

STOWARZYSZENIE POMOCY WZAJEMNEJ
„BYĆ RAZEM”
43-400 Cieszyń ul. Ks. Janusza 3
NIP 548-14-87-517

Załącznik nr 1

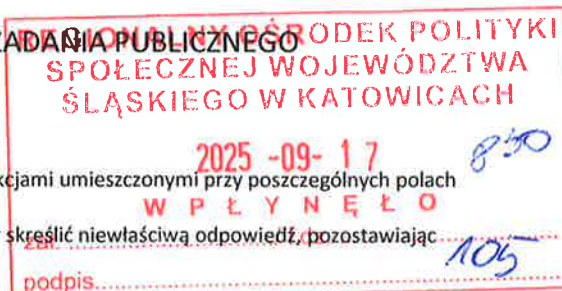
WZÓR

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

1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta	ZARZĄD WOJEWÓDZTWA ŚLĄSKIEGO Zarząd Województwa Śląskiego
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	DZIAŁALNOŚĆ NA RZECZ POMOCY SPOŁECZNEJ, W TYM POMOCY RODZINOM I OSOBOM W TRUDNEJ SYTUACJI ŻYCIOWEJ ORAZ WYRÓWNYWANIA 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	
Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej "Być Razem" 43-400 Cieszyń, ul. Księdza Janusza 3 Forma prawna: Stowarzyszenie, KRS: 0000081114 Numer kontaktowy: 33 479 54 55, 572 207 500 Adres e-mail: cpeitkontakt@bycrazem.com Adres strony www: http://bycrazem.com/	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	– kierownik Centrum Profilaktyki Edukacji i Terapii Kontakt, nr telefonu: 33 479 54 55, e-mail:

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Strefa Kontaktu – pomoc psychologiczna i psychoterapeutyczna oraz grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy 2025		
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	06.10.2025	Data zakończenia 31.12.2025
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)			

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.

Miejsce realizacji

Zadanie realizowane będzie w Centrum Profilaktyki Edukacji i Terapii „Kontakt”, ul. Księdza Janusza 3 w Cieszyńsku prowadzonym przez Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej „Być Razem”.

Grupa docelowa

Projekt będzie skierowany do osób doświadczających przemocy — zagrożonych wykluczeniem społecznym oraz znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej, które potrzebują specjalistycznego wsparcia psychologicznego i psychoterapeutycznego. Obejmie dorosłe osoby z terenu powiatu cieszyńskiego doświadczające przemocy, które w związku ze swoimi doświadczeniami mierzą się z kryzysami psychicznymi, doświadczają trudności emocjonalnych, wychowawczych lub społecznych. W szczególności chcemy trafić do osób, które nie mają możliwości skorzystania z pomocy psychologicznej w systemie publicznym z powodu długiego czasu oczekiwania, braku dostępnych specjalistów w okolicy lub ograniczeń finansowych. Naszym celem jest dotarcie do tych, którzy często pozostają bez realnej możliwości otrzymania profesjonalnego wsparcia w odpowiednim czasie.

Sposób rozwiązywania problemów i zaspokajania potrzeb, komplementarność z innymi działaniami podejmowanymi przez organizację lub inne podmioty

Centrum Profilaktyki Edukacji i Terapii Kontakt to placówka prowadzona przez Stowarzyszenie Pomocy Wzajemnej Być Razem. Od prawie 30 lat prowadzimy placówkę zajmującą się wieloaspektową pomocą rodzinom i osobom doświadczającym różnorodnych kryzysów. Każdego roku obserwujemy wzrost zapotrzebowania na specjalistyczną pomoc psychologiczną i psychoterapeutyczną. Osoby wymagające pilnych konsultacji, w tym osoby doświadczające przemocy, znajdujące się w kryzysie bądź posiadające myśli samobójcze, przyjmowane są interwencyjnie w pierwszej kolejności przez pracownika interwencyjnego. Mamy jednak niewystarczającą liczbę terminów dla osób, które chcą odbudować poczucie własnej wartości i rozwijać umiejętności radzenia sobie z traumą po doświadczeniu przemocy, które chcą pracować nad jakością swojego życia, chcą zmienić swoją trudną sytuację związaną z trudnościami wychowawczymi, zdrowiem psychicznym czy inną sytuacją, która powoduje, że należą do grupy osób zagrożonych lub wykluczonych społecznie.

W odpowiedzi na te potrzeby zadanie będzie polegać na zapewnieniu specjalistycznego wsparcia psychologicznego i psychoterapeutycznego osobom doświadczającym przemocy, z powodu której znajdują się w kryzysie i zmagają się z wieloma trudnościami. Pomoc będzie realizowana w formie indywidualnych konsultacji psychologicznych i psychoterapeutycznych oraz poprzez udział w grupie wsparcia dla osób doświadczających przemocy, co umożliwi zarówno pracę nad indywidualnymi trudnościami, jak i wzmacnianie kompetencji emocjonalnych oraz budowanie relacji społecznych w bezpiecznym środowisku.

W ramach realizacji zadania planujemy uruchomić 30 godzin indywidualnych konsultacji psychologicznych i psychoterapeutycznych oraz 31 godzin spotkań grupy wsparcia dla osób doświadczających przemocy dla mieszkańców powiatu cieszyńskiego. Konsultacje indywidualne będą prowadzone przez doświadczonych specjalistów – psychologów, psychoterapeutów. Wsparciem planujemy objąć co najmniej 11 osób z terenu powiatu cieszyńskiego.

Indywidualne konsultacje psychologiczne i psychoterapeutyczne oraz udział w grupie wsparcia dla osób doświadczających przemocy mają na celu:

- zmianę postaw i zachowań na akceptowane społecznie,
- konstruktywne rozwiązywanie problemów,
- wzmocnienie poczucia sprawstwa i zwiększenie motywacji do podejmowania działań na rzecz zmiany swojej sytuacji,
- rozwijanie umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach,
- wzmocnienie kompetencji życiowych, w tym rodzicielskich,
- rozwijanie postawy asertywnej, ułatwiającej obronę swoich granic,
- budowanie poczucia własnej wartości i rozwijanie adekwatnej samooceny,
- zwiększenie umiejętności psychospołecznych,
- poprawę zdolności tworzenia więzi, współpracy i komunikacji,
- podniesienie poziomu samokontroli,
- radzenie sobie ze stresem,
- rozwijanie postaw związanych ze zdrowym stylem życia,
- rozwijanie umiejętności realizowania celów życiowych,
- zmniejszenie poczucia bezradności,

- wzięcie odpowiedzialności za sytuację domową i bezpieczeństwo (również emocjonalne) członków rodziny,
- stworzenie bezpiecznej przestrzeni, w której uczestnicy mogą dzielić się swoimi doświadczeniami, emocjami i trudnościami związanymi z przemocą, w atmosferze zrozumienia i wzajemnego szacunku,
- odbudowę poczucia bezpieczeństwa i wzmocnienie poczucia własnej wartości,
- odbudowę zasobów psychicznych i społecznych, niezbędnych do odzyskania równowagi emocjonalnej oraz wzmocnienia w procesie wychodzenia z przemocy.

Zadanie będzie realizowane w komplementarności z innymi działaniami organizacji, takimi jak wsparcie psychologiczne i psychoterapeutyczne, interwencja kryzysowa i działania profilaktyczne. W ramach działań profilaktyczno-edukacyjnych uczestnicy konsultacji indywidualnych oraz grup wsparcia będą edukowani w zakresie rozpoznawania przemocy, dostępnych form pomocy oraz kształtowania postaw społecznych wolnych od przemocy.

Projekt zakłada współpracę z instytucjami lokalnymi, takimi jak ośrodki pomocy społecznej, szkoły, poradnie psychologiczno-pedagogiczne, sądy rodzinne oraz inne organizacje pozarządowe, co zapewni komplementarność podejmowanych działań i umożliwi skuteczne kierowanie osób potrzebujących do oferowanego wsparcia.

Ważnym elementem będzie także promowanie pozytywnego wizerunku rodziny opartej na szacunku, bezpieczeństwie i odpowiedzialności za dobro wszystkich jej członków, co będzie podkreślane zarówno podczas pracy indywidualnej, jak i grupowej.

Zadanie jest odpowiedzią na rosnącą potrzebę dostępu do specjalistycznej pomocy, uzupełnia i wzmacnia dotychczasową działalność organizacji w zakresie pomocy psychologicznej, wspierania rodzin i przeciwdziałania przemocy. Chcemy konsekwentnie docierać z naszą ofertą do osób najbardziej potrzebujących, aby skutecznie przeciwdziałać negatywnym skutkom zjawisk społecznej patologii i wspierać ich w wychodzeniu z trudnych sytuacji życiowych.

