



0708295

Data wpływu: 2026-02-16

Nr: PP.3784.2026

Przyjął: Kamińska Joanna - Podinspektor  
Wydział Organizacji Urzędu  
Załączników: 0

Wzrost  
e. Bouson  
2026-02-17

Załączniki do rozporządzenia  
Przewodniczącego Komitetu do spraw Pożytku  
Publicznego z dnia 24 października 2018 r. (poz. 2055)

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,<br>do którego jest adresowana oferta | Burmistrz Miasta Nowy Dwór Mazowiecki                  |
| 2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>                             | 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                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                   |
| Nazwa: FUNDACJA ROZWOJU I WSPARCIA PSYCHOLOGICZNEGO PRZEMIANA,<br>Forma prawna: Fundacja,<br>Numer Krs: 0000624580,<br>Kod pocztowy: 05-180,<br>Poczta: Pomiechówek,<br>Miejscowość: Pomiechówek,<br>Ulica: Szkolna,<br>Numer posesji: 19,<br>Województwo: mazowieckie,<br>Powiat: nowodworski,<br>Gmina: Pomiechówek<br>Adres e-mail: <a href="mailto:przemiana.fundacja@gmail.com">przemiana.fundacja@gmail.com</a><br>Numer telefonu: +48 692702452 |                                                                                                                                                   |
| 2. Dane osoby upoważnionej do składania<br>wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko,<br>numer telefonu, adres poczty elektronicznej)                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kamila Korzeniewska-Walczak<br>Adres e-mail: <a href="mailto:przemiana.fundacja@gmail.com">przemiana.fundacja@gmail.com</a><br>Telefon: 692702452 |

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

|                                                                          |                                                                                     |                 |                                     |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------------|
| 1. Tytuł zadania publicznego                                             | Spokój w głowie - program wzmacniania odporności psychologicznej dla osób dorosłych |                 |                                     |
| 2. Termin realizacji zadania publicznego <sup>2)</sup>                   | Data rozpoczęcia                                                                    | 16.03.2026 roku | Data zakończenia<br>13.06.2026 roku |
| 3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji) |                                                                                     |                 |                                     |

<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.

Problemy w obszarze zdrowia psychicznego są obecnie powszechną bolączką naszego społeczeństwa – rośnie ilość osób chorujących na depresję, zaburzenia lękowe, co raz więcej osób nie radzi sobie ze stresem, presją i pojawiającymi się kryzysami. Konsekwencją trudności na podłożu psychicznym jest rosnący procent osób nadużywających alkoholu, substancji psychoaktywnych, stosujących przemoc czy podejmujących próby samobójcze. Istotnym elementem wspierającym zachowanie zdrowia psychicznego jest profilaktyka i wsparcie psychologiczne. Propozycja naszego projektu jest odpowiedzią na potrzeby społeczne wynikające z pogłębiającego się kryzysu psychologicznego wśród osób dorosłych. Zadanie zostanie zrealizowane wielopłaszczyznowo uwzględniając różne formy wsparcia psychicznego oraz rozwoju psychologicznego dla osób dorosłych z terenu Nowego Dworu Mazowieckiego. Projekt „Spokój w głowie - program wzmacniania odporności psychologicznej dla osób dorosłych” realizowaliśmy pierwszy raz w roku 2025, projekt spotkał się z ogromnym zainteresowaniem wśród lokalnej społeczności, a liczba chętnych przekroczyła kilkakrotnie możliwości projektu – lista rezerwowa liczyła około 30 osób oczekujących na zwolnienie miejsca, co pokazuje ogromną potrzebę tego typu spotkań. Zajęcia spotkały się z bardzo pozytywnym odbiorem, a uczestnicy byli bardzo zadowoleni z udziału w spotkaniach.

W ramach zadania zaplanowano:

- konsultacje psychologiczne/psychoterapeutyczne – indywidualne spotkania z psychologiem/psychoterapeutą, których celem będzie wsparcie osób zakwalifikowanych do projektu w lepszym radzeniu sobie z pojawiającymi się trudnościami, zrozumienie siebie, swoich emocji, wdrożenie kroków mających na celu poprawę komfortu psychicznego i profilaktykę zaburzeń emocjonalnych i psychicznych

- organizację grupy wsparciowo-rozwojowej dla osób dorosłych w wymiarze 12 spotkań (1 spotkanie = 2 h dydaktyczne) prowadzonej przez psychologów/psychoterapeutów/ z doświadczeniem w pracy terapeutycznej i rozwojowej z osobami dorosłymi. Celem realizacji spotkań grupowych będzie wyposażenie uczestników w narzędzia psychologiczne wspierające lepsze radzenie sobie z trudnościami emocjonalnymi, radzenie sobie ze stresem, wzmocnienie poczucia własnej wartości, sprawczości, a także wsparcie w bieżących kryzysach psychicznych doświadczanych przez uczestników spotkań.

Spotkania indywidualne i grupowe odbywać się będą w Pracowni Psychoterapii i Rozwoju SENS w Nowym Dworze Mazowieckim.

