

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

1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta	Prezydent Miasta Skarżyska-Kamiennej
2. Rodzaj zadania publicznego¹⁾	Przeciwdziałanie 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 e-mail, numer telefonu	
Fundacja Nowe Horyzonty 26-110 Skarżysko-Kamienna Wileńska 5B/1 Forma prawna: Fundacja KRS: 0001149149 NIP: 6631890940 BNP Paribas 51160014621715246350000001 Telefon: +48 513 628 713 e-mail: fundacja@nowehoryzonty.org.pl WWW: https://nowehoryzonty.org.pl/ ; https://fnh.org.pl/	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Imię i nazwisko: Filip Mruz Telefon: +48 792 733 451 e-mail: filip.mruz@nowehoryzonty.org.pl

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	(Po)Mocny Rodzic! - wsparcie wychowawcze i psychofizyczne dla rodziców i opiekunów dzieci		
2. Termin realizacji zadania publicznego²⁾	Data rozpoczęcia	16-10-2025	Data zakończenia 12-12-2025

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.

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

Współcześni rodzice i opiekunowie dzieci bardzo często mierzą się z przeciążeniem obowiązkami domowymi i zawodowymi, stresem wynikającym z odpowiedzialności wychowawczej oraz brakiem czasu na regenerację psychiczną i fizyczną. Z badań CBOS („Stres i relaks w życiu codziennym Polaków”, 2021) wynika, że ponad połowa dorosłych Polaków doświadcza wysokiego poziomu stresu, a rodzice dzieci w wieku szkolnym szczególnie często wskazują przeciążenie obowiązkami jako źródło napięcia. Nadmierne zmęczenie i brak umiejętności radzenia sobie ze stresem negatywnie wpływa na relacje rodzinne, komunikację z dziećmi i poczucie własnej sprawczości wychowawczej. W dłuższej perspektywie skutkuje to konfliktami, obniżonym poczuciem bezpieczeństwa w rodzinie oraz ryzykiem występowania problemów wychowawczych i społecznych u dzieci. Przyczyną problemu jest m.in.: - brak wystarczających narzędzi wychowawczych i kompetencji społecznych, - nadmierne obciążenie obowiązkami rodzinnymi i zawodowymi, - brak przestrzeni dla dorosłych na regenerację i wzmocnienie zdrowia psychofizycznego. Konsekwencją jest osłabienie relacji rodzinnych, zwiększone ryzyko wypalenia rodzicielskiego i ograniczona aktywność społeczna dorosłych.

Projekt „(Po)Mocny Rodzic! - wsparcie wychowawcze i psychofizyczne dla rodziców i opiekunów dzieci” ma na celu przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym poprzez wzmocnienie kompetencji wychowawczych i społecznych rodziców oraz poprawę ich zdolności radzenia sobie ze stresem i napięciem emocjonalnym. Odbiorcami projektu będą dorośli rodzice i opiekunowie (w wieku 18–65 lat) dzieci zamieszkujący Skarżysko-Kamienną, w szczególności osoby przemęczone, przeciążone obowiązkami wychowawczymi i poszukujące wsparcia w radzeniu sobie z codziennym stresem. Docelowa grupa to 10 osób na zajęciach.

Uczestnicy wezmą udział w cyklu spotkań obejmujących:

1. Warsztaty Treningu Umiejętności Wychowawczych (6 x 90 minut) prowadzone przez psychologa/pedagoga, poświęcone rozwijaniu praktycznych umiejętności komunikacji, stawiania granic, radzenia sobie z emocjami oraz budowaniu bezpiecznych relacji rodzinnych.
2. Warsztaty integracyjne w siłowni (6 x 45 minut), w tym aktywność fizyczną prowadzoną przez trenera personalnego. Połączenie ruchu z rozmową i edukacją pozwoli na obniżenie poziomu stresu, integrację grupy i wzmocnienie lokalnej sieci wsparcia.

