



Załącznik nr 1

WZÓR

## 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> | Wójt Gminy Izabelin  |
| <b>2. Rodzaj zadania publicznego<sup>1)</sup></b>                           | 1) pomocy społecznej, w tym pomocy rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywania szans tych rodzin i osób;<br>1a) wspierania rodziny i systemu pieczy zastępczej<br>6) ochrony i promocji zdrowia. |

### 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> | Fundacja „Instytut Redukcji Stresu” KRS: 0000492985, REGON: 147064055<br>Ul.Langiewicza 35, 05-080 Izabelin<br><b>Dane kontaktowe:</b><br>Adres Email: <a href="mailto:fundacja@stres-irs.org">fundacja@stres-irs.org</a> , Numer telefonu: <b>692142490</b> ;<br>Adres strony: <a href="http://www.stres-irs.org">www.stres-irs.org</a> , |
| <b>2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)</b>  | Imię i nazwisko: <b>Justyna Karska</b> , Adres Email: <a href="mailto:fundacja@stres-irs.org">fundacja@stres-irs.org</a> , Tel. <b>692142490</b>   |

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

|   |  |            |                  |            |
|---|--|------------|------------------|------------|
| <b>1. Tytuł zadania publicznego</b>   | „W szacunku do siebie, Porozumienie bez Przemocy w Przedszkolu w Laskach.” |            |                  |            |
| <b>2. Termin realizacji zadania publicznego<sup>2)</sup></b>  | Data rozpoczęcia   | 24,02,2020 | Data zakończenia | 22,05,2020 |
| <b>3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)</b>   |  |            |                  |            |
| Zadanie będzie polegało na przeprowadzeniu programu wykorzystującego metodę „Porozumienie Bez Przemocy” Marshalla Rosenberga mającego na celu rozwijania profilaktyki przedszkolnej w zakresie problemów związanych z rozwojem społecznym poprzez wsparcie w budowaniu kompetencji osobistych aby wspomóc w radzeniu sobie w trudnych sytuacjach rówieśniczych oraz uczeniu się własnej emocjonalności jako czynnik zapobiegający rozwijaniu zachowań przemocowych w stosunku do środowiska, rodziny jak i w stosunku do siebie samego. Program skierowany jest do dzieci w wieku przedszkolnym (4-6 lat) oraz kadry przedszkolnej, jest to oddziaływanie poprzez wzmacnianie kompetencji bezprzemocowej, empatycznej komunikacji, budowanie kontaktu z grupą rówieśniczą i dorosłymi szczególnie w przedszkolu, wzmacnianie poczucia własnej wartości. |  |            |                  |            |

<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.



PP/1056816

2020-01-16  
Urząd Gminy Izabelin

**Metoda Porozumienia bez Przemocy** wykorzystywana jest w profilaktyce przemocy i agresji ponieważ pomaga ona budować i wzmacniać kompetencje skutecznej komunikacji, słuchania i mówienia z empatią, wzajemnego szacunku, tak by dorośli, wychowawcy i opiekunowie świadomie budowali zdrowe i wspierające relacje z dziećmi dając im tym samym przykład pozytywnych zachowań, w tym również w sytuacjach konfliktowych.

Marshall B. Rosenberg, doktor psychologii klinicznej, nauczyciel empatii i komunikacji, twórca metody NVC, praktykował ją na całym świecie, mediując w konfliktach w środowisku szkolnym, edukacyjnym, między organizacjami międzynarodowymi, a także między zwykłymi ludźmi. Przeszkolił wiele tysięcy ludzi, dzięki czemu transformowano systemy szkolne w przestrzeń dialogu, w których życie stawało się pełniejsze i bardziej wartościowe.

Sednem komunikacji opartej na empatii i Porozumieniu bez Przemocy jest budowanie i utrzymywanie relacji, gdzie potrzeby wszystkich są brane pod uwagę.

Marshall Rosenberg otrzymał nominację do Pokojowej Nagrody Nobla za wkład w szerzenie pokoju na świecie, poczynając od rodzin, poprzez szkoły, biznes po rozwiązywanie konfliktów etnicznych.

**Program ma na celu** kształtowanie przekonań, postaw, zachowań i stylu życia wspierającego zdrowie psychiczne poprzez wzrost kompetencji empatycznej i świadomej komunikacji intrapersonalnej i interpersonalnej wśród dzieci przedszkolnych. Nauczyciele mający bezpośredni wpływ na kształtowanie się nawyków i przekonań wśród dzieci dowiedzą się w jaki sposób mogą wykorzystywać metodę Porozumienie bez Przemocy w swojej pracy wychowawczej.

Działania mają na celu wsparcie promocji zdrowego trybu życia w kontekście dbania o zdrowie psychiczne, a w tym zapobieganie występowania w przyszłości u dzieci zaniżenia poczucia własnej wartości i mocy sprawczej co w konsekwencji może prowadzić do tworzenia się tendencji do popadania w wycofanie jak również wzrost ryzyka zagrożenia marginalizacją społeczną. Zaburzenia zdrowia psychicznego są od kilku lat tematem coraz głębiej badanym i poruszonym ponieważ coraz częściej problemy te dotyczą dzieci i młodzież. Mimo, że tematyka zdrowia psychicznego pozostaje w sferze tabu wzrost liczby zdiagnozowanej depresji wśród dzieci wpływa na zwiększającą się świadomość społeczną w tym zakresie. Od jakiegoś czasu faktycznie obserwuje się wśród dzieci wzrost najróżniejszych zaburzeń psychicznych. Coraz częściej rozpoznawana jest depresja. Statystyki pokazują, że cierpi na nią około 2 proc. polskich dzieci w wieku przedszkolnym, a od 4 do 8 proc. dzieci w szkołach podstawowych i nawet 20 proc. dzieci w szkołach średnich.

Jest to program wspomagający zdrowy rozwój emocjonalny i społeczny dzieci oraz kompetencje wychowawcze kadry przedszkolnej, co na przyszłość może zaowocować dla dzieci rozwojem umiejętności lepszego rozumienia siebie, umiejętnością stawiania granic, dostrzegania granic innych osób poprzez coraz lepszą komunikację ze środowiskiem rówieśniczym a poprzez to również możliwość dorastania w poczuciu bezpieczeństwa i akceptacji.

Proces wzmacniania kompetencji świadomej komunikacji ze sobą oraz kompetencji osobistych opiera się na rozwijaniu świadomej komunikacji i empatii dla siebie samego a także umiejętności brania odpowiedzialności za własne uczucia, wybory i czyny. Dzięki temu możliwe jest zmniejszenie ryzyka wypadania poza nawias społeczny oraz podejmowania w przyszłości wyborów z pozycji bezradności co może prowadzić w konsekwencji do wzrostu zachowań agresywnych i przemocowych w stosunku do środowiska, rodziny jak i w stosunku do siebie samego.

Wiek przedszkolny, do 6 roku życia jest kluczowym okresem aby zapoczątkować i rozwijać u dzieci pozytywne nawyki i wspierające przekonania stanowiące podłoże niezbędne dla higieny zdrowia psychicznego gdyż w tym wieku dzieci są bardzo podatne na wpływ/kopiowanie zachowań dorosłych i środowiska zewnętrznego w procesie kształtowania się ich osobowości i charakteru. Wiele wzorców i zachowań wyniesionych jest z domu, jednak środowisko rówieśnicze oraz nauczyciele mają bezpośredni wpływ na proces dojrzewania społecznego dziecka. Niezmiernie istotne jest aby objąć działaniem zarówno grupę rówieśniczą pozostającą ze sobą codziennej interakcji jak i nauczycieli przedszkolnych by na co dzień wzmacniali w dzieciach umiejętność budowania zdrowych i wspierających relacji, współpracy oraz umiejętności rozwiązywania konfliktów w oparciu o wzajemne zrozumienie, otwartość i empatię.

Podczas zajęć dzieci uczą się poprzez doświadczenie między innymi nazywać emocje oraz okazywać empatię, odróżniać fakty od ocen, identyfikować i nazywać swoje potrzeby, formułować prośby tak by budować relacje w oparciu o wzajemne zrozumienie i szacunek.

Programem zostaną objęte 4 grupy przedszkolne dzieci w wieku 6 i 5 lat, każda licząca do 25 osób oraz jedna grupa nauczycieli i kadry przedszkolnej licząca do około 16 osób. Zostaną wstępnie ustalone harmonogramy pracy z poszczególnymi grupami dzieci i przekazane rodzicom wraz z informacją o programie merytorycznym warsztatów.

Każda z grup dzieci weźmie udział w cyklu składającym się z 6 spotkań trwających 1 godzinę zegarową zajęć. Zajęcia prowadzone są z częstotliwością raz w tygodniu z wykluczeniem zdarzeń losowych lub koniecznych zmian w grafiku pracy przedszkola. Praca z dziećmi odbywa się metodami interaktywnymi dostosowanymi do wieku dzieci i wymagań grupy. Każde zajęcia prowadzone są przez dwóch trenerów jednocześnie, z których jeden posiada międzynarodowy certyfikat w zakresie metody Porozumienie bez Przemocy. Do pracy wykorzystujemy zestawy klocków Lego Duplo Edu zakupionych ze środków Gminy Izabelin oraz miasta stołecznego Warszawa Centrum Komunikacji Społecznej. Podczas zajęć obecny jest w Sali nauczyciel lub inny pracownik kadry przedszkolnej.

Nauczyciele i kadra przedszkola wezmą udział w dwóch warsztatach trwających po 2 godziny zegarowe każde, które odbędą się na terenie placówki przedszkolnej. Warsztaty prowadzone są przez jednego trenera posiadającego międzynarodowy certyfikat w zakresie metody Porozumienie bez Przemocy. Nauczyciele i kadra otrzymają materiały merytoryczne aby wspomóc im dalsze podnoszenie kwalifikacji.

Zostanie opracowana treść materiału edukacyjnego dla rodziców w formie krótkiej broszury do przekazania drogą mailową za pośrednictwem placówki przedszkolnej. Broszura będzie zawierała podstawowe informacje na temat metody Porozumienie bez Przemocy i będzie wysłana do rodziców w ramach akcji informacyjnej poprzedzającej rozpoczęcie zajęć z dziećmi.

**Miejszem realizacji zadania** jest Gminne Przedszkole w Laskach "Akademia pod Dębowym Liściem", ul. 3-go Maja 43, Izabelin. W sumie działaniem zostanie objętych do około 116 osób. Dyrekcja przedszkola wyraziła zapotrzebowanie na realizację opisanych działań w placówce.

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

| Nazwa rezultatu  | Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)  | Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika   |
|--|---|---|
| Przeprowadzenie warsztatów dla dzieci  | 70% frekwencji w stosunku do wszystkich dzieci zapisanych/zgłoszonych na warsztaty                  | Liczba uczestników potwierdzona pisemnie przez dyrekcję przedszkola.<br>Dziennik zajęć  |
| Przeprowadzenie warsztatów dla nauczycieli i innej kadry pracującej w przedszkolu  | 80% frekwencji w stosunku do wszystkich osób zapisanych/zgłoszonych na warsztaty                    | Lista obecności.<br>Ankiety ewaluacyjne dotyczące oceny treści i sposobu prowadzenia zajęć wypełniane przez uczestników.<br>Raport prowadzącego |
| Przygotowanie materiału edukacyjnego dla rodziców w formie krótkiej broszury na temat metody Porozumienie bez Przemocy - do przekazania drogą mailową rodzicom dzieci uczęszczających do przedszkola przez dyrekcję placówki | Przekazanie broszury (drogą mailową) dyrekcji przedszkola z prośbą o przekazanie materiału rodzicom | Materiał edukacyjny – broszura<br>Potwierdzenie od dyrekcji o otrzymaniu materiału i przekazaniu broszury mailowo rodzicom                      |

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

Organizacja kilkuletnie doświadczenie w przeprowadzaniu tego rodzaju działań na terenie szkół, przedszkoli i ognisk. Programy profilaktyczne dla systemu szkolnego oparte na Porozumieniu Bez Przemocy realizujemy od 2016 roku. Byliśmy zaangażowani w program Lokalnego Systemu Wsparcia na Żoliborzu gdzie w okresie 2017 -2019 prowadzimy działania o podobnym charakterze jak proponowane w tym projekcie skierowane do dzieci w wieku szkolnym. Działamy w partnerstwie z Towarzystwem Przyjaciół Dzieci Oddział mazowiecki oraz Towarzystwem Dzieci Ulicy im.Lisieckiego Dziadka. W roku 2018 zrealizowaliśmy projekt oparty o Porozumienie bez Przemocy w szerokim zakresie we współpracy z TPDU im.Lisieckiego Dziadka na zlecenie Ministerstwa Sprawiedliwości dla klas oraz świetlic środowiskowych na terenie Warszawy. Działaniami obejmujemy dzieci, nauczycieli i rodziców. Współpracujemy z doświadczoną kadrą trenerską, w tym z osobami posiadającymi międzynarodowy certyfikat w zakresie metody PBP. W tym projekcie przewidujemy również zaangażowanie przynajmniej jednego certyfikowanego trenera do pracy w grupie. Certyfikacja potwierdza kwalifikacje w tym kwalifikacje osobiste w zakresie empatycznej komunikacji oraz wieloletnie doświadczenie trenera. Zrealizowaliśmy w roku 2019 programy o podobnym zakresie dla Przedszkola Gminnego w Izabelinie oraz dla niepublicznego przedszkola Radosny Domek Pod Sosnami w Izabelinie.

Realizujemy także programy skierowane do grup w wieku senioralnym o tematyce empatycznej komunikacji, raczenia sobie ze stresem oraz uważności. Od trzech lat współpracujemy z dwoma Domami i Klubami Seniora na Żoliborzu.

Staramy się nieść Porozumienie bez Przemocy w świat jako filozofię i etykę.

#### Zasoby kadrowe

Certyfikowana trenerka NVC (Porozumienia bez Przemocy), mediatorka, socjoterapeutka. Prowadzi warsztaty związane z rozwojem osobistym, zajmuje się coachingiem konfliktu i mediacjami, prowadzi grupy wsparcia i grupy praktykujące NVC. Współpracuje ze szkołami i przedszkolami prowadząc zajęcia dla nauczycieli, dzieci i rodziców. Prowadzi też interwencje w zespołach pracowniczych, poprzedzone badaniem organizacji. W swojej pracy wykorzystuje przede wszystkim Porozumienie bez Przemocy, korzysta też z Analizy Transakcyjnej. Jest członkinią zarządu Fundacji Instytut Redukcji Stresu i współpracuje z organizacją od 2016 roku. Realizowała z nami projekty w szkołach i przedszkolach na terenie Warszawy, Izabelina w Skierniewicach i na terenie Łomianek.

Trener wspomagający w pracy z grupami przedszkolnymi, prowadzi także zajęcia dla grup senioralnych w zakresie empatycznej komunikacji oraz o tematyce związanej z wpływem przewlekłego stresu na zdrowie. Ukończyła studia licencjackie ekonomiczne na SGH, pracowała 15 lat w międzynarodowych firmach w działach finansowych. Ukończyła studia podyplomowe w zakresie zarządzania projektami w Warszawskiej Wyższej Szkole Informatyki. Ukończyła dwu letnią Szkołę Trenerów Komunikacji Opartej na Empatii. Ukończyła pierwszy stopień studium Analizy Transakcyjnej w Akademii Analizy Transakcyjnej. Wierzy, że empatyczna komunikacja może poprawić jakość życia.

Przewidywany wkład osobowy: 2 000,00 zł

**Zasoby rzeczowe**

Do realizacji zadania organizacja wykorzystuje drukarki, oprogramowanie, sprzęt komputerowy, samochód, paliwo, telefon, internet, gry oraz klocki Lego Duplo Edu, wartość zakupu zestawów, które posiadamy wynosi około 5 tys złotych. Klocki pochodzą z dotacji Gminy Izabelin oraz Miasta Stołecznego Warszawa Centrum Komunikacji Społecznej.

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

| Lp.  | Rodzaj kosztu   | Wartość PLN | Z dotacji | Z innych źródeł |
|--|---|-------------|-----------|-----------------|
| 1.   | Prowadzenie zajęć dla dzieci (koszt pracy 2 trenerów plus koszt programu merytorycznego warsztatów to 350 zł za godzinę) 4 grupy po 6 spotkań godzinnych na grupę. Trener posiadający certyfikat metody Porozumienie bez Przemocy i rozlicza się na podstawie faktury. Trener wspomagający na podstawie umowy zlecenia. | 8400        |           |                 |
| 2.   | Prowadzenie warsztatów dla nauczycieli i kadry. 4 godziny po 200zł.   | 800         |           |                 |
| 3.   | Zakup art. do druku oraz do pracy podczas warsztatów: papier, teczki na materiały itp.  | 100         |           |                 |
| 4.   | Przygotowanie treści i skład broszury edukacyjnej dla rodziców  | 1000        |           |                 |
| 5.   | Księgowość (faktura)  | 700         |           |                 |
| 6.   | Koordinacja   | 1000        |           |                 |
| Suma wszystkich kosztów realizacji zadania |   | 12000       | 10000     | 2000            |

**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.

Justyna Kowalska

Data 16-1-2020

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

Fundacja  
Instytut Redukcji Stresu  
ul. Langiewicza 35, 05-080 Izabelin, C  
NIP 118-209-62-29, Regon 147064055