

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 lub w przypisach.

Zaznaczenie gwiazdką, np. "pobieranie*/niepobieranie*" oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: "pobieranie*/niepobieranie*".

I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie

1. Organ administracji publicznej, do którego adresowana jest oferta	Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m.st. Warszawy
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	7) działalność na rzecz osób niepełnosprawnych

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	
Nazwa: Fundacja Akacja , Forma prawna: Fundacja , Numer Krs: 0000752871 , Kod pocztowy: 01-616 , Poczta: Warszawa , Miejscowość: Warszawa , Ulica: Adama Mickiewicza , Numer posesji: 30 , Numer lokalu: 25 , Województwo: mazowieckie , Powiat: Warszawa , Gmina: Żoliborz (dzielnica) , Strona www: akacja.org , Adres e-mail: agnieszka.lewandowska@akacja.org , Numer telefonu: 797456081 ,	
Adres do korespondencji jest taki sam jak adres oferenta	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Agnieszka Lewandowska Adres e-mail: agnieszka.lewandowska@akacja.org Telefon: 797456081

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	Warsztaty intergracyjno-rozwojowe dla ojców osób z niepełnosprawnościami			
2. Termin realizacji zadania ²⁾	Data rozpoczęcia	01.09.2025	Data zakończenia	27.11.2025

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

Opis zadania

Podczas rozmów z rodzicami osób z niepełnosprawnościami czy podczas analizowania ankiet podsumowujących nasze projekty dostrzegamy, że rodzice trwający w rutynie ciągłego wsparcia stają się specjalistami od swojego dziecka. W konsekwencji dziecko wymusza na rodzicach zajmowanie się nim, bo w tej relacji czuje się najbezpieczniej a rodzice tej pomocy nie odmawiają, bo opieka nad dzieckiem staje się ich nadrzędnym celem w życiu.

W konsekwencji rodzice często stają się nieodłącznymi towarzyszami osoby z niepełnosprawnościami. Nie dostrzegają własnej, odrębnej tożsamości, bo najczęściej występują w duecie. Wszyscy wokoło mają troski i kłopoty, którymi łatwo się podzielić z innymi, mają różnych znajomych, mają swoje zainteresowania i mają też różne motywacje, żeby wstać rano z łóżka. Rodzice osób z niepełnosprawnościami bardzo często dawno już zapomnieli o czym marzyli i co chcieli robić dla siebie, gdyż w sytuacji w jakiej się znajdują wydaje im się to nie możliwe. Co więcej takie myśli o tym co jest poza zasięgiem możliwości są bolesne. Prowadzi to do wytworzenie się schematu unikania przyjemności, które miałyby zaspokoić jedynie potrzeby rodzica. Osoby te nie podejmują często żadnych działań, aby rozwijać swoje zainteresowania czy pasje. Opiekunowie trwają w przekonaniu, że ich sprawczość dotyczy jedynie opieki nad osobą z niepełnosprawnościami a żadne inne działania dotyczące wyłącznie ich nie mają sensu i są z góry skazane na porażkę. Pojawia się odmowa jako odruch obronny. Współczesna psychologia określa takie zachowania jako gry psychologiczne. W tym przypadku jest to zabawa w „tak, ale...”, gdzie każda propozycja zmiany będzie przez rodzica negowana. To z kolei prowadzi do frustracji, kryzysów emocjonalnych, odczuwania permanentnego stresu, stanów depresyjnych. Dalszy etap to zdiagnozowane depresje, stany lękowe, zaburzenia obsesyjno-kompulsywne, choroby autoimmunologiczne, choroby przewodu pokarmowego. Bardzo często obserwuje się też izolację społeczną takich osób. Według wielu badań naukowych z dziedziny psychologii o tym jak reagujemy na różne bodźce środowiskowe czy na otaczającą rzeczywistość decydują nasze zasoby i ocena emocjonalna wynikająca z wiedzy i doświadczeń. Stres jaki odczuwamy to nic innego jak nasza wewnętrzna reakcja na bodziec. Bodziec sam w sobie nie stymuluje naszego zachowania a jedynie je wyzwala. A reagujemy w zależności od naszych możliwości. Rodzice osób z niepełnosprawnościami często są mentalnie odcięci od swojego ciała i od świadomości swoich umiejętności i talentów.

