWOWEGO (AUN) to innowacyjna metoda terapii instrumentalnej oparta na wykorzystaniu biologicznego sprzężenia zwrotnego (biofeedback). Praca z beneficjentem prowadzona jest w kontakcie indywidualnym. Sesje prowadzone są w specjalistycznym gabinecie z wykorzystaniem oprogramowania i aparatury do pomiaru fizjologicznej aktywności organizmu. Osoba trenująca obserwuje na monitorze markery aktywności centralnego i autonomicznego układu nerwowego bezpośrednio w trakcie wykonywanych zadań. Z pomocą instrukcji certyfikowanego trenera uczy się wzmacniać pożądaną aktywność organizmu (np. fale SMR w punkcie C4, wzrost ciepłoty ciała, oddech przeponowy) i wyciszać jego aktywność niekorzystną (np. fale wysokiej bety w paśmie sensomotorycznym cun, przyspieszony puls i oddech, nadmiarową reakcję galwaniczną skóry). Uczy się dzięki temu intencjonalnego wpływania na własne procesy neurofizjologiczne i odzyskiwać równowagę emocjonalną. Jako oddziaływanie nefarmakologiczne nie ma charakteru inwazyjnego. Może być też stosowane komplementarnie z psychoterapią i leczeniem lekowym.

Zadanie składa się z kilku działań:

1. Sesje diagnostyczne z informacją zwrotną - 1,5 godz na osobę z przeznaczeniem na pomiar aparaturowy wskaźników aktywności autonomicznego układu nerwowego; profil stresu – informacja zwrotna dla klienta oraz dobór

protokołu do dalszej pracy. W zależności od potrzeb, wykorzystane zostaną wywiad kliniczny, techniki pomiaru fizjologicznego, kwestionariuszowego, ankiety, testowanie procesów, analiza dostarczonej dokumentacji. Łącznie to 9 godz. pracy w kontakcie indywidualnym.

W związku z sytuacją epidemiologiczną i obostrzeniami przewidujemy w tej części projektu możliwość wykorzystania gabinetu online (wywiad diagnostyczny, kwestionariusze, analiza dokumentów).

2. Sesje treningowe aparaturowe (BFB/NFB) - praca w kontakcie indywidualnym przy wykorzystaniu aparatury i oprogramowania do treningu z biologiczną informacją zwrotną. W zależności od potrzeb (profil stresu), klienci odbędą po 4 sesje treningowe z zalecaną częstotliwością 2-3 w tygodniu. Łącznie to 24 godz. pracy w kontakcie indywidualnym.

3. Praca z grupą (prelekcja/warsztat) - psychoedukacja w zakresie: psychofizjologii stresu, mechanizmów konwersji w symptomy zaburzeniowe, powiązań z chorobami i stanem zdrowia somatycznego oraz psychicznego, technik radzenia sobie ze stresorami i stresem chronicznym, zagadnień związanych ze stylem życia sprzyjającym wychodzeniu z roli DDA/DDD itp. To działanie zostanie zrealizowane w postaci 1 spotkania grupowego w wymiarze 4 godz.

W związku z sytuacją epidemiologiczną i obostrzeniami przewidujemy w tej części projektu możliwość wykorzystania gabinetu online (wywiad diagnostyczny, kwestionariusze, analiza dokumentów).

Ponadto w projekcie uwzględniono: ciągłą ewaluację (obserwacja wskaźników: rezultaty, produkty, oddziaływania) i koordynację (10 godz) oraz obsługę finansowo-księgową (4 godz, usługa zlecona osobie z niepełnosprawnością). W projekcie przewidziano **zakup materiałów** niezbędnych do jego realizacji. W zależności od potrzeb będą to: materiały i akcesoria do biofeedbacku (elektrody EEG, pasty czyszczące, klej przewodząco-mocujący, spirytus, sól fizjologiczna, szpatułki itp.), zakup materiałów biurowych (w zależności od potrzeb: papier do drukarki, bloki typu flipchart, flamastry, teczki na dokumenty, skoroszyty, wlepki, toner i inne niezbędne), usług poligraficznych (gadżety promocyjne) i/lub upominków/voucherów, literatury z treścią utrzymaną w tematyce projektu, a w sytuacji klientów o złożonej problematyce - zakup specjalistycznego oprogramowania, testów diagnostycznych itp.

CZAS I MIEJSCE REALIZACJI ZADANIA

Projekt zostanie zrealizowane w grudniu 2021 r. Czas niezbędny na pełną realizację zadania to okres od 10 do 14 dni. Zasadnicza część zadania publicznego realizowana będzie w gabinecie neuroterapeutycznym Instytutu Profilaktyki Kreatywnej i Neurotreningu ALFA-THETA w Płocku przy ul. Norbertańskiej 9. Grupowe spotkanie przeprowadzimy w "sali klubowej" Płockiego Stowarzyszenia Klub Abstynentów w Płocku przy ul. 3 Maja 6/1. W związku z sytuacją epidemiologiczną i obostrzeniami przewidujemy również możliwość wykorzystania gabinetu online (praca z grupą, badania kwestionariuszowe)

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Kwalifikacja do zadania a następnie objęcie innowacyjną formą wsparcia grupy 6 osób z syndromem DDA/DDD/współzależnienia	Zrekrutowanie 6 beneficjentów/ek spełniających kryteria udziału w programie	lista imienna beneficjentów
Przeprowadzenie 4 godz. psychoedukacji grupowej w zakresie psychofizjologii stresu	4 godz. pracy z grupą (prelekcja+warsztat)	prezentacja, dokumentacja zdjęciowa, faktura specjalisty
Przeprowadzenie 9 sesji diagnostycznych z informacją zwrotną dla beneficjentów	100% zakładanego rezultatu	teczka z profilami stresu uczestników, faktura specjalisty
24 godziny pracy nad redukcją nadmiarowych reakcji alarmowych autonomicznego układu nerwowego	Minimum 80% zakładanego rezultatu	faktura specjalisty

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

Oferent w 2019 r. i 2020 r. realizował zadanie "EEG Biofeedback - Innowacyjne formy wsparcia osób z syndromem współzależnienia" (www.neurotrening.stowarzyszeniempp.org) oraz 2019-2021 zadanie pn. "Punkt Profilaktyczno-Konsultacyjny dla Podejmujących Zachowania Ryzykowne Dzieci, Młodzieży i Młodych Dorosłych z Terenu Powiatu Płockiego" (www.profilaktykaryzka.pl). Oba zadania cieszyły się dużym powodzeniem i uzyskały bardzo dobre rekomendacje zarówno wśród beneficjentów, jak i grantodawców. Wskazane zadania zostały dofinansowane za pośrednictwem Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej w Warszawie. Zostały zrealizowane w 100%, środki rozliczone, a sprawozdania zatwierdzone i przyjęte.

Proponowana oferta CO UMYŚL PAMIĘTA, CIAŁO NIE ZAPOMNI będzie realizowane przez specjalistę z blisko 20-letnim stażem pracy klinicznej (przemoc w rodzinie, uzależnienia), neuroterapeutę, certyfikowanego profilaktyka, falitytora grupowego uprawnionego do pracy profilaktycznej i korekcyjnej bazującej na dialogu motywującym.

Dotychczas Oferent realizował zadania z zakresu Ustawy o pożytku publicznym i wolontariacie dot. promocji i ochrony zdrowia oraz pomocy osobom zagrożonym wykluczeniem społecznym z grup defaworyzowanych wraz z ich bliskimi takimi jak: osób uzależnionych i współzależnionych, doświadczających i/lub stosujących przemoc.

Stowarzyszenie ma również doświadczenie we współpracy z jednostkami samorządowymi we wprowadzaniu lokalnych programów z zakresu ochrony zdrowia publicznego, np. FreD goes net w Gostyninie (2017-2019), Wydział Edukacji, Kultury i Spraw Społecznych Starostwa Powiatowego w Płocku i Wydziałem Edukacji UM Płock (www.bystrzaki.profilaktykaryzka.pl). Członkowie Stowarzyszenia prowadzą autorskie programy wsparcia osób uzależnionych, współzależnionych, DDA/DDD, doświadczających przemocy oraz grupy edukacyjno-korekcyjne dla sprawców przemocy. To znani i cenieni w kraju i za jego granicami specjaliści różnych profesji (prawo, psychoterapia, interwencja kryzysowa, mediacja, służby mundurowe i inne).

Zasoby kadrowe

- Sesje pomiarowe oraz treningi aparaturowe - specjalista z uprawnieniami do EEG/BFB z doświadczeniem w pracy z osobami z problemem współzależnienia, DDA/DDD i w zakresie profilaktyki uzależnień; pedagog specjalny, certyfikowany profilaktyk uzależnień
- Koordynacja - osoba z doświadczeniem w realizacji i prowadzeniu projektów, z certyfikatem specjalisty ds. funduszy unijnych
- Obsługa finansowo-księgową - osoba z doświadczeniem w rozliczaniu projektów (certyfikat specjalisty ds. funduszy unijnych) oraz z uprawnieniami w zakresie księgowości (certyfikat ministerialny); osoba z niepełnosprawnością

Zasoby rzeczowe

Własne oraz wynikające z porozumień zawartych z partnerami:

- Specjalistyczny gabinet z pełnym wyposażeniem (np. baterie testów diagnostycznych do pomiaru stresu, sposobów radzenia, zaburzeń emocji, wzorców funkcjonowania itp.).
- Sprzęt i specjalistyczne oprogramowanie do sesji aparaturowych (pasty czyszczące, klej przewodząco-mocujący, elektrody, drukarka do wydruku wyników diagnostycznych, komputer z oprogramowaniem do monitorowania funkcji psychofizjologicznych, monitor 4K, fotel specjalistyczny dla klienta/pacjenta itp.)
- Witryna internetowa Stowarzyszenia (www.stowarzyszeniempp.org zakładka: aktualności) - informacji o zadaniu publicznym, udostępniona skrzynka e-mailowa oraz telefon i dostęp do sieci

Przewidywany wkład finansowy własny to 900zł, co stanowi 18,67% wartości całego projektu.

IV.Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość [PLN]	Z dotacji	Z innych źródeł
1	Sesje diagnostyczne z informacją zwrotną	1 080,00 zł		
2	Sesje treningowe aparaturowe (BFB/NFB)	2 400,00 zł		
3	Praca z grupą (prelekcja/warsztat)	600,00 zł		
4	Zakup materiałów i wyposażenia	200,00 zł		
5	Koordynacja	300,00 zł		
6	Obsługa finansowo-księgową	240,00 zł		

Suma wszystkich kosztów realizacji zadania	4 820,00 zł	3 920,00 zł	900,00 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(-ja)/~~zalega(-ja)~~¹⁾ z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
4. oferent/~~oferenci~~ składający niniejszą ofertę nie zalega(-ja)/~~zalega(-ja)~~¹⁾ 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: 2021-11-24 07:07:08

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 2018 r. poz. 450, z późn. zm.).
2. Termin realizacji zadania nie może być dłuższy niż 90 dni.