Realizacja projektu odbędzie się w Skarżysku-Kamiennej – w sali warsztatowej przy ul. Słowackiego 40 oraz w lokalnej siłowni współpracującej z organizatorem.

Projekt odpowiada na zdiagnozowane potrzeby lokalnej społeczności – wspiera rodziców w radzeniu sobie z obciążeniami, wzmacnia więzi rodzinne i ogranicza ryzyko występowania problemów wychowawczych, które często prowadzą do uzależnień i patologii społecznych.

Projekt będzie promowany w sposób dostosowany do lokalnej społeczności, z wykorzystaniem kanałów o dużym zasięgu w Skarżysku-Kamiennej i regionie świętokrzyskim. Narzędzia promocji:

Dokładny zakres niezbędnych materiałów zostanie zidentyfikowany w momencie rozpoczęcia przygotowań do realizacji projektu. Zakup tego rodzaju artykułów umożliwi sprawną organizację spotkań, prowadzenie dokumentacji oraz stworzenie przyjaznych warunków do nauki i pracy grupowej. Katalog materiałów pozostaje otwarty, tak aby dostosować zakupy do bieżących potrzeb projektu. Biorąc pod uwagę średnie ceny rynkowe (np. notes 6–10 zł, długopis 1–3 zł, ryza papieru 20–25 zł, toner 150–250 zł), całkowity koszt 1100 zł dla grupy 10 uczestników i pełnej dokumentacji projektu pozostaje uzasadniony i mieści się w realiach rynkowych.

Koordinator odpowiada za kompleksowe zarządzanie projektem, w tym harmonogram, kontakt z trenerami, rekrutację uczestników, prowadzenie dokumentacji oraz rozliczenie zadania. Jego praca gwarantuje spójność działań, terminową realizację oraz utrzymanie wysokiej jakości organizacyjnej projektu. Koordinator będzie także pierwszym punktem kontaktu dla uczestników i instytucji współpracujących, co zapewni płynny przepływ informacji i minimalizację ryzyka organizacyjnego. Kwota 500 zł obejmuje wynagrodzenie koordynatora odpowiedzialnego m.in. za kontakt z uczestnikami i trenerami, organizację spotkań, prowadzenie dokumentacji oraz rozliczenie zadania. W projektach lokalnych stawki dla koordinatorów wynoszą zazwyczaj 30–50 zł za godzinę pracy. Koszt 500 zł odpowiada wynagrodzeniu za ok. 12–15 godzin pracy, co jest stawką mieszczącą się w realiach rynkowych oraz adekwatną do zakresu obowiązków.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Umożliwienie udziału w zajęciach z psychologiem i pedagogiem	6 x 90 min.	Dokumentacja zdjęciowa, karta czasu pracy
Umożliwienie udziału w zajęciach z trenerem personalnym	6 x 45 min.	Lista obecności

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

Fundacja Nowe Horyzonty działa na rzecz dzieci, młodzieży i rodzin, prowadząc projekty edukacyjne, psychologiczne, prawne i artystyczne. Nasze działania obejmują m.in. warsztaty rozwojowe, projekty edukacji prawnej, gry miejskie rozwijające kompetencje miękkie, wydarzenia kulturalne oraz wsparcie rodzin w kryzysie. Działamy głównie w województwie świętokrzyskim, a w naszym planie rozwoju przewidziane jest rozszerzenie działalności na inne regiony Polski. W Skarżysku-Kamiennej przy ul. Słowackiego 40 prowadzimy gabinet terapeutyczny i salę do terapii grupowej.

Celami Fundacji są:

1. Działalność w obszarze pomocy społecznej, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób;
2. Działalność na rzecz rodziny, macierzyństwa, rodzicielstwa, upowszechniania i ochrony praw dziecka;
3. Pomoc osobom pokrzywdzonym i ich rodzinom;
4. Przeciwdziałanie uzależnieniom i patologiom społecznym;
5. Wzmacnianie w społeczeństwie poszanowania dla godności ludzkiej i poszanowania praw obywateli;
6. Przeciwdziałanie czynnikom kryminogennym, a zwłaszcza agresji i przemocy, w tym przemocy w rodzinie, oraz problemom uzależnień;

1. Portale społecznościowe – publikacje na profilach: Facebook Akademia Pozytywnego Wsparcia, Facebook Fundacja Nowe Horyzonty, grupy lokalne
2. Strony internetowe i portale lokalne – artykuły, między innymi: www.skarzysko24.pl, www.proskarzysko.pl
3. Materiały drukowane – plakaty i ulotki rozmieszczone w szkołach, przedszkolach, miejskich i powiatowych placówkach oraz ośrodkach wsparcia rodziny.
4. Marketing bezpośredni – informacje przekazywane podczas spotkań w szkołach i przedszkolach oraz rozmów z lokalną społecznością.
5. Media tradycyjne – przesłanie notatek prasowych do lokalnych gazet.

Koszt zatrudnienia psychologa wynika z potrzeby profesjonalnego poprowadzenia warsztatów. Psycholog posiada specjalistyczną wiedzę w zakresie radzenia sobie ze stresem, emocjami oraz komunikacji w rodzinie, co jest kluczowe w kontekście przeciwdziałania uzależnieniom i patologiom społecznym. Jego rola zapewni merytoryczną jakość zajęć oraz rzetelną diagnozę i wsparcie uczestników. Stawka 200 zł za 90-minutowe zajęcia jest zgodna ze stawkami rynkowymi za pracę specjalisty psychologa prowadzącego warsztaty grupowe w organizacjach pozarządowych i jednostkach samorządowych. Na rynku lokalnym (woj. świętokrzyskie) koszt jednej godziny pracy psychologa w projektach społecznych wynosi zazwyczaj od 150 do 250 zł, co czyni proponowaną stawkę racjonalną i mieszczącą się w średnich widełkach.

Pedagog odpowiedzialny będzie za część warsztatową poświęconą relacjom rodzinnym, wychowaniu i budowaniu więzi. Jego obecność w projekcie pozwoli połączyć wiedzę psychologiczną z praktycznym doświadczeniem w pracy z rodzicami i opiekunami. Pedagog wniesie także perspektywę edukacyjną i pomoże uczestnikom w rozwijaniu umiejętności wychowawczych w codziennych sytuacjach. Wynagrodzenie pedagoga na poziomie 200 zł za spotkanie (90 minut) odpowiada rynkowym stawkom specjalistów prowadzących warsztaty wychowawcze. W podobnych projektach realizowanych przez NGO stawki wynoszą średnio 150–250 zł za warsztat, w zależności od doświadczenia trenera i tematyki. Zaproponowany koszt jest więc adekwatny do zakresu i jakości merytorycznej zajęć.

Trener personalny prowadzący zajęcia w siłowni odpowiada za część fizyczno-integracyjną projektu. Jego zadaniem jest dostosowanie aktywności ruchowej do możliwości uczestników, tak aby wspierała redukcję stresu, budowanie zdrowych nawyków oraz integrację grupy. Profesjonalne wsparcie trenera gwarantuje bezpieczeństwo i motywację uczestników do aktywnego stylu życia jako alternatywy dla zachowań ryzykownych. Koszt 1000 zł obejmuje przeprowadzenie cyklu zajęć integracyjno-fizycznych w siłowni oraz udostępnienie przestrzeni i sprzętu. Rynkowy koszt jednorazowych zajęć grupowych z trenerem personalnym wynosi od 150 do 250 zł (plus ewentualny koszt wynajmu przestrzeni). Przy cyklu kilku spotkań stawka 1000 zł za całość mieści się w dolnych granicach cen obowiązujących w branży fitness, co czyni ją korzystną i racjonalną.