Zdajemy sobie sprawę, że nie jesteśmy w stanie zmienić sytuacji życiowej osób opiekujących się osobami z niepełnosprawnościami, ale pokazanie rodzicom jakie emocje i potrzeby stoją za ich reakcjami na bodźce oraz pomoc w dostrzeżeniu własnych zasobów i przyznanie sobie prawa do zajęcia się sobą spowoduje wzrost poczucia własnej wartości i większą sprawczość w życiu. Rozwój kompetencji emocjonalnych i znalezienie własnego sposobu radzenia sobie w trudnych sytuacjach przełoży się na mniejszy poziom stresu osób opiekujących się dziećmi z niepełnosprawnościami. Będzie to miało też pozytywny wpływ na relacje ze wszystkimi członkami rodziny. Odkrycie i nazwanie tego co czujemy sprawia, że umiemy powiedzieć co nam jest w danej chwili potrzebne i możemy wtedy poprosić innych o pomoc. Kiedy nie wiemy co się z nami dzieje reagujemy nieadekwatnie do sytuacji. Często nasza reakcja jest skrajna albo bagatelizujemy, że nic się nie stało albo pojawia się złość czy wręcz agresja. Brak empatii ze strony bliskich czy ze strony otoczenia skutkuje wycofaniem się, izolacją społeczną lub mentalną. Rodzice często nie mają z kim bezpiecznie porozmawiać o tym jak się czują i czego by chcieli dla siebie. Pojawia się jeszcze większa koncentracja na osobie z niepełnosprawnościami i jej potrzebach, bo ta sytuacja dla rodzica jest znana, bezpieczna i daje jej poczucie sensu.

Z naszych obserwacji i doświadczenia pracy z rodzicami wynika, że osoby opiekujące się dziećmi z

niepełnosprawnościami potrzebują być zauważone i wysłuchane empatycznie, chcą przez chwilę być w centrum uwagi i troski innej osoby, w bezpiecznej relacji, aby móc zauważyć siebie i przyrzec się sobie, aby w konsekwencji dokonać zmian w swoim życiu.

W 2023 roku zrealizowaliśmy w ramach zadania publicznego projekt „Warsztaty dla mam osób z niepełnosprawnościami”. Samo podjęcie decyzji o uczestnictwie w projekcie było często pierwszym, poważnym krokiem w stronę własnej sprawczości. Biorąc pod uwagę wyniki ankiety, w której wzięło udział 100% uczestniczek stwierdziliśmy, że 100% osób biorących udział w sesjach coachingowych zwiększyło swoją sprawczość poprzez podejmowanie nowej inicjatywy związanej z rozwojem własnym. Na pytanie „Jak oceniasz zwiększenie swojej sprawczości poprzez podjęcie nowej inicjatywy związanej z rozwojem własnym w postaci uczestnictwa w sesjach coachingowych? (Na skali od 1 do 5, gdzie 1 oznacza ocenę najniższą a 5 ocenę najwyższą)” 88% osób zaznaczyło odpowiedź „5” a 12% osób zaznaczyło odpowiedź 4. Jest to bardzo wysoki wynik potwierdzający skuteczność działań coachingowych zgodnie z przyjętymi w projekcie założeniami.

Kolejnymi pytaniami potwierdzającymi skuteczność coachingu były: „Czy uczestnictwo w sesjach coachingowych wpłynęło na wprowadzenie przez ciebie zmian w swoim życiu?” 100% osób zaznaczyło odpowiedź „tak” i „Jak oceniasz sesje coachingowe?” Do wyboru było zaznaczenie odpowiedzi na skali od 1 do 5 przy określeniach „Potrzebne, wspierające, motywujące, pokazujące potencjał”. Wszystkie udzielone odpowiedzi mieściły się w przedziale 4-5. W 2024 roku zrealizowaliśmy w ramach zadania publicznego projekt „Coaching oparty na empatii dla rodziców osób z niepełnosprawnościami”. Wyniki ankiet pokazały, że tego rodzaju działania przyczyniły się do pozytywnych zmian w życiu opiekunów osób z niepełnosprawnościami tak jak w przypadku projektu z 2023 roku.

