

ZŁOŻONO OSOBIŚCIE

RPW/11562/2025 N
Data: 2025-06-09

MAZOWIECKIE CENTRUM
POLITYKI SPOŁECZNEJ

2025-06-09

3201 samodzielny referent

liczba załączników 2 Podpis Emilia Oniszk

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, do którego jest adresowana oferta	Zarząd Województwa Mazowieckiego
2. Rodzaj zadania publicznego ¹⁾	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	Polski Związek Niewidomych Okręg Mazowiecki Koło Terenowe Garwolin Forma prawna: Stowarzyszenie KRS: 0000163347, REGON:016077250, NIP: 5252141808 Adres: ul. Długa 10, 08-400 Garwolin szczepanchrusciel@wp.pl tel. 504 311 874
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Krystyna Chrusciel szczepanchrusciel@wp.pl tel.504 311 874

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	„Mobilna Akademia Trzeźwego Życia”			
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	01.07.2025	Data zakończenia	30.07.2025
3. Syntetyczny opis zadania (wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji)				
Zadanie łączy cykl warsztatów profilaktyki uzależnień (18 h) połączony z trzydniowym wyjazdem integracyjno-edukacyjnym na trasie Garwolin - Św Lipka – Stoczek Klasztorny– Toruń - Garwolin dla 40 osób, w tym 20 osób z dysfunkcją wzroku (niewidomych i słabowidzących) z woj. mazowieckiego, w				

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.

szczegółności powiatu garwolińskiego oraz **2h webinaru**. Łączy warsztaty sensoryczne, trening umiejętności psychospołecznych oraz integrację międzypokoleniową. Celem jest **zwiększenie świadomości zagrożeń alkoholowych, wskazanie bezpiecznych alternatyw spędzania czasu** i wzmocnienie odporności psychicznej uczestników.

Problem nadużywania alkoholu pozostaje jednym z najpoważniejszych wyzwań zdrowia publicznego, a jego skutki – od chorób somatycznych, przez zaburzenia psychiczne, po rozpad więzi społecznych – uderzają szczególnie mocno w osoby z mniejszym dostępem do profilaktyki i pomocy. W tej grupie znajdują się osoby niewidome i słabowidzące. Według szacunków Głównego Urzędu Statystycznego w Polsce żyje ponad 1,7 mln osób z istotnym uszkodzeniem wzroku, z czego co najmniej 100 tys. nie jest w stanie czytać standardowego druku. Jednocześnie badania Polskiego Związku Niewidomych (PZN) oraz doświadczenia poradni uzależnień wskazują, że deficyt wzroku – poprzez nasilone poczucie izolacji, trudności w zatrudnieniu i użytkowaniu przestrzeni publicznej – zwiększa ryzyko sięgania po alkohol jako łatwo dostępnego „regulatora stresu”. Paradoks polega na tym, że typowe działania profilaktyczne prowadzone są głównie z wykorzystaniem materiałów wizualnych (prezentacje, filmy, plakaty) i odbywają się w placówkach, do których dotarcie wymaga dobrej orientacji przestrzennej oraz wsparcia transportowego. W rezultacie znaczna część społeczności osób z niepełnosprawnością wzroku pozostaje poza zasięgiem tradycyjnych programów przeciwdziałania alkoholizmowi. Województwo mazowieckie, choć dysponuje najbogatszą siecią instytucji pomocowych w kraju, zmaga się z dodatkowymi barierami: osiedla satelitarne i obszary wiejskie są słabiej skomunikowane, a lokalne koła PZN sygnalizują, że ich członkowie rzadko uczestniczą w miejskich wykładach czy mitingach AA – nie dlatego, że brakuje im motywacji, lecz z powodu fizycznych i informacyjnych ograniczeń. Osoby niewidome częściej doświadczają depresji, izolacji społecznej i bezrobocia – czynników sprzyjających sięganiu po substancje psychoaktywne. Brak wzroku ogranicza również dostęp do tradycyjnych aktywności rekreacyjnych, przez co alkohol może stawać się „łatwym” narzędziem radzenia sobie ze stresem.

Opis projektu:

Projekt zakłada organizację cyklu warsztatów profilaktycznych oraz 3-dniowej wycieczki na trasie Garwolin-Św Lipka – Stoczek Klasztorny– Toruń -Garwolin dla 40 osób, w tym 20 osób z dysfunkcją wzroku (niewidomych i słabowidzących) podczas której zostaną zrealizowane warsztaty profilaktyczne dla dorosłych na temat skutków uzależnień oraz strategii ich unikania.

Program obejmuje:

1. Transport uczestników w obie strony
2. Posiłek – zapewnienie całodziennego wyżywienia
3. Spotkanie z przedstawicielami organizacji wspierających osoby w kryzysie
4. Zwiedzanie ekspozycji religijnych i historycznych z dostosowaniem do potrzeb osób z dysfunkcją wzroku

Oczekiwane rezultaty:

- realna poprawa kompetencji i dobrostanu 40 osób, w tym 20 osób niewidomych i słabowidzących, z czego większość stanowić będą mieszkańcy powiatu garwolińskiego.
- integracja społeczna: min. 85 % uczestników oceni w ankiecie, że projekt „zwiększył poczucie przynależności i wsparcia” (ocena „dobra” lub „bardzo dobra”).
- wzrost wiedzy: średni wynik testu 8-pytań o skutkach alkoholu wzrośnie z $\approx 55\%$ do $\geq 80\%$ (pomiar przed / po).

Bez wdrożenia modeli specjalistycznej, w pełni dostępnej profilaktyki osoby z dysfunkcją wzroku pozostaną poza głównym nurtem działań alkoholowych, co utrwała nierówności zdrowotne. „Mobilna Akademia Trzeźwego Życia” wykorzystuje zasoby PZN, doświadczenie trenerów i technologie dostępności, by skutecznie zmniejszyć ryzyko choroby alkoholowej oraz promować zdrowe, sensowne alternatywy szczególnie w społecznościach mniejszych miast i wsi Mazowsza.

Promocja realizowanego zadania:

Informacja dotycząca spełnienia obowiązków promocyjnych będzie umieszczana we wszystkich wystąpieniach publicznych, w których będzie brał udział przedstawiciel PZN, na tablicach informacyjnych miast i gmin powiatu garwolińskiego oraz w ogłoszeniach parafialnych. Uczestnicy programu będą informowani, że zadanie współfinansowane jest ze środków Samorządu Województwa Mazowieckiego. Informacja ta będzie zamieszczona na listach obecności oraz formularzach zgłoszeniowych.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Gotowość organizacji warsztatów profilaktyczno-terapeutycznych „Zrozumieć nałóg” łączących elementy audio deskrybowanych eksperymentów, narracji storytellingu i krótkich scenek teatru wyobraźni.	Warsztaty profilaktyczne dla grupy 40 osób, w tym 20 osób z dysfunkcją wzroku. Edukacja o skutkach alkoholu poprzez ćwiczenia i naukę rozpoznawania sygnałów ryzyka w łącznej ilości 3h (na miejscu podczas wizyty i noclegu w Domu Pielgrzyma w Stoczku Klasztornym). Wzrost wyniku testu 8-pytań o skutkach alkoholu przeprowadzonego przed i po realizacji projektu.	Zdjęcia, listy obecności, ankiety
Gotowość organizacji „Treningu umiejętności życiowych”	Warsztaty edukacyjno-terapeutyczne dla grupy 40 osób, w tym 20 osób z dysfunkcją wzroku przeprowadzone w cyklu trzech 4-godzinnych spotkań, przeprowadzone w autokarze podczas	Zdjęcia, listy obecności, ankiety, jadalospisy audio.

	podróży i 3-dniowej wycieczki. Podniesienie kompetencji społecznych poprzez kształtowanie asertywności, wzmacnianie poczucia własnej wartości, ćwiczenia uważności, planowanie zdrowego stylu życia. Wzrost poczucia integracji społecznej - min. 85 % uczestników oceni w ankiecie, że projekt „zwiększył poczucie przynależności i wsparcia”	
Gotowość organizacji warsztatów profilaktycznych „Fakty i mity” .	Warsztaty profilaktyczne dla grupy 40 osób, w tym 20 osób z dysfunkcją wzroku. Podniesienie wiedzy nt. alkoholu, leków, e-papierosów, omówienie wpływu substancji psychoaktywnych na organizm, wpływ uzależnień na życie społeczne i zawodowe, „poradzę sobie sam”, czyli gdzie szukać pomocy. 3h warsztatów realizowane będą podczas pobytu i noclegu w Domu Pielgrzyma w Toruniu.	Zdjęcia, listy obecności, ankiety
Gotowość przeprowadzenia webinaru on-line Follow-up on-line „Jak wspierać utrzymanie zdrowych nawyków”.	2h webinar psychologa/terapeuty dla uczestników i opiekunów zorganizowany pod koniec lipca Follow-up w formie on-line w celu utrwalenia motywacji i poczucia sprawstwa w fazie „powyjazdowej”, w którym weźmie udział min 50% uczestników wycieczki.	Lista obecności
Gotowość zorganizowania 3-dniowej wycieczki na trasie Garwolin - Św Lipka – Stoczek Klasztorny– Toruń - Garwolin w dniach 1-3 lipca 2025r.	Udział 40 osób, w tym 20 osób z dysfunkcją wzroku (niewidomych i słabowidzących) z woj. mazowieckiego, w szczególności powiatu garwolińskiego.	Lista obecności, rachunki, zdjęcia

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

Polski Związek Niewidomych (PZN) jest największą w kraju organizacją pozarządową działającą na rzecz osób z dysfunkcją wzroku – nieprzerwanie od 1946 r. Mazowiecki Okręg PZN obejmuje 24 koła terenowe i dociera do blisko 8 700 członków. Posiada doświadczenie w prowadzeniu działań profilaktycznych. Realizował m.in. projekt „Trzeźwe Ścieżki” (Fundusz Rozwiązywania Problemów Hazardowych) skierowany do 120 członków kół terenowych, „Bez barier do trzeźwości” czy „AudioDetoks” (PFRON).

Polski Związek Niewidomych – Okręg Mazowiecki Oddział Terenowy Garwolin dysponuje wyspecjalizowaną kadrą, zapleczem technologicznym do produkcji materiałów dostępnych oraz potwierdzonym dorobkiem w profilaktyce uzależnień. PZN posiada rzeczy niezbędne do przeprowadzenia spotkań a także zasoby w postaci

Organizator będzie prowadził dziennik ewentualnych zgłoszeń dotyczących utrudnień i zobowiązuje się do ich usunięcia w ciągu czterdziestu ośmiu godzin. Po zakończeniu programu uczestnicy wypełnią krótką ankietę satysfakcji, a jej wyniki wraz z opisem zastosowanych usprawnień zostaną przekazane w sprawozdaniu merytorycznym do Zarządu Województwa Mazowieckiego. Pierwszeństwo udziału otrzymają mieszkańcy powiatu garwolińskiego oraz osoby, które same zmagają się z problemem alkoholu lub mieszkają w rodzinach dotkniętych tym zjawiskiem, w tym min 50% będą to osoby z potwierdzonym statusem niepełnosprawności wzroku. Deklarujemy, że realizując zadanie publiczne zapewnimy dostępność osobom ze szczególnymi potrzebami zgodnie z ustawą z 19 lipca 2019 r. (architektoniczną, cyfrową i informacyjno-komunikacyjną).

Projekt realnie dociera do osób niewidomych i słabowidzących, które dotąd pozostawały poza zasięgiem typowych działań profilaktyki alkoholowej, i daje im równą szansę na uzyskanie skutecznego wsparcia.

W realizacji zadania udział wezmą terapeuta, posiadający doświadczenie w pracy z osobami zagrożonymi wykluczeniem społecznym oraz osobami posiadającymi orzeczenie o niepełnosprawności oraz koordynator projektu – przedstawiciel PZN- posiadający szeroką wiedzę na temat pracy z osobami z dysfunkcją wzroku. Wsparcie psychologiczne zostanie zapewnione przez psychologa/terapeutę z doświadczeniem w pracy z osobami uzależnionymi.

Uzasadnienie potrzeby realizacji:

Potrzeba realizacji projektu „Mobilna Akademia Trzeźwego Życia” wyrasta bezpośrednio z bolesnej codzienności wielu niewidomych i słabowidzących mieszkańców powiatu garwolińskiego. Utrata albo znaczne ograniczenie wzroku nie kończy się na diagnozie okulistycznej; oznacza nagłą rezygnację z samochodu, konieczność podporządkowania każdego wyjazdu osobom trzecim, a nierzadko – rezygnację z dotychczasowej pracy zawodowej. W takich realiach poczucie sprawczości topnieje, a stres i izolacja rosną z dnia na dzień. Łatwo dostępny, społecznie akceptowany kieliszek przy rodzinnym stole staje się niepozornym, lecz bardzo niebezpiecznym „lekiem” na bezsilność. Gdy pojawia się problem, zasięgnięcie profesjonalnej pomocy jest praktycznie niewykonalne. Programy profilaktyczne organizowane przez gminy opierają się na ulotkach i projekcjach filmów, czyli formatach z definicji niemal bezużytecznych dla osób, które „czytają słuchem” lub dotykiem. Tak skonstruowany system pomocy całkowicie pomija potrzeby sensoryczne niewidomych i pozostawia ich z problemem w czterech ścianach własnego domu. Dodatkowym czynnikiem ryzyka jest powtarzający się w badaniach PFRON deficyt sensownych propozycji spędzania wolnego czasu. Dla niewidomych z powiatu garwolińskiego oznacza to w praktyce brak przestrzeni, w której mogliby spotkać rówieśników i rozwijać pasje w warunkach dostosowanych do ich możliwości percepcyjnych. W efekcie wolne popołudnia wypełnia nie twórcza aktywność, lecz bezczynność, w której alkohol staje się łatwo dostępnym środkiem na nudę i samotność.

5. Warsztaty profilaktyczne „Zrozumieć nałóg” (3h) łączące elementy audiodeskrybowanych eksperymentów, narracji storytellingu i krótkich scenek teatru wyobraźni. Warsztaty realizowane w Stoczku Klasztornym.
6. „Trening umiejętności życiowych” – cykl trzech 4-godzinnych spotkań prowadzących uczestników przez: autoprezentację i asertywność (jak odmawiać alkoholu), zarządzanie stresem metodą **Mindfulness Without Vision** (ćwiczenia uważności adaptowane do braku bodźców wzrokowych), planowanie zdrowego stylu życia (jadłospisy audio) realizowane w trakcie podróży autokarem.
7. Warsztaty „Fakty i mity” (3h) - podniesienie wiedzy nt. alkoholu, leków, e-papierosów, omówienie wpływu substancji psychoaktywnych na organizm, wpływ uzależnień na życie społeczne i zawodowe, „poradzę sobie sam”, czyli gdzie szukać pomocy. Warsztaty realizowane w Toruniu.

Dotychczasowe proponowane działania profilaktyczne polegały najczęściej na pojedynczych prelekcjach w świetlicach lub dystrybucji ulotek. Takie formy, pozbawione praktycznego wymiaru i angażujących metod, nie przekładają się na trwałą zmianę postaw. Prowadzenie warsztatów w trakcie podróży będzie doskonałą okazją by w praktyczny, angażujący sposób przeciwdziałać rosnącemu problemowi nadużywania alkoholu, promować zdrowe alternatywy spędzania czasu i budować trwałe, lokalne zasoby wsparcia. Po powrocie przeprowadzony zostanie 2h webinar dla uczestników i opiekunów **Follow-up on-line (koniec lipca)** „Jak wspierać utrzymanie zdrowych nawyków” po zakończeniu wycieczki w celu utrwalenia motywacji i poczucia sprawstwa w fazie „powyjazdowej”.

Adresaci projektu:

Adresatami projektu jest **40 osób, w tym 20 osób z dysfunkcją wzroku** (niewidomych i słabowidzących) z woj. mazowieckiego, w szczególności powiatu garwolińskiego. Województwo mazowieckie to obszar o największej liczbie mieszkańców i znaczących dysproporcjach między Warszawą a terenami wiejskimi – wskazuje w swym „Regionalnym Programie Rozwiązywania Problemów Alkoholowych 2022-2025” konieczność dotarcia do grup defaworyzowanych. W powiecie garwolińskim szacuje się, że około 800–1000 osób posiada tu choroby narządu wzroku w orzeczeniu o niepełnosprawności – to niemal 1 % całej populacji powiatu, wynik wyższy niż średnia wojewódzka. Struktura wiekowa jest „rozszerzona w środku”: najliczniejszą grupę stanowią osoby między 35 a 59 rokiem życia, drugą dużą grupą są seniorzy 60 +, często samotni, których świat skurczył się do najbliższej parafii lub ośrodka zdrowia. Adresaci projektu reprezentują środowisko o podwyższonym ryzyku szkód alkoholowych, które jednocześnie wykazuje gotowość do pracy nad zmianą.

Projekt zaprojektowano tak, aby każdy jego etap – od informacji wstępnej aż po zakończenie cyklu warsztatów – był w pełni dostępny dla osób niewidomych i słabowidzących z Mazowsza, a w szczególności z rozproszonego komunikacyjnie powiatu garwolińskiego. Każdą czynność formalną – od podpisu zgód RODO po ankiety ewaluacyjne – można zrealizować głosowo, w brajlu lub w postaci tradycyjnego podpisu odręcznego.

specjalistów z dużym doświadczeniem zarówno w pracy z osobami z dysfunkcją wzroku jak i z osobami uzależnionymi lub współuzależnionymi. Tak skonfigurowane zasoby gwarantują, że „Mobilna Akademia Trzeźwego Życia” zostanie przeprowadzona rzetelnie, terminowo i z pełnym poszanowaniem potrzeb sensorycznych jej uczestników.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Usługa transportowa dla uczestników projektu + koordynatora + prowadzącego warsztaty	8 000	8 000	
2.	Nocleg i wyżywienie (40 os x 140zł)	5600	2000	3600
3.	Wynagrodzenie osoby prowadzącej warsztaty (18h x 70zł)	1260		1260 – realizowane w ramach wolontariatu
4.	Wynagrodzenie psychologa/terapeuty (2h x 70zł)	140		140 zł – realizowane w ramach wolontariatu
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		15 000	10 000	5 000

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.

PREZES
Zarządu Koła Garwolin
Polskiego Związku Niewidomych
Anna Bogusz
(podpis osoby upoważnionej lub podpisy
osób upoważnionych do składania oświadczeń
woli w imieniu oferentów)

Data Garwolin 05.06.2025

V-ce PREZES
Zarządu Koła Garwolin
Polskiego Związku Niewidomych
Apolonia Zuchniak

SEKRETARZ
Zarządu Koła Polskiego Związku
Niewidomych w Garwolinie

Kamila Zuchniak

Polski Związek Niewidomych
Okręg Mazowiecki
Koło Garwolin
ul. Długa 10, 08-400 Garwolin
NIP: 5252141808; KRS 0000163347
tel. 504-311-874; szczepanchrusciel@wp.pl

zuchniak k