Materiały zużywalne są niezbędne do prawidłowej realizacji warsztatów oraz działań administracyjnych projektu. Obejmują między innymi: długopisy, notesy/notatniki dla uczestników, tusze do drukarki, pojemniki na zużyty tusz, papier do drukarki, teczki na materiały szkoleniowe, tonery, zestawy materiałów informacyjnych, gry integracyjne i wiele więcej.

7. Aktywizowanie i rozwój wspólnot i społeczności lokalnych;
8. Budowanie społeczeństwa obywatelskiego;
9. Działalność na rzecz ochrony i promocji zdrowia, a także ochrony środowiska;
10. Promowanie postaw proobywatelskich i motywowanie do aktywności społecznej;
11. Wspieranie i popularyzacja kultury fizycznej i sportu;

Współpracujemy m.in. z:

- Placówkami Opiekuńczo-Wychowawczymi nr 1 i nr 2 w Skarżysku-Kamiennej,
- Many Mornings,
- Fundacją im. Stefana Artwińskiego,
- Stowarzyszeniem Smart,
- Stowarzyszeniem Arka Noego,
- Urzędem Marszałkowskim Województwa Świętokrzyskiego.

Budujemy też kolejne porozumienia (Starachowice, Bliżyn, Wąchock, Kielce).

W ciągu ostatnich dwóch lat – jako grupa nieformalna, a później jako Fundacja – zrealizowaliśmy wiele inicjatyw, które na trwałe wpisały się w życie lokalnej społeczności. Były to m.in.:

- Warsztaty Poszerzające Zdolności Interpersonalne (07–08.2024) – bezpłatne zajęcia dla dzieci 10–12 lat, rozwijające umiejętności społeczne (Akademia Pozytywnego Wsparcia).
- „Zdrowy JA” (09–11.2024) – cykl spotkań wzmacniających poczucie własnej wartości, uczących radzenia sobie z presją rówieńniczą (Akademia Pozytywnego Wsparcia, Stowarzyszenie Arka Noego).
- Świąteczne Warsztaty Rozwoju Interpersonalnego (12.2024) – warsztaty o wartościach i empatii, realizowane we współpracy z Many Mornings i Stowarzyszeniem Smart.
- Prawo karne w praktyce – symulacja rozprawy karnej (10.2024) – projekt dla młodzieży propagujący wiedzę prawną i rozwijający umiejętności argumentacji.
- Zimowe Spotkanie z Emocjami (01.2025) – warsztaty dla młodzieży 12–14 lat, dotyczące rozpoznawania i nazywania emocji.
- Wielkanocne Małpki (04.2025) – warsztaty rozwoju interpersonalnego, kreatywności i pracy w grupie (Fundacja Nowe Horyzonty, Many Mornings, Stowarzyszenie Smart).
- „Lubię spędzać z Tobą czas” (05–10.2025) – projekt wspierający zdrowie psychiczne dzieci i rodziców (psychoterapia, konsultacje, warsztaty rodzinne, wspólne wędrówki).
- Twórcza Integracja – warsztaty bez barier (2025) – działania artystyczne w duchu edukacji włączającej, gdzie każde dziecko może rozwijać swoje pasje niezależnie od możliwości.

Kadra planowana do zaangażowania w projekt:

1. Patrycja Jędrzejewska — psycholog, pedagog specjalny, magister psychologii, pedagogiki resocjalizacyjnej i profilaktyki społecznej oraz pedagogiki opiekuńczo-wychowawczej, terapeuta pedagogiczny, oligofrenopedagog,

psycholog, specjalista z doświadczeniem z zakresu wychowania i edukacji osób niepełnosprawnych intelektualnie oraz osób z autyzmem i zespołem Aspergera. Certyfikowany trener umiejętności społecznych. Posiada szerokie doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą, zarówno jeśli chodzi o poradnictwo jak i pracę wychowawczą. Praktykę zawodową poszerzała również pełniąc funkcję kuratora społecznego ds. rodzinnych i nieletnich. Chętnie poszerza swoją wiedzę i umiejętności, aby tym samym jak najlepiej realizować się w zawodzie. Od 3 lat współpracuje z organizacjami pozarządowymi, realizowała projekty takie jak projekty z zakresu przeciwdziałania i profilaktyki uzależnień, realizując treningi umiejętności społecznych (TUS), czy warsztaty poszerzające rozwój umiejętności interpersonalnych dla dzieci i młodzieży. Współorganizowała wydarzenia o charakterze profilaktycznym.