Prowadząc różne warsztaty, grupę wsparcia czy indywidualne wsparcie w postaci sesji coachingowych dla rodziców osób z niepełnosprawnościami widzimy, że z takiej formy pomocy chętniej korzystają mamy. Liczne rozmowy z rodzicami pozwoliły nam wyciągnąć poniższe wnioski:

1. Większość rodzin opiekujących się osobą z niepełnosprawnościami funkcjonuje w schemacie matki-opiekunki i ojca-zarabiającego na dom. Często jest to jedyny, możliwy wybór przy ubogim systemie wsparcia opieki nad osobą z niepełnosprawnościami jaką oferuje państwo.

2. Praca zarobkowa wymaga często zaangażowania 10-12 godzin dziennie co powoduje, że głównym opiekunem jest matka. W konsekwencji jedyny wspólny rodzinny czas ogranicza się do weekendu i jest to zazwyczaj ten moment, kiedy ojcowie mają możliwość zająć się swoim dzieckiem.

3. Ojcowie negują swoje potrzeby zadbania o siebie (rozwój osobisty, hobby) co wynika z braku czasu, z niezrozumienia, ze zmęczenia, z izolacji społecznej, ale też z poczucia wstydu. Często tkwią w schemacie, że sami muszą sobie poradzić, bo nikt nie może im pomóc. Mają przekonanie, że nie mogą poświęcić czasu na własne przyjemności bo to koliduje z potrzebą opiekowania się bliskimi.

4. Ojcowie osób z niepełnosprawnościami nie wspierają się nawzajem, bo najczęściej się nie znają i nie mają okazji w życiu codziennym, aby nawiązać relacje z mężczyznami w podobnej sytuacji życiowej. Zaś kontakty społeczne z kolegami czy przyjaciółmi ze względu na sytuację rodzinną często są ograniczone lub nie zaspokajają podstawowych potrzeb społecznych takich jak bycie widzianym, zrozumianym, empatycznie akceptowanym.

5. Mamy uczestniczące w naszych projektach zgłaszają potrzebę „przeszkolenia” mężów/partnerów. Argumentują to tym, że one bardzo skorzystały ze spotkań, zmieniły się i dostrzegają dużą wartość w pracy nad sobą.

6. Mamy jak i same osoby z niepełnosprawnościami pracujące nad zrozumieniem własnych emocji, stawianiem granic, komunikacją z otoczeniem (roczny projekt Akademii Dobrych Emocji) zauważają, że ojcowie nie rozumieją zmian jakie zachodzą w ich rodzinach. Prowadzi to do trudności

w komunikacji a czasami do braku adekwatnego wsparcia na poziomie emocjonalnym a nawet do negowania prawa do posiadania własnego zdania przez dzieci z niepełnosprawnościami.

Biorąc pod uwagę nasze obserwacje chcemy zaproponować cykl 3 warsztatów dedykowanych ojcom osób z niepełnosprawnościami. Warsztaty mają na celu podniesienie kompetencji w zakresie komunikacji swoich potrzeb, właściwego stawiania granic i rozumienie uczuć własnych i innych osób. Będziemy ćwiczyć rozpoznawanie, nazywanie i wyrażanie emocji oraz szukać nierealizowanych i zrealizowanych potrzeb wg metody Porozumienia bez Przemocy Marshalla Rosenberga. Pozwoli to każdemu uczestnikowi znaleźć kontakt ze sobą, poświęcić uwagę swoim uczuciom i sprawdzić co jest dla niego najważniejsze. Dzięki temu stanie się możliwe zobaczenie swojej sytuacji pod innym kątem i zastanowienie się czy mogą zrobić coś inaczej, żeby poczuć się lepiej.

Uczestnicy będą mieli możliwość zapoznania się z metodą Disc opisującą jak ludzie komunikują się ze sobą i jak wchodzi w interakcje i sprawdzić w jaki sposób najlepiej im się rozmawia, na co warto zwrócić uwagę w konflikcie, o co zadbać, aby osiągnąć porozumienie.

Każda z zaproponowanych aktywności pozwoli uczestnikom lepiej poznać siebie, zrozumieć co ma teraz a czego chciałaby w swoim życiu dla siebie więcej i jak może to osiągnąć. Zauważenie swoich uczuć i stojących za nimi potrzeb pozwoli na lepsze kontakty rodzinne, społeczne i ułatwi zwracanie się o pomoc.

Spotkania pozwolą również na nawiązanie relacji z innymi ojcami w podobnej sytuacji życiowej oraz na przebywanie w bezpiecznej przestrzeni akceptacji i zrozumienia.