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

| Nazwa rezultatu                                                                                                        | Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa) | Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Realizacja 24 h konsultacji indywidualnych dla dorosłych                                                               | 100 %                                                      | Listy obecności potwierdzające obecność na konsultacjach                    |
| Uczestnicy zajęć grupowych poprawią swoje kompetencje w zakresie radzenia sobie z trudnościami emocjonalnymi i stresem | Min. 80 % uczestników zajęć                                | Anonimowa ankieta ewaluacyjna /post/                                        |

|                                                                                            |                             |                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|
| Uczestnicy zajęć grupowych wzmocnią swoje poczucie własnej wartości                        | Min. 80 % uczestników zajęć | Anonimowa ankieta ewaluacyjna /post/ |
| Uczestnicy projektu otrzymają wsparcie w radzeniu sobie z bieżącymi kryzysami psychicznymi | Min. 80 % uczestników zajęć | Anonimowa ankieta ewaluacyjna /post/ |
|                                                                                            |                             |                                      |

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

Fundacja Rozwoju i Wsparcia Psychologicznego Przemiana jest organizacją pozarządową, która działa na terenie powiatu Nowodworskiego, w 2020 roku zrealizowaliśmy nasz pierwszy projekt "Zdrowa głowa - pomoc psychologiczna dla dzieci i młodzieży", który pomimo trudnego czasu pandemii COVID19 cieszył się bardzo dużym zainteresowaniem wśród uczestników i został zrealizowany z sukcesem. W roku 2021 zrealizowaliśmy kolejny projekt pod tą samą nazwą, który podobnie jak poprzedni cieszył się bardzo dużym zainteresowaniem, a uczestnicy bardzo chwalili sobie udział w zajęciach, rok 2022, 2023, 2024, 2025 to kolejne z sukcesem zrealizowane projekty. Projekt „Spokój w głowie - program wzmacniania odporności psychologicznej dla osób dorosłych” realizowaliśmy pierwszy raz w roku 2025, projekt spotkał się z ogromnym zainteresowaniem wśród lokalnej społeczności, a liczba chętnych przekroczyła kilkakrotnie możliwości projektu – lista rezerwowa liczyła około 30 osób oczekujących na zwolnienie miejsca, co pokazuje ogromną potrzebę tego typu spotkań. Zajęcia spotkały się z bardzo pozytywnym odbiorem, a uczestnicy byli bardzo zadowoleni z udziału w spotkaniach. Propozycja projektu przedstawiona w niniejszym wniosku jest kontynuacją działań podjętych w poprzednich latach i ma na celu dalsze popularyzowanie bezpłatnej pomocy psychologicznej w Nowym Dworze Mazowieckim rozszerzonej również na grupę osób dorosłych. Projekty realizowane w poprzednich latach pokazały jak duże jest zapotrzebowanie w tym temacie na terenie Nowego Dworu Mazowieckiego, a liczba chętnych chcących wziąć udział w projekcie zdecydowanie przewyższyła możliwości realizowanych projektów. W trakcie realizacji zadań stale współpracujemy z Pracownią Psychoterapii i Rozwoju SENS w Nowym Dworze Mazowieckim, która świadczy kompleksową i profesjonalną pomoc psychologiczną/psychoterapeutyczną dla dzieci, młodzieży i dorosłych od 2018 roku. Oceniamy, że potrzeba szerszego i bezpłatnego dostępu do pomocy psychologicznej w Nowym Dworze Mazowieckim jest warta poruszenia i uwzględnienia w działalności lokalnych organizacji pozarządowych.

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

| Lp. | Rodzaj kosztu                                                                                     | Wartość PLN | Z dotacji | Z innych źródeł |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-----------|-----------------|
| 1.  | Realizacja indywidualnych konsultacji psychologicznych dla osób dorosłych (24 h)                  | 2400,00 zł  |           |                 |
| 2.  | Realizacja grupy wsparciowo-rozwojowej dla dorosłych (24 h / grupa, dwóch prowadzących)           | 5760,00 zł  |           |                 |
| 3.  | Zakup materiałów potrzebnych do realizacji zadania (materiały papiernicze, materiały szkoleniowe, | 700,00 zł   |           |                 |

|                                            |                                                                      |              |              |   |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------|--------------|---|
|                                            | materiały terapeutyczne i warsztatowe)                               |              |              |   |
| 4.                                         | Księgowość                                                           | 540,00 zł    |              |   |
| 5.                                         | Obsługa administracyjno-biurowa, koordynacja, działania rekrutacyjne | 600,00 zł    |              |   |
| Suma wszystkich kosztów realizacji zadania |                                                                      | 10 000,00 zł | 10 000,00 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.

*Łopella-Łopella*  
*Łopella*

Data 16.02.2026 r.

Fundacja Rozwoju i Wsparcia  
Psychologicznego PRZEMIANA  
ul. Szkolna 19. 05-180 Pomiechówek  
(podpis osoby upoważnionej lub podpis  
osób upoważnionych do składania oświadczeń  
woli w imieniu oferentów) NIP: 531-169-46-68, REGON: 364835731  
KRS: 0000624580