2. Klaudyna Kawalec — absolwentka studiów magisterskich na kierunku psychologia na Uniwersytecie Jagiellońskim. Certyfikowana specjalistka psychoterapii uzależnień. Ukończyła całonocne 4-letnie szkolenie w Krakowskim Centrum Psychodynamicznym. Doświadczenie zawodowe zdobywała pracując w pomocy społecznej, oświacie, poradniach uzależnień, Ośrodku Środowiskowej Opieki Psychologicznej i Psychoterapeutycznej dla Dzieci i Młodzieży oraz realizując projekty w zakresie wspierania zdrowia psychicznego. Pracuje z dziećmi, młodzieżą oraz dorosłymi. Od 4 lat realizatorka projektów w zakresie wspierania zdrowia psychicznego, profilaktyki uzależnień oraz wspierania umiejętności społecznych.
3. Filip Mruz od lat zaangażowany w działalność społeczną. Posiada ponad 10-letnie doświadczenie w pracy w III sektorze. Posiada wieloletnie doświadczenie w pracy przy projektach Unijnych, Norweskich i Krajowych. Specjalizuje się w marketingu internetowym i budowaniu wizerunku. Posiada doświadczenie w pracy z dużymi galeriami handlowymi, klubami sportowymi i osobami publicznymi. Student 3 roku Zarządzania Projektami i Procesami na Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi. Swoją wiedzę poszerzał między innymi w Szkole Głównej Handlowej, University of Illinois oraz University of London. Realizował wiele działań takich jak koncerty, mecze, bale charytatywne. Zajmował się organizacją gier terenowych, festynów miejskich, akcji profilaktycznych, kin plenerowych. W roku 2021 ze Stowarzyszeniem dla natury Wilk zrealizował akcję charytatywną wspierającą ochronę wilków w Polsce. W roku 2023, jako członek zarządu Fundacji Hominium Et Lex zorganizował Świętokrzyską Akademię Prawa, która poszerzała wiedzę z zakresu prawa dla uczniów szkół ponadpodstawowych z terenu Województwa Świętokrzyskiego.

We współpracy w projekt zaangażuje się klub Xtreme Fitness Skarżysko-Kamienna – lokalna siłownia i klub fitness z bogatym zapleczem sprzętowym, strefą maszyn siłowych, strefą wolnych ciężarów oraz szeroką ofertą zajęć fitness. Dzięki temu zapewniona zostanie profesjonalna przestrzeń do części fizycznej projektu, a uczestnicy będą mogli ćwiczyć na sprzęcie wysokiej jakości pod opieką wykwalifikowanego trenera. Udział Xtreme Fitness zwiększa wiarygodność i atrakcyjność projektu, a także wspiera jego cel przeciwdziałania uzależnieniom i patologiom przez promocję zdrowych form spędzania czasu wolnego.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Trener 1 – przeprowadzenie warsztatów	1 200,00 zł		
2.	Trener 2 – przeprowadzenie warsztatów	1 200,00 zł		
3.	Trener 3 – przeprowadzenie warsztatów	1 000,00 zł		
4.	Zakup materiałów zużywalnych dla uczestników projektu	1 100,00 zł		
5.	Koordinacja projektu	500,00 zł		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		5 000,00 zł	5 000,00 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* / 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.

.....
Filip Mruz

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

Data **02.10.2025**

Fundacja Nowe Horyzonty
 ul. Wileńska 5B/1
 26-110 Skarżysko-Kamienna
 NIP 6631890940 REGON 540639830
 KRS 0001149149