Z doświadczenia z poprzednich projektów wiemy, że dla osób, które nie miały kontaktu ze sobą, bo były pochłonięte codziennymi obowiązkami dzielenie się swoimi emocjami na forum grupy może przysparzać trudności. Chcielibyśmy w ramach projektu zaproponować 9 osobom po 3 indywidualne spotkania coachingowe.

Sesje coachingowe to cykliczne spotkania z klientem, które obejmują analizę sytuacji osobistej, sformułowanie celu do pracy podczas sesji, wybór strategii, planowanie działań, szukanie zasobów, motywacji. Te indywidualne rozmowy to towarzyszenie rodzicom w kreatywnym procesie, który skłania do myślenia i inspirowanie do maksymalizacji osobistego potencjału, odkrycia swoich talentów, zasobów i możliwości.

Coaching jest oparty na pracy własnej klienta, która jest zainicjowana podczas rozmowy z coachem, ale większość jej odbywa się między co tygodniowymi lub dwutygodniowymi sesjami. Poufne, empatyczne i indywidualne rozmowy pomogą uczestnikom przenieść uwagę na własne zasoby, zobaczyć swoją sytuację z szerszej perspektywy i zauważyć swoją sprawczość. Decyzja o zmianach w życiu, nawet z pozoru niewielkich zacznie budować poczucie własnej wartości a w konsekwencji przełoży się na rozwój własny, lepsze samopoczucie i lepsze kontakty z otoczeniem. Podczas sesji wykorzystywane są różne narzędzia, które pomogą uczestnikom dostrzec swoją wewnętrzną siłę i zmienić spojrzenie na swoją sytuację. Sesje indywidualne pozwalają też wychwycić przekonania ograniczające i pozwolić na pracę z nimi. Usunięcie lub osłabienie stwierdzeń, które uważamy za prawdziwe pozwala nam przywrócić sprawczości i zdolność do osiągania zamierzonych rezultatów. Proponowane przez nas empatyczne sesje coachingowe są prowadzone w duchu porozumienia bez przemocy Marshalla Rosenberga. Według Marshalla Rosenberga empatia to taki sposób towarzyszenia, pełnej skupienia obecności oraz słuchania drugiej osoby, aby za jej słowami, niezależnie od ich treści, odnajdywać jej uczucia i stojące za nimi ważne dla niej potrzeby. Są to potrzeby: fizyczne, psychiczne, emocjonalne, społeczne i duchowe. Potrzeby i uczucia od nich pochodzące są odzwierciedleniem tego, jak chwila po chwili przepływa przez nas życie, co jest w danej chwili dla nas najważniejsze. Jakość relacji z samym sobą ma ogromny wpływ na jakość

naszego życia i naszych relacji. Biorąc pod uwagę naszą wiedzę i zgromadzone doświadczenie wiemy, że takie podejście przynosi długotrwałe, pozytywne efekty w pracy z rodzicami osób z niepełnosprawnościami.

Ważnym elementem naszych działań jest stworzenie możliwości, aby w sposób naturalny powstała grupa wsparcia. Warsztaty rozwojowe będą okazją do poznania się i zobaczenia z czym mierzą się na co dzień inni, co nas łączy a co różni. Jako uzupełnienie i wsparcie budowania relacji między ojcami chcemy zaproponować plenerowy warsztat integracyjny. Bycie rodzicem osoby z niepełnosprawnościami to często mierzenie się z ekstremalnymi sytuacjami, w których nie ma instrukcji i które często nie kończą się sukcesem. Chcemy zaprosić ojców do zmierzenia się z zapewnieniem bezpieczeństwa i utrzymania życia w ekstremalnych sytuacjach w przyrodzie, ale pod opieką doświadczonych instruktorów, tam, gdzie sukces jest gwarantowany. Scenariusz spotkania będzie bazował na trzech fundamentalnych filarach przetrwania: wodzie, ogniu i schronieniu. Te trzy elementy stanowią podstawę każdego udanego przetrwania w dzikich warunkach, niezależnie od terenu i klimatu. Uczestnicy będą podzieleni na zespoły odpowiedzialne za zapewnienie bezpieczeństwa w danej dziedzinie. W ramach warsztatu poznają technik znajdowania wody w naturze, takie jak wykorzystywanie roślin, zbieranie wody deszczowej czy korzystanie z naturalnych źródeł, oczyszczanie wody, różne technik rozpalania ognia, budowania różnych typy schronień. Nabywanie tych niecodziennych, praktycznych umiejętności będzie wymagało kooperacji i porozumienia i pozwoli uczestnikom lepiej się poznać. Dodatkowym atutem tego rodzaju aktywności jest możliwość niestandardowego spędzenia wolnego czasu i znalezienia wytchnienia od trudnej codzienności. Prowadzący warsztaty zapewniają materiały, poczęstunek, wydzielone miejsce w lesie umożliwiające przeprowadzenie spotkania.

GŁÓWNE CELE PROJEKTU:

1. Integracja ojców osób z niepełnosprawnościami.
2. Umiejętności dostrzegania i nazywania swoich uczuć i potrzeb przez uczestników warsztatów i sesji coachingowych.
3. Podjęcie inicjatywy zadbania o swoje zasoby poprzez uczestnictwo w warsztatach i w sesjach coachingowych.

HARMONOGRAM DZIAŁAŃ:

Nasze działania są poprzedzone diagnozą potrzeb odbiorców- wywiady z opiekunami osób z niepełnosprawnościami. Ponadto wyniki ankiet przeprowadzonych po warsztatach „Sprawne emocje warsztaty dla nastolatków z niepełnosprawnościami”, "Warsztaty dla mam osób z niepełnosprawnościami", "Coaching oparty na empatii dla rodziców osób z niepełnosprawnościami" organizowanymi przez Fundację w latach 2022-2024 roku wskazały, że ponad 80% opiekunów osób z niepełnosprawnościami jest zainteresowanych udziałem w warsztatach rozwojowych lub edukacyjnych dla rodziców czy indywidualnych sesjach coachingowych.

01.09.2025- 07.09.2025 (działania są prowadzone równolegle)

- rekrutacja uczestników i ustalenie harmonogramu spotkań

wrzesień-listopad 2025.

- sesje coachingowe
- warsztaty rozwojowe

- plenerowy warsztat integracyjny

Czas trwania jednej sesji coachingowej to 60 minut.

Osoba w ramach projektu otrzyma 3 godziny indywidualnego wsparcia (60 min x 3 sesje)

Łączna ilość godzin dla 9 osób: 27 godz.

Czas trwania jednego warsztatu to 3 godziny (180 minut).

Osoba w ramach projektu otrzyma 9 godzin warsztatowej pracy w grupie (3 godziny x 3 warsztaty)

Łączna ilość godzin warsztatów dla 12 osób: 9 godz.

20.11.2025-24.11.2025

- przeprowadzenie ankiet dla uczestników warsztatów

- opracowanie wyników ankiet

24.11.2025-27.11.2025.

- rozliczenie projektu

- skompletowanie i przygotowanie dokumentacji i sprawozdań

UCZESTNICY:

1. ojcowie osób z niepełnosprawnościami

2. nabór uczestników odbywa się poprzez:

a) wysyłanie zaproszeń w formie mailowej do uczestników dotychczasowych spotkań organizowanych przez Fundację

b) umieszczenie informacji o warsztatach na fanpagu Fundacji

Planowana liczba wszystkich uczestników: 12 ojców osób z niepełnosprawnościami,

METODY PRACY COACHINGOWEJ I WARSZTATOWEJ:

- indywidualna praca coachingowa w oparciu m.in o metodę GROW, metody R.Diltsa, metody wykorzystujące wizualizację i metaforę, diament wielu prawd Tetralema
- praca z emocjami i potrzebami wg Porozumienie bez przemocy Marshalla Rosenberga
- ćwiczenia integracyjne i zespołowe
- ćwiczenie z zakresu komunikacji opartej o metodę DISC i Porozumienie bez przemocy Marshalla Rosenberga

ZADANIA PODZLECONE FIRMOM I OSOBOM FIZYCZNYM, NIE BĘDĄCYM STRONAMI UMOWY:

1. plenerowy warsztat integracyjny - firma Gama Małgorzata Galecka

ZAPEWNIENIU DOSTĘPNOŚCI OSOBOM ZE SZCZEGÓLNYMI POTRZEBAMI

1. dostępność architektoniczna dla osób nie poruszających się samodzielnie (toaleta dla osób z niepełnosprawnościami, bezpieczna i dostępna przestrzeń architektoniczna)☐
2. sposób prowadzenia sesji i warsztatów przez trenerów (zadania, język komunikacji, tempo ćwiczeń) będą dostosowane do możliwości uczestniczkom.
3. dostosowanie formy przeprowadzenia sesji do możliwości uczestnika - spotkanie osobiste,

rozmowa w formie zdalnej przez platformę zoom, rozmowa telefoniczna

RODO

Fundacja zapewni odebranie wszystkich wymaganych zgód związanych z danymi zebranymi na potrzeby projektu i ewentualną publikacją wizerunku. Fundacja dysponuje gotowymi oświadczeniami wraz z klauzulą informacyjną dotyczącą przetwarzania danych osobowych

Miejsce realizacji

Działania są adresowane do mieszkańców Warszawy.

Prace przygotowawcze będą miały miejsce w siedzibie Fundacji.
Konsultacje indywidualne : platforma zoom, telefon lub siedziba Fundacji

Warsztaty integracyjno- rozwojowe będą miały miejsce w Mazowieckim Instytucie Kultury, ul. Elektoralna 12, 00-139 Warszawa

Plenerowy warsztat integracyjny odbędzie się w Lesie Kabackim.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego		
Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Przeprowadzenie 21-27 indywidualnych sesji coachingowych jako działań wspierających dla ojców osób z niepełnosprawnościami w ilości od 21 godzin (7 osób x 3 sesje) do 27 godziny (9 osób x 3 sesje)	21-27 sesji coachingowych w ilości od 21 godzin do 27 godzin	lista obecności na sesjach coachingowych
Objęcie 9 ojców osób z niepełnosprawnościami wsparciem specjalistycznym w postaci indywidualnych sesji coachingowych	Przynajmniej 7 ojców osób z niepełnosprawnościami weźmie udział w cyklu indywidualnych sesji coachingowych	lista obecności na sesjach coachingowych
Zwiększenie umiejętności dostrzegania i nazywania swoich uczuć i potrzeb przez uczestników warsztatów i sesji coachingowych	Przynajmniej 10 uczestników projektu	ankieta dla uczestników projektu

Przeprowadzenie 3 warsztatów integracyjno-rozwojowych po 3 godziny każdy dla 12 ojców osób z niepełnosprawnościami	przynajmniej 10 uczestników projektu weźmie udział w warsztatach	lista obecności na warsztatach
Przeprowadzenie 3 warsztatów integracyjno-rozwojowych po 3 godziny (łącznie 9 godzin)	9 godzin warsztatów (3 warsztaty po 3 godziny)	lista obecności na warsztatach
Przeprowadzenie 1 plenerowego warsztatu integracyjnego dla 12 ojców osób z niepełnosprawnościami (6 godzin)	przynajmniej 10 uczestników projektu weźmie udział w warsztacie	lista obecności na warsztacie
Możliwość nawiązania nowych kontaktów i integracja z innymi uczestnikami- ojcami osób z niepełnosprawnościami podczas warsztatów	przynajmniej 10 uczestników projektu	fotorelacja

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

Charakterystyka oferenta

Fundacja Akacja została zarejestrowana w KRS w październiku 2018 roku. Działa na terenie Warszawy na rzecz osób niepełnosprawnych i ich rodzin.

Główne cele Fundacji:

1. zaistnienie niepełnosprawnych w przestrzeni publicznej

Fundacja Akacja chce umożliwić niepełnosprawnym uczestnictwo w życiu społecznym, zaistnienie w przestrzeni publicznej. Nie chcemy specjalnych miejsc, zamkniętych imprez, izolacji.

Chcemy pokazać, że niepełnosprawni mają takie same potrzeby emocjonalne jak każdy. Lubią się śmiać, grać w planszówki, pić kawę, słuchać muzyki, plotkować...

2. Budowanie świadomości społecznej, że niepełnosprawni to ludzie o takich samych potrzebach emocjonalnych jak każdy obywatel.

Posiadanie empatii i wrażliwości nie zawsze wystarczy, by zachować się odpowiednio wobec osoby niepełnosprawnej i umieć jej pomóc. Problemem jest brak wiedzy o niepełnosprawności.