Uzasadnienie zgodności z priorytetem i celem operacyjnym:

Projekt „Strefa Kontaktu” wpisuje się w I obszar priorytetowy, w ramach którego możliwe jest uzyskanie dofinansowania na wsparcie osób doświadczających przemocy domowej. Działania przewidziane w projekcie obejmują m.in. indywidualne konsultacje psychologiczne i psychoterapeutyczne oraz grupy wsparcia, co odpowiada wskazanym formom wsparcia w ramach Priorytetu I.

Realizacja zadania jest zgodna również z Programem przeciwdziałania przemocy w rodzinie w województwie śląskim na lata 2021–2025, w szczególności z Celami operacyjnymi 1 i 2, które zakładają wspieranie oddziaływań profilaktycznych na rzecz przeciwdziałania przemocy w rodzinie, oraz wspieranie lokalnych systemów przeciwdziałania przemocy w rodzinie. Ponadto projekt odpowiada również na założenia Rządowego Programu Przeciwdziałania Przemocy Domowej na lata 2024–2030, wpisując się w Cel 2, który koncentruje się na zwiększeniu dostępności i skuteczności ochrony oraz wsparcia osób doświadczających przemocy domowej.

Dzięki temu projekt nie tylko realizuje cele lokalne, ale również wspiera działania strategiczne w skali województwa i kraju, przyczyniając się do poprawy bezpieczeństwa i jakości życia osób doświadczających przemocy domowej.

Opis wkładu własnego:

Wkład własny w formie wkładu osobowego zostanie zapewniony poprzez pracę wolontariacką związaną z koordynacją projektu. Do zadań koordynatora będzie należeć m.in.:

- bieżące zarządzanie harmonogramem działań,
- kontakt i współpraca z instytucjami wspierającymi,
- nadzór nad prawidłową realizacją zadań projektowych,
- monitorowanie postępów i gromadzenie dokumentacji,
- wsparcie zespołu realizującego działania merytoryczne.

Szacowany wymiar czasu pracy koordynatora w ramach wolontariatu wynosi **12,5 godziny** w okresie realizacji projektu. Wartość wkładu osobowego wynosi **500 zł**.

Dzięki wniesieniu tego wkładu własnego projekt zyska dodatkowe zasoby organizacyjne i merytoryczne, co przełoży się na sprawną przebieg i skuteczność zaplanowanych działań.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Liczba osób objętych wsparciem psychologicznym i psychoterapeutycznym	3 osoby	Listy obecności uczestników
Liczba zrealizowanych godzin w ramach działania Pomoc psychologiczna i psychoterapeutyczna	30 godzin	Karty pracy specjalistów
Liczba osób objętych wsparciem w ramach grupy wsparcia dla osób doświadczających przemocy	8 osób	Listy obecności uczestników
Liczba zrealizowanych godzin w ramach działania Grupa wsparcia dla osób doświadczających przemocy	31 godzin	Karty pracy specjalistów

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

Stowarzyszenie od 1996 r. prowadzi Centrum Profilaktyki Edukacji i Terapii „Kontakt”, gdzie od początku udzielana jest pomoc psychologiczna i prawna oraz zajęcia specjalistyczne dla dzieci i młodzieży pochodzących z rodzin w trudnej sytuacji życiowej. Dodatkowo zrealizowaliśmy warsztaty profilaktyczne dla dzieci i młodzieży w szkołach. W ramach swoich podstawowych programów w CPEiT „Kontakt” realizowane są działania mające na celu zapobieganie krzywdzeniu dzieci, wspieranie funkcji rodziny, wzmacnianie więzi pomiędzy rodzicami a dziećmi oraz wspieranie umiejętności wychowawczych. Stowarzyszenie w ostatnich latach podjęło wiele przedsięwzięć edukacyjno-informacyjnych i pomocowych dla dzieci i rodzin w trudnej sytuacji życiowej, takich jak:

- „Być Razem w Kontaktcie” w ramach: Funduszy Europejskich dla Śląskiego 2021-2027 (Europejski Fundusz Społeczny+), dla Priorytetu: FESL.07.00 – Fundusze Europejskie dla społeczeństwa, dla Działania: FESL.07.07 – Wsparcie rodziny, dzieci i młodzieży oraz deinstytucjonalizacja pieczy zastępczej (01.08.2024 r. – 31.07.2026 r.),
- „Program wieloaspektowej pomocy psychologicznej i prawnej Rodzina w Centrum” – Gmina Cieszyn (2007-2025),
- "Powiatowy Ośrodek Wsparcia dla Osób Dotkniętych Przemocą w Rodzinie" - Starostwo Powiatowe (2012-2024),
- "Punkt Interwencji Kryzysowej" - Starostwo Powiatowe (2012-2022),
- Grupy socjoterapeutyczne dla dzieci i młodzieży — Fundacja Drzewo i Jutro (2021-2025),
- Bezpieczny Kontakt — Program wspierania dzieci i rodzin z grup zwiększonego ryzyka — Krajowe Biuro Przeciwdziałania Narkomanii (2021-2023),
- "POZYTYWKA" – program profilaktyczny z zakresu przeciwdziałania depresji i zachowaniom ryzykownym u dzieci i młodzieży" - województwo śląskie (2018),
- Program profilaktyczny i rozwijania zainteresowań dzieci i młodzieży Pozytywka — Gmina Cieszyn (2020),
- "Program wyrównywania szans edukacyjnych dla dzieci i młodzieży "Dobry Kontakt" - Gmina Cieszyn (2018-2023),
- „Program socjoterapeutyczny i edukacyjny dla dzieci i młodzieży” – Gmina Cieszyn (2007, 2012, 2014, 2015),
- "Profilaktyczna działalność informacyjna i edukacyjna w obszarze uzależnień dla dzieci i młodzieży – Gmina Cieszyn (2010-2015),
- "Prowadzenie Punktu ds. Narkomanii"- Gmina Cieszyn (2012-2025),
- "Wypoczynek dla dzieci i młodzieży- Gmina Cieszyn (2012-2024),
- „Pomoc dzieciom krzywdzonym, ofiarom przestępstw” – programy pomocowe dla dzieci w ramach programu „Bezpieczne Dzieciństwo” Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę (2010-2016),
- "Program pomocy terapeutycznej kobietom i dzieciom — ofiarom przemocy seksualnej" w ramach inicjatywy UE Daphne II (2005-2006), program obejmował cykl szkoleń międzynarodowych dla specjalistów (Polska — Czechy — Niemcy),
- "Zajęcia wspierająco-edukacyjne dla dzieci i młodzieży "Lepszy kontakt" 2019.

Stowarzyszenie za swoją działalność było wielokrotnie wyróżniane, w 2009 roku otrzymało prestiżową nagrodę TOTUS za osiągnięcia w dziedzinie promocji człowieka, pracy charytatywnej i edukacyjno-wychowawczej.

Kadrę realizującą projekt stanowią osoby z wieloletnim doświadczeniem psychologicznym, psychoterapeutycznym, pedagogicznym. Specjaliści realizujący zadanie posiadają odpowiednie wykształcenie wyższe. Psychoterapeuci posiadają wszechstronne wykształcenie z zakresu psychopatologii poświadczane dyplomami i posiadają kilkunastoletnie doświadczenie w pracy z rodzinami dysfunkcyjnymi czy z osobami borykającymi się z trudnościami wychowawczymi, lękami, depresją i innymi zaburzeniami.

Budynek jest przystosowany do przeprowadzania konsultacji indywidualnych i spotkań rodzinnych. Dysponujemy przestronnymi, a także kameralnymi salami, wyposażonymi w odpowiednie sprzęty niezbędne do realizacji zadania. Zgodnie z ustawą z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnieniu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami, w budynku zapewniamy dostęp alternatywny dla osób ze szczególnymi potrzebami. Jesteśmy w trakcie prac dotyczących dostosowania budynku do osób ze szczególnymi potrzebami, które mają na celu spełnienie wymagań określonych w ustawie z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnieniu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami. Do czasu zakończenia prac, zapewniamy dostęp alternatywny zgodnie z art. 7 tej ustawy. Dokładamy wszelkich starań, aby każdy miał możliwość skorzystania z oferowanych przez nas usług i przestrzeni na równych zasadach.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie dla specjalistów za prowadzenie konsultacji psychologicznych i psychoterapii	150,00/godz. x 30 godz. = 4500,00	4500,00	0,00
2.	Wynagrodzenie dla specjalisty za prowadzenie grupy wsparcia	150,00/godz. x 31 godz. = 4650,00	4650,00	0,00
3.	Koszty administracyjne – obsługa księgowa	1 usługa x 350,00 = 350,00	350,00	0,00
4.	Koszty administracyjne – koordynacja projektu (wkład własny)	500,00	0,00	500,00
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000,00	9500,00	500,00

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.

Wiceprezes Zarządu
Stowarzyszenia Pomocy Wzajemnej

Data 12.09.2025

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