

RPW/6659/2025
Data: 2025-11-19Załączniki do rozporządzenia
Przewodniczącego Komitetu do spraw Pożytku
Publicznego z dnia 24 października 2018 r. (poz. 2055)

Załącznik nr 1

MAZOWIECKIE CENTRUM
POLITYKI SPOŁECZNEJ

2025-11-19

Ldż. 18209

Liczba załączników 2

Podpis: [Podpis]

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	
Fundacja HALT KRS: 0001191058, NIP: 5243048512, REGON: 542583660 Adres siedziby/adres do korespondencji: ul. Malborska 16C, 03-286 Warszawa Strona www: https://fundacijahalt.org/ Numer telefonu: 662 050 721 Adres e-mail: kontakt@fundacijahalt.org	
2. Dane osoby upoważnionej do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. imię i nazwisko, numer telefonu, adres poczty elektronicznej)	Piotr Jawidzyk tel: 573 070 199 e-mail: kontakt@fundacijahalt.org

III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

1. Tytuł zadania publicznego	„Zatrzymaj się. Zaczynij od noVa – Przewodnik dla osób uzależnionych”		
2. Termin realizacji zadania publicznego ²⁾	Data rozpoczęcia	09.12.2025 r.	Data zakończenia 31.12.2025 r.
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.

Projekt zakłada **STWORZENIE I BEZPŁATNE UDOSTĘPNIENIE NA STRONIE FUNDACJI HALT KOMPLEKSOWEGO PRZEWODNIKA DLA OSÓB UZALEŻNIONYCH**, który stanie się też realną formą wsparcia i wzrostu świadomości dla osób bliskich i współuzależnionych (minimum 40 stron).

Przewodnik będzie praktycznym narzędziem psychoedukacyjnym, zawierającym podstawy wiedzy o uzależnieniach, praktyczne techniki i narzędzia oraz wskazówki przydatne w procesie zdrowienia. Przewodnik powstanie dzięki współpracy przedstawicieli Fundacji z terapeutami uzależnień (i skonsultowany z pozostałymi Specjalistami zaangażowanymi w bieżącą działalność Fundacji, co holistycznie pozwoli odnieść się do merytorycznej zawartości materiału) – zostanie opracowany graficznie i udostępniony jako bezpłatny plik PDF. Informacje o jego udostępnieniu rozpowszechnimy w trakcie krótkiej (ze względu na okres realizacji projektu), ale intensywnej kampanii w mediach społecznościowych umożliwiającej zwiększenie zasięgu dotarcia do potencjalnych zainteresowanych. W ramach projektu stworzymy również krótki materiał wideo wprowadzający w temat i promujący Przewodnik wraz z instrukcją, jak z niego korzystać.

Celem projektu jest zwiększenie dostępności natychmiastowego wsparcia dla osób w kryzysie. Przewodnik stanie się narzędziem pierwszej pomocy dla osób uzależnionych, stanowiąc jednocześnie dodatkowe wsparcie dla osób w trakcie/po zakończeniu terapii. Przewodnik będzie także cennym wsparciem dla bliskich osób uzależnionych – pomoże im lepiej zrozumieć mechanizmy uzależnienia, reakcje osoby w kryzysie, a także udzielać jej bezpiecznego, adekwatnego wsparcia i rozpoznawać sytuacje mogące świadczyć o ryzyku nawrotu.

Aktualnie nie istnieje ogólnodostępny, bezpłatny przewodnik dla osób uzależnionych. Brak takiego materiału powoduje, że wiele osób – mimo gotowości do zmiany – nie wie, od czego zacząć, nie rozumie, co właściwie dzieje się z ich psychiką i zachowaniem oraz nie potrafi samodzielnie podjąć kolejnych działań. To z kolei zwiększa ryzyko nawrotów, poczucie bezradności, a w skrajnych przypadkach – rezygnację z szukania pomocy. Osoby uzależnione i współuzależnione zmagają się również z silnym wstydem i lękiem przed ujawnieniem problemu, przez co często unikają kontaktu z terapeutą lub ośrodkiem. **Dostęp do bezpłatnego Przewodnika w formie cyfrowej, pobieranego anonimowo i o dowolnej porze, obniża próg wejścia do procesu zdrowienia, umożliwiając podjęcie pierwszego kontaktu z pomocą w sposób bezpieczny, poufny i niewymagający żadnych formalności.**

Wartość płynąca ze stworzenia i udostępnienia Przewodnika:

- **Natychmiastowy dostęp do pomocy** (osoba uzależniona bardzo często nie szuka pomocy planowo – robi to w kryzysie, w nocy, po załamaniu, po kolejnym nawrocie. Dostępny 24/7, bezpłatny Przewodnik w formie PDF pozwala uzyskać wsparcie tu i teraz, bez konieczności czekania na konsultację czy ponoszenia kosztów);
- **Niski próg wejścia do procesu zdrowienia** (wiele osób boi się sięgnąć po pomoc, nie wie, od czego zacząć, albo odczuwa wstyd. Przewodnik pełni funkcję pierwszego, bezpiecznego kroku, który nie wymaga ujawniania się, kontaktu z terapeutą czy zapisywania się na terapię, a mimo to wprowadza czytelnika na ścieżkę zmiany);
- **Wsparcie w krytycznych momentach** (treści Przewodnika obejmą m.in. pracę z głodem, techniki radzenia sobie z emocjami i narzędzia natychmiastowych interwencji, które dadzą czytelnikowi poczucie, że ma do czego sięgnąć, zanim straci kontrolę);
- **Psychoedukacja, która porządkuje chaos** (osoby uzależnione często nie rozumieją istoty uzależnienia – myślą o objawach, nie potrafią nazwać procesu, w którym tkwią. Przewodnik w prosty, nieoceniający sposób wyjaśni mechanizmy uzależnienia, co poprawia motywację i zmniejsza poczucie winy);
- **Przystępny język, krótkie formy, praktyczne narzędzia** (w przeciwieństwie do złożonych publikacji psychologicznych, Przewodnik ma być lekki, zrozumiały i narzędziowy – idealny zarówno dla osób, które dopiero zaczynają drogę trzeźwienia, jak i osób, które są w trakcie/po zakończeniu procesu terapeutycznego);
- **Wyrównywanie szans** (osoba uzależniona często jest w trudnej sytuacji finansowej – zadłużenie, utrata pracy, problemy rodzinne. Bez opłat, bez rejestracji, bez barier – to ogromna wartość pozwalająca dotrzeć do osób, które nie mogłyby skorzystać z płatnego wsparcia);
- **Wzmocnienie działań terapeutycznych i systemowych** (Przewodnik może być również wykorzystywany w ośrodkach leczenia uzależnień, na grupach wsparcia i przez specjalistów pracujących z osobami w kryzysie. Daje wszystkim wspólne narzędzie do pracy i rozmowy, co zwiększa spójność procesu leczenia).

Dlaczego to działanie jest potrzebne właśnie teraz?

- rośnie liczba osób uzależnionych w Polsce (alkohol, substancje, uzależnienia behawioralne);
- wsparcie systemowe jest przeciążone — na terapię często czeka się tygodniami;
- brak jest szybkich, bezpłatnych, profesjonalnych i przystępnych materiałów, które pomagają zrozumieć sytuację i podjąć pierwszą decyzję o leczeniu;
- wiele osób szuka pomocy w internecie, ale trafia na niezweryfikowane, chaotyczne treści.

Bezpłatny Przewodnik Fundacji HALT odpowie na wszystkie te luki, stając się **realnym narzędziem interwencji, edukacji i motywacji**.

Uzasadnienie kosztów:

- **Wynagrodzenie terapeutów zaangażowanych w przygotowanie merytoryczne Przewodnika i materiału wideo promującego Przewodnik wraz z przekazaniem praw autorskich** – zaangażowanie wykwalifikowanych Specjalistów zapewni wysoką jakość Przewodnika, zgodność z aktualną wiedzą oraz adekwatność zaleceń do realiów terapii i procesu zdrowienia. Dodatkowo, ich udział w przygotowaniu krótkiego materiału wideo pozwoli w przystępny sposób wyjaśnić odbiorcom, w jaki sposób korzystać z Przewodnika i kiedy może on pomóc;
- **Opracowanie graficzne i przygotowanie Przewodnika do publikacji oraz techniczny nadzór nad przygotowaniem wraz z montażem wideo promującego Przewodnik** – aby Przewodnik był zrozumiały, atrakcyjny wizualnie i przyjazny dla użytkowników w kryzysie, konieczne jest profesjonalne opracowanie graficzne dokumentu oraz przygotowanie finalnego pliku do pobrania. Przejrzystość, odpowiednie formatowanie oraz elementy wspierające nawigację mają kluczowe znaczenie dla jego użyteczności. Dodatkowo montaż krótkiego filmu promującego projekt pozwoli na czytelne przedstawienie celu Przewodnika i zachęci osoby potrzebujące do jego pobrania, tym samym zwiększając zasięg projektu;
- **Kampania w mediach społecznościowych** – aby Przewodnik dotarł do jak największej liczby osób uzależnionych, ich bliskich oraz specjalistów, niezbędne jest przeprowadzenie działań promocyjnych w mediach społecznościowych. Jest to główne medium kontaktu osób młodych i dorosłych poszukujących natychmiastowego wsparcia, szczególnie w sytuacji kryzysu. Promocja pozwoli zwiększyć dostępność materiału, dotrzeć do grup zagrożonych wykluczeniem oraz skierować pomoc do odbiorców, którzy nie korzystają z tradycyjnych form wsparcia.

Miejsce realizacji projektu: Warszawa, **zasięg projektu:** województwo mazowieckie

Projekt jest zgodny z **Ustawą z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami** m.in. poprzez:

- **Dostępność architektoniczna:** produkt cyfrowy – brak barier w tym zakresie;
- **Dostępność cyfrowa:** Przewodnik będzie publikowany w postaci pliku PDF dostępnego na stronie Fundacji oraz w aplikacji (o której mowa poniżej) — planujemy tak przygotować dokument, aby był zgodny z zasadami dostępności cyfrowej (np. stosowanie nagłówków, dużej czcionki, odpowiedniej kolorystyki). Na stronie Fundacji zamieszczona zostanie również wersja Word Przewodnika, co umożliwi jego transkrypcję. Dodatkowo, materiał wideo promujący Przewodnik zostanie opatrzony napisami, co umożliwi korzystanie również osobom niesłyszącym lub niedosłyszącym, podnosząc dostępność komunikacyjną;
- **Dostępność informacyjno-komunikacyjna:** projekt zakłada prosty, zrozumiały język w treści Przewodnika i materiału wideo — co jest ważne dla osób, które mogą mieć trudności poznawcze lub intelektualne.

W razie potrzeby – osobie ze szczególnymi potrzebami przyznany zostanie dostęp alternatywny.

4. Opis zakładanych rezultatów realizacji zadania publicznego

Nazwa rezultatu	Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)	Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika
Stworzenie przewodnika i krótkiego materiału wideo oraz udostępnienie ich na stronie internetowej	1	Wideo i Przewodnik w wersji PDF umieszczone na stronie internetowej Fundacji

Liczba pobrań w trakcie realizacji projektu	2000	Strona internetowa Fundacji i aplikacja
---	------	---

Warto podkreślić, że Przewodnik wraz z materiałem wideo pozostaną bezpłatnie dostępne także po zakończeniu realizacji projektu, co sprawi, że jego efekty nie będą działaniem jednorazowym, lecz trwałym rozwiązaniem o szerokim i długofalowym zasięgu.

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

Fundacja HALT została utworzona z potrzeby niesienia wsparcia osobom uzależnionym oraz ich bliskim, opierając swoją misję na połączeniu doświadczenia osobistego i profesjonalnego.

Fundacja HALT realizuje swoje cele poprzez:

- terapię uzależnień i wsparcie psychologiczne,
- programy profilaktyczne i edukacyjne w szkołach, ośrodkach i miejscach pracy,
- warsztaty, szkolenia i kampanie społeczne,
- pomoc prawną i interwencję kryzysową,
- działania na rzecz reintegracji społecznej – w tym programy aktywizacji zawodowej, sportowej i kulturalnej,
- współpracę z instytucjami, ośrodkami i firmami, które wspierają ideę zdrowienia i trzeźwego życia.

Zespół:

- **Prezes Zarządu Fundacji** – mający za sobą własne doświadczenia związane z funkcjonowaniem w rodzinie z problemem uzależnienia oraz przejście procesu terapeutycznego, od lat działa w środowisku osób uzależnionych i współuzależnionych. Zrozumienie specyfiki ich funkcjonowania oraz brak dostępnych, praktycznych narzędzi wsparcia skłoniły go do stworzenia Fundacji oraz aplikacji dla osób uzależnionych, a także do rozwijania działań na rzecz edukacji, profilaktyki i wzmacniania osób w kryzysie. Wnosi doświadczenie organizacyjne i zarządcze w realizacji działań skierowanych do osób uzależnionych i współuzależnionych, w tym w organizowaniu wsparcia, koordynacji zespołów merytorycznych oraz tworzeniu materiałów edukacyjnych;
- **Profesjonalna kadra Specjalistów**, z którymi Fundacja nawiązała stałą współpracę – m.in. terapeuci uzależnień i współuzależnień, specjalista pomocy psychologicznej i interwencji kryzysowej, psycholog kliniczny, lekarz psychiatra, superwizorka zapewniają dostęp do rzetelnej wiedzy, wysokiej jakości wsparcia dla osób uzależnionych i współuzależnionych oraz merytorycznego nadzoru nad przygotowywanymi działaniami i materiałami;
- **Wolontariusze Fundacji**, którzy aktywnie i zaangażowaniem wspierają działania informacyjne, organizacyjne i promocyjne. Ich udział pozwala poszerzać zasięg projektów i zwiększać skuteczność docierania do osób znajdujących się w kryzysie uzależnienia, często z ograniczonym dostępem do profesjonalnej pomocy.

Dzięki połączeniu kompetencji zespołu specjalistycznego, osobistych doświadczeń osób zaangażowanych w działalność Fundacji oraz zaangażowania wolontariuszy, Fundacja HALT dysponuje odpowiednimi zasobami i kwalifikacjami do realizacji projektu stworzenia i udostępnienia bezpłatnego Przewodnika dla osób uzależnionych.

Warto podkreślić, że nazwa projektu nawiązuje do flagowego projektu fundacji – BEZPŁATNEJ APLIKACJI DLA OSÓB UZALEŻNIONYCH I WSPÓLUZALEŻNIONYCH „NOVE ŻYCIE”, w którym będą dostępne m.in. codzienne meetingi i wykłady online/czat społecznościowy 24/7, dziennik głódów i emocji, system medali i osiągnięć/kalendarz trzeźwości, tryb SOS, motywujące cytaty, możliwość umawiania spotkań ze specjalistami. Więcej na stronie: <https://novezycie.pl/>. Aplikacja będzie dodatkowym, całodobowym źródłem wsparcia dla osób uzależnionych i współuzależnionych, uzupełniającym treści Przewodnika i umożliwiającym użytkownikom codzienną pracę nad trzeźwieniem oraz utrzymaniem motywacji w trudnych momentach. Wierzymy, że tak różnorodne i kompleksowe działania Fundacji – łączące edukację, dostęp do specjalistów, wsparcie społecznościowe i praktyczne narzędzia do monitorowania własnego procesu zdrowienia – realnie odpowiedzą na rosnące potrzeby osób dotkniętych uzależnieniem i przyczynią się do zmniejszenia skali tego problemu w perspektywie społecznej.

IV. Szacunkowa kalkulacja kosztów realizacji zadania publicznego

Lp.	Rodzaj kosztu	Wartość PLN	Z dotacji	Z innych źródeł
1.	Wynagrodzenie terapeutów zaangażowanych w przygotowanie merytoryczne przewodnika i materiału video promującego przewodnik wraz z przekazaniem praw autorskich	5720 zł. (2 x 2860 zł)	5720 zł. (2 x 2860 zł)	0 zł
2.	Opracowanie graficzne i przygotowanie Przewodnika do publikacji oraz techniczny nadzór nad przygotowaniem wraz z montażem wideo promującego Przewodnik	1860 zł	1860 zł	0 zł
3.	Kampania w mediach społecznościowych	2420 zł	2420 zł	0 zł
Suma wszystkich kosztów realizacji zadania		10 000 zł	10 000 zł	0 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.

Data

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