Fundacja Akacja stawia na edukację dzieci i dorosłych wolontariuszy. Chcemy pokazać, że można się dogadać z niemówiącą osobą bez języka migowego, że można iść na spacer z osobą na wózku jako przewodnikiem.

W ciągu ponad 6 lat działania Fundacji 70 rodziców wzięło udział w warsztatach, 55 rodzin uczestniczyło w proponowanych aktywnościach, 120 niepełnosprawnych przedszkolaków i uczniów szkoły podstawowej i ponadpodstawowej wzięło udział w akcji "zostań swoim Mikołajem" (samodzielne zakupy).

Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie

Fundacja Akacja zrealizowała do tej pory ponad 70 projektów w zakresie integracji społecznej i wyrównania szans osób z niepełnosprawnościami, edukacji społecznej i wsparcia rodzin osób z niepełnosprawnościami. Jeżeli chodzi o projekty aktywizujące osoby z niepełnosprawnościami i ich rodziny a także wspierające osoby w trudnej sytuacji życiowej to możemy wymienić takie jak między innymi:

1. Projekt_integracyjne planszówki - 4.2019 i 11.2019
2. Projekt_integracyjna rodzinna gra miejska "Zakochaj się w Warszawie" pod patronatem Prezydenta Warszawy pana Rafała Trzaskowskiego-6.2019
3. Grupa wsparcie dla mam- cykliczne spotkania dla rodziców osób z niepełnosprawnościami od 3.2022 do teraz
4. Projekt_karty do Smyka_Empiku (samodzielne zakupy) 1-2.2019
5. Warsztaty dla rodziców- Rozumiemy trudne emocje- 11.2019
6. Milionerzy online- gra zespołowa na platformie zoom- dla osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin- 12.2020
7. Projekt cykliczny teatr JEJU (warsztaty teatralne)-2019-2022
8. Projekt integracyjny_Warsztaty plastyczne_święteczne 2018-11.2018 we współpracy ze szkołą SP nr 185 w Warszawie i plastyczką Katarzyną Kullmann
9. Projekt integracyjny_wykonanie scenografii do przedstawienia teatru JEJU-5.2019 we współpracy ze szkołą SP nr 86 SKIE
10. Projekt integracyjny_Warsztaty plastyczne_Glina - 12.2019 (we współpracy z Fundacją Malwa)
- 11.projekt_wystawa Gdynia TelAviv w muzeum POLIN- interaktywne zwiedzanie wystawy dostosowane do możliwości uczestników zakończone wspólnym rodzinnym obiadem
12. Warsztat empowermentowy dla nastolatków z niepełnosprawnościami „Wyjdź, zabierz głos”- 4.2022
13. Konferencja na Akademii Pedagogiki Specjalnej dotycząca komunikacji alternatywnej i wspomagającej -10.2019
14. Warsztaty relaksacyjne dla rodziców- 2019
15. Sprawne emocje- warsztaty dla nastolatków z niepełnosprawnościami -11.2022 projekt finansowany przez Biuro Pomocy i Projektów społecznych Urzędu Miasta stołecznego Warszawy
16. Warsztaty Wendo- samoobrona dla kobiet z niepełnosprawnościami - 10.2022 projekt finansowany przez amerykańską fundację Mobility International USA
17. Spotkanie z prawnikiem dla rodziców dzieci z niepełnosprawnościami na temat możliwości reprezentacji dziecka po 18 r.ż- 1.2023 i 4.2024
18. Akademia Dobrych Emocji - projekt roczny 2023-2024 - cykl warsztatów rozwojowych dla młodzieży z niepełnosprawnością sprzężoną, projekt finansowany przez Fundację Forward
19. Warsztaty i indywidualne sesje coachingowe dla mam OzN- 9-11.2023, projekt finansowany przez Biuro Pomocy i Projektów społecznych Urzędu Miasta stołecznego Warszawy.
20. Coaching oparty na empatii dla rodziców OzN- 9-11.2024, projekt finansowany przez Biuro Pomocy i Projektów społecznych Urzędu Miasta stołecznego Warszawy.

Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania

ZASOBY MATERIALNE:

1. materiały do ćwiczeń coachingowych i warsztatowych

2. platforma zoom

ZASOBY LUDZKIE:

Fundatorka Agnieszka Lewandowska- mama z kilkunastoletnim, codziennym doświadczeniem z niepełnosprawnością sprzężoną. Ma wieloletnie doświadczenie biznesowe w finansach i logistyce, zarządzaniu zespołami, organizacji i prowadzeniu różnych projektów, koordynacji i rozliczaniu działań. Jest certyfikowaną konsultantką MaxieDISC nowoczesnego, polskiego narzędzia opartego na modelu DISC, opisującego w jaki sposób ludzie zachowują się i wchodzi w interakcje z innymi. Skończyła studia podyplomowe Porozumienie bez przemocy wg Marshalla Rosenberga i kursy z zakresu psychologii i neuroplastyczności mózgu. Jest certyfikowaną mentorką Early Warning Europe udzielającą wsparcia na zasadach wolontariatu przedsiębiorcom przeżywającym trudności. Ukończyła akredytowany przez Izbę Coaching kurs "Coaching oparty na empatii". Pracuje jako coach i regularnie uczestniczy w superwizjach dla coachów. Od 2022 roku prowadzi w ramach Fundacji warsztaty dla mam OzN. Pracuje warsztatowo z seniorami w ramach miejskich projektów w dzielnicach Targówek i Bemowo.

Rozliczenie na podstawie faktury VAT z działalności gospodarczej Fioletowy Most Agnieszka Lewandowska

ZASOBY ZEWNĘTRZNE:

FIRMY nie będące stronami umowy - rozliczenie na podstawie faktur VAT

1. Gama Gosia Galecka- Gosia Galecka instruktor rekreacji ruchowej, mgr pielęgniarstwa i Marian Wyrzykowski instruktor sportu, trener Etyki Outdoorowej. Posiadają wymagane szkolenia i certyfikaty oraz wieloletnie doświadczenie w prowadzeniu warsztatów integracyjnych i survivalowych dla firm i szkół. Gosia Galecka współpracuje z fundacją od 2022 roku prowadząc dla mam osób z niepełnosprawnościami zajęcia łagodnej jogi i jogę dla kręgosłupa.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	sesje coachingowe dla uczestników łącznie 27 godzin (3 spotkania x 1 godzina x 9 uczestników) x 150 pln faktura Fioletowy Most Agnieszka Lewandowska	4 050,00		

2.	Opracowanie scenariuszy warsztatów integracyjno-rozwojowych i prowadzenie - 3 warsztaty po 3 godziny (3 warsztaty x 900 zł) faktura Fioletowy Most Agnieszka Lewandowska	2 700,00		
3.	plenerowy warsztat integracyjny (12 uczestników x 170 zł) faktura Gama Gosia Galecka	2 040,00		
4.	przerwa kawowa podczas warsztatów (3 warsztaty x 50 zł)	150,00		
5.	koordynacja projektu: Przygotowanie i dystrybucja materiałów rekrutacyjnych, kontakt z osobami zainteresowanymi, ustalenie harmonogramu, rezerwacja sali, fotorelacja w mediach społecznościowych i na stronie fundacji, przeprowadzenie i opracowanie ankiet) - 9 godzin x 80pln Przygotowanie dokumentacji i rozliczenie projektu, przygotowanie sprawozdań -4 godzin x 80 pln łącznie 13 godzin x 80 pln faktura Fioletowy Most Agnieszka Lewandowska	1 040,00		
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		9 980,00	9 980,00	0,00

V. Oświadczenia

Oświadczam(y), 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.

.....
.....

.....
.....

.....
.....

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

Data.....

Załączniki:

1. w przypadku, gdy oferent nie podlega wpisowi w Krajowym Rejestrze Sądowym – kopię aktualnego wyciągu z innego rejestru lub ewidencji, ewentualnie inny dokument potwierdzający status prawny oferenta. Odpis musi być zgodny ze stanem faktycznym i prawnym, niezależnie od tego, kiedy został wydany; *(fakultatywny)*
2. w przypadku wyboru innego sposobu reprezentacji oferentów składających ofertę niż wynikający z Krajowego Rejestru Sądowego lub innego właściwego rejestru - dokument potwierdzający upoważnienie do działania w imieniu oferenta(-ów); *(fakultatywny)*
3. kopię umowy lub statutu spółki - w przypadku gdy oferent jest spółką prawa handlowego, o której mowa w art. 3 ust. 3 pkt 4 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie. *(fakultatywny)*
4. Fakultatywne załączniki oferenta. *(fakultatywny)*

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.