

**Załącznik nr 1**

**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**

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta</b>	Zarząd Województwa Mazowieckiego
<b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>	Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym

**II. Dane oferenta(-tów)**

<b>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</b>	
Stowarzyszenie-Klub Rodzin Abstynenckich „SERCE” 00-513 Warszawa Ul. Nowogrodzka 6 (oficyna) Numer KRS: 0000030645	
<b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)</b>	Dariusz Żak <a href="mailto:klubserce@wp.pl">klubserce@wp.pl</a> (22) 628.74.37 510.433.090 502.062.847

**III. Zakres rzeczowy zadania publicznego**

<b>1. Tytuł zadania publicznego</b>	Warsztaty „Nawrót w Chorobie Alkoholowej”			
<b>2. Termin realizacji zadania publicznego<sup>2)</sup></b>	Data rozpoczęcia	30.07.2022	Data zakończenia	25.10.2022
<b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>				

<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.).

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

Alkoholizm jest chorobą chroniczną, charakteryzującą się nawrotami, bardzo ważnym jest aby trzeźwiejący alkoholik potrafił rozpoznać sygnały ostrzegawcze nawrotu, a także symptomy uaktywnienia się psychologicznych mechanizmów uzależnienia. Ważne jest, aby co jakiś czas człowiek dokonał swego sprawdzenia jakości swojego życia. To właśnie pragniemy zaproponować naszym klubowiczom. Uczestnicy będą mogli przeanalizować swoje dotychczasowe trzeźwienie, będą mogli ze zrozumieniem odpowiedzieć sobie na pytanie, czy trzeźwią, czy tylko nie piją. Jest zdecydowana różnica. Alkoholik trzeźwiejący odczuwa zadowolenie z życia bez picia, jest szczęśliwy, a jego życie jest satysfakcjonującym, podczas gdy ten, który tylko nie pije jest rozżalony, albo zły, albo smutny, ma poczucie, że abstynencja mu ciąży, czuje się zagubiony i skrzywdzony. Gdzie leży powód? Na czym polega zasadnicza różnica? Tego będą mogli dowiedzieć się uczestnicy zajęć z mikro-wykładów, a także pracy warsztatowej i w małych grupach.

Celem tych spotkań będzie dokonanie oceny swojego dziś i teraz. Uczestnicy za pomocą specjalnych technik będą mogli odpowiedzieć sobie na pytanie o poziom swojego własnego zadowolenia poszczególnych obszarów swojego życia; będą mogli sprawdzić czy zachowują równowagę w swoim życiu, dokonają analizy swoich stosunków przyjacielskich, oraz w związkach. Uzyskają wiedzę na temat nawrotów w chorobie alkoholowej.

### **UZALEŻNIENIE- NABYCIE WIEDZY, POZPOZNANIE, ZAPOBIEGANIE**

Zajęcia składać się będą z 3 części:

- Rundka
- Wykład
- Trening.

**Proponowane tematy warsztatów to:**

- Przekonania na temat nawrotów choroby alkoholowej
- Cykle nawrotów
- Skutki i niebezpieczeństwa w nawrotach choroby
- Moja trzeźwość – moje korzyści.

#### **Oczekiwane korzyści :**

Uczestnicy warsztatów nabędą wiedzy na temat choroby alkoholowej i niebezpieczeństwa pojawienia się nawrotu choroby.

Wzmocnią własne konstruktywne zachowania a także wyczulą swoje zmysły na samokontrolę.

Wzmocnią (pośrednio) własną abstynencję i polepszą jakość swojego trzeźwego życia.

### **UZALEŻNIENIE – ROZPOZNAWANIE I RADZENIE SOBIE Z NAWROTAMI CHOROBY**

Zajęcia składać się będą z 3 części:

- Rundka
- Wykład
- Praca warsztatowa z Treningiem

**tematy, to :**

1. Rozpoznawanie nawrotów choroby alkoholowej
2. Obszary rażenia nawrotów – mapa reakcji
3. Zrozumieć nawrót choroby alkoholowej
4. Próby lekceważenia i reakcje

#### **Oczekiwane korzyści :**

Uczestnicy warsztatów nabędą wiedzy na temat psychologicznych aspektów nawrotów:

Nauczą się jak rozpoznawać pojawienie się nawrotu.

Uznają nawrotu jako jeden z elementów trzeźwienia w chorobie alkoholowej

Poznają różne stopnie nawrotów i nauczą się adekwatnych zachowań

Dzięki poznanym obszarom nawrotów choroby zadbają o swoją abstynencję i komfort życia bez doświadczania głodu alkoholowego.

## POGŁĘBIONA WIEDZA NA TEMAT NAWROTÓW

Zajęcia składać się będą z 3 części:

- Rundka
- Wykład
- Trening

**Proponowane tematy to:**

1. Asertywność i nawroty choroby
2. Rozróżnianie zachowań w nawrotach..
3. Trening odmawiania

**Oczekiwane korzyści:**

1. Nabędą wiedzy na temat swoich zachowań w kontekście pojawienia się nawrotu
2. Rozpoznają styl swoich zachowań.
3. Potrafią odmówić asertywnie.

### Warsztat „Nawrót w Chorobie Alkoholowej”

Warsztaty odbywać się będą w soboty i niedziele (weekendowo) w pomieszczeniach Stowarzyszenia.

Zakładamy, że głównymi, trwałymi celami Programu będzie wzrost świadomości na temat nawrotów w chorobie alkoholowej oraz rozpoznanie własnych zachowań wobec członków rodziny. Jak również nabycie nowych i konstruktywnych wzorców zachowań przy pojawieniu się objawów nawrotu. Grupą docelową warsztatów będą członkowie naszego stowarzyszenia oraz ich rodziny, a także mieszkańców Warszawy. Wszystkie informacje dotyczące planowanych warsztatów będą dostępne na stronie naszego stowarzyszenia oraz portalu społecznościowym i na tablicy ogłoszeń w Klubie. Warsztaty dostępne będą dla osób, które są w trakcie leczenia i wyrażą chęć uczestnictwa w proponowanych warsztatach. Rekrutację po kątem dotychczasowego zaangażowania w procesie leczenia przeprowadzi specjalista terapii uzależnień.

Stowarzyszenie dysponuje lokalem użytkowym w centrum Warszawy o pow. około 107m<sup>2</sup> w skład, którego wchodzi 6 pomieszczeń i 2 sanitariaty. Położenie lokalu stwarza idealne warunki do realizacji zadań statutowych. Dla potrzeb realizacji programu będzie wykorzystywany sprzęt komputerowy- 1 stanowisko wyposażone: komputer, monitor, klawiatura, myszka i oprogramowanie wraz z dostępem do internetu oraz drukarki. Będzie on dostępny dla uczestników programu nie tylko w trakcie realizacji zajęć komputerowych ale także zostanie umożliwiony dostęp do sprzętu i internetu przez cały czas pracy SKRA "SERCE". Warsztaty odbywać się będą w pomieszczeniach naszego Klubu. Stowarzyszenie Serce znajduje się na parterze i dostęp do wszystkich pomieszczeń tj. WC i pomieszczenie kuchenne jest nieograniczony i swobodny dla osób niepełnosprawnych.

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

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
"Warsztaty „Nawroty w Chorobie alkoholowej”	90%	Lista obecności

--	--	--

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

Stowarzyszenie „SERCE” liczy obecnie 70 członków. Naszym celem jest tworzenie postaw kooperujących z realizacją procesu zmierzającego do zachowania całkowitej abstynencji wśród ludzi uzależnionych, a także organizację działań mających na celu integrację rodzin abstynenckich. W ramach realizacji tych zadań utrzymujemy się z dotacji finansowych m.st. Warszawy oraz Dzielnicy Śródmieście, a także składek członkowskich. Stowarzyszenie „SERCE” spełnia swoją misję wobec społeczności lokalnej zagrożonej patologiami społecznymi. Wprowadzamy nowatorskie metody w leczeniu uzależnień, które obecnie stanowią filar terapii w uzależnieniach oraz możliwości zmiany dotychczasowych zachowań u osób uzależnionych od alkoholu i innych środków zmieniających świadomość. Udzielanie pomocy rodzinom osób uzależnionych stawiamy na pierwszym miejscu i jako niewyczerpane możliwości terapeutyczne w zakresie naprawy zaburzonych relacji rodzinnych podejmujemy pracę na rzecz całych rodzin i pomagamy naprawiać te relacje. Taki przekaz metod leczenia jest gwarantem powodzenia w terapii.

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

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Organizacja Warsztatów „Nawroty w chorobie alkoholowej”	10000	10000	0
2.	Koszt 2			
3.	Koszt 3			
4.	Koszt 4			
5.	Koszt 5			
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10000	10000	0

**V. Oświadczenia**

Oświadczam(-my), że:

- 1) proponowane zadanie publiczne będzie realizowane wyłącznie w zakresie działalności pożytku publicznego oferenta
- 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.

PREZES  
Stowarzyszenie - Klub  
Rodzin Abstynenckich „Serce”  
.....  
.....  
.....

Data 24-06-2022 v

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

WICEPREZES  
Stowarzyszenie - Klub  
Rodzin Abstynenckich „Serce”  
Michał Blejwas  
Michał Blejwas