

p. G. Opitowski  
25.03.2020

Stowarzyszenie Pomocy  
Osobom z Autyzmem w Toruniu  
ul. Pająkowskiego 44/52, 87-100 Toruń  
NIP 879-242-75-85 Regon 871725036  
www.spoza.org tel. 728 981 238

## 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 | Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego |
| 2. Rodzaj zadania publicznego <sup>1)</sup>                          | 1a) wspieranie rodziny i systemu pieczy zastępczej   |

### 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: Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Autyzmem w Toruniu, Forma prawna: Stowarzyszenie Rejestrowe, Numer Krs: 0000221611, Kod pocztowy: 87-100, Poczta: Toruń, Miejscowość: Toruń, Ulica: Pająkowskiego, Numer posesji: 44, Numer lokalu: 52, Województwo: kujawsko-pomorskie, Powiat: Toruń, Gmina: m. Toruń, Strona www: www.spoza.org, Adres e-mail: biuro@spoza.org, Numer telefonu: 728981238,

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)

### III. Zakres rzeczowy zadania publicznego

|  |   |            |                  |            |
|--|---|------------|------------------|------------|
| 1. Tytuł zadania publicznego               | „Razem łatwiej”-grupa wsparcia psychologicznego dla matek dzieci z autyzmem |            |                  |            |
| 2. Termin realizacji zadania <sup>2)</sup> | Data rozpoczęcia  | 06.09.2020 | Data zakończenia | 03.12.2020 |

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

## Opis zadania

Celem zadania jest wspieranie matek osób z autyzmem w pełnieniu funkcji rodzicielskich poprzez wspieranie umiejętności radzenia sobie z chronicznym stresem oraz kształtowanie postaw i zachowań wspierających zdrowie psychiczne, które determinuje funkcjonowanie całej rodziny.

Cel ten zamierzamy osiągnąć poprzez prowadzenie cyklu szkoleń (forma warsztatowa) wspierających dla matek dzieci z autyzmem już z orzeczoną depresją i zaburzeniami lękowymi lub zagrożonych depresją.

Szkolenia będą odbywały się dwa razy w miesiącu i będą trwały 4 godziny. (2x4 h). Szacujemy że od 6 września do 3 grudnia odbędzie się 7 warsztatów po 4 godziny, czyli 28 godzin. (28 godzin po 150 zł-stawka za godzinę pracy terapeuty brutto-daje sumę 4200 zł)

Spotkania te przyczynią się do zredukowanie stresu towarzyszącego matkom dzieci z autyzmem, często wyczerpanych fizycznie i psychicznie, poprzez naukę różnych technik relaksacyjnych, m.inn: techniki świadomego oddychania, relaksację Jacobsona, trening uważności (mindfulness), wizualizację.

Będzie to też okazja, aby pod opieką doświadczonego terapeuty, podzielić się swoimi lękami i zmartwieniami i wspólnie, z grupą osób o podobnych problemach, znaleźć właściwą strategię działania, pozwalającą odzyskać siłę, radość i motywację, co bezpośrednio wpłynie na zwiększenie poziomu umiejętności rodzicielskich. Jesteśmy świadomi tego, że zdrowa i szczęśliwa mama to szczęśliwe i zadbane dziecko, szczęśliwa rodzina.

### Grupa docelowa:

ok .20 matek dzieci i młodzieży z autyzmem-podopiecznych naszego Stowarzyszenia. Dwie matki mają bliźnięta z diagnozą autyzmu, natomiast jedna rodzina ma wszystkie swoje troje dzieci z autyzmem.,Ona w szczególny sposób wymaga wsparcia.

Matki, (często samotnie wychowujące swoje niepełnosprawne dziecko) zamieszkują różne miejscowości województwa Kujawsko-Pomorskiego,np:powiat chełmiński (Kiełp, Unisław), golubsko-dobrzyński (Golub-Dobrzyń),inowrocławski(Gniewkowo), wąbrzeski (Wielkie Radowiska), aleksandrowski (Łazieniec) lipnowski (Skępe) oraz toruński.

Wszystkie wymienione matki spoza Torunia przywożą dzieci do placówek i najczęściej czekają kilka godzin pod szkołą ,potem wracają do domu, często pokonując godzinną trasę. Ten czas oczekiwania zamierzamy właśnie zapewnić konstruktywnymi warsztatami wspierającymi kompetencje rodzicielskie.

### Sposób rozwiązywania problemów/zaspokajania potrzeb grupy docelowej:

Badania naukowe przeprowadzone przez największy autorytet w Polsce z dziedziny autyzmu Profesor Ewę Pisulę z Uniwersytetu Warszawskiego jednoznacznie wskazują na korelację między występowaniem depresji i zaburzeń lękowych u rodziców dzieci z autyzmem, w szczególności matek, a posiadaniem dziecka z autyzmem.

Zdaniem Profesor Pisuli zależności te nie zostały jak dotąd należycie wyjaśnione. Wykazano, że wysoki poziom stresu u matki nie sprzyja powstawaniu ufnego przywiązania do niej u dziecka. Stwierdzono też związek między stresem a zmniejszoną wrażliwością na sygnały i potrzeby dziecka. Stres nie tylko zaburza wrażliwość na sygnały płynące od dziecka i niekorzystnie wpływa na zdolność ich interpretowania, lecz także obniża gotowość i umiejętność adekwatnego do nich zachowania. Ogranicza również zdolność do elastycznego reagowania w różnych sytuacjach. To wszystko niekorzystnie oddziałuje na kontakty z dzieckiem. Należy również pamiętać, że matka dziecka z autyzmem pełni również rolę partnerki w związku (żony) oraz jest matką innych dzieci. Niestety

często, z powodu nasilonych zaburzeń depresyjnych i lękowych nie jest w stanie spełnić się jako matka i żona, ma zaburzone relacje z bliskimi, co niekorzystnie wpływa na funkcjonowanie całej rodziny. Do tego dochodzą zaburzenia somatyczne, zaburzenia łaknienia i snu, które jeszcze bardziej pogarszają kondycję psychofizyczną matki. Innym szerszym problemem jest wykluczenie społeczne matek z autyzmem. Bardzo często to właśnie matki rezygnują z pracy i całkowicie poświęcają się takiej organizacji życia rodziny, by jak najskuteczniej wesprzeć niepełnosprawne dziecko. Za tym idzie również brak niezależności finansowej matki, co jeszcze bardziej sprzyja poczuciu bezradności wystąpienia depresji.

Rodzice dzieci z autyzmem, według badań Profesor Pisuli, są bardziej narażone na stres niż rodzice dzieci z innymi zaburzeniami, np. z Zespołem Downa. Jej zdaniem może to wynikać ze specyfiki zaburzenia autystycznego, który wiąże się często z agresją, autoagresją i nieumiejętnością okazywania uczuć. Rodzice często są odrzucani fizycznie i emocjonalnie, doświadczają agresji na sobie. To wszystko, a także zaburzenia sensoryczne dziecka z autyzmem, lęk przed publicznymi miejscami, obcymi ludźmi, niestety często też nieprzyjemne komentarze ludzi, którzy są świadkami trudnego zachowania dziecka sprawiają, że rodzice unikają aktywnego uczestniczenia w życiu społecznym (schemat: dom-szkoła-terapia), co jeszcze bardziej nasila zaburzenia depresyjne, prowadzi do wykluczenia społecznego i ogromnej frustracji.

Komplementarność z innymi działaniami podejmowanymi przez organizację:

Celem naszego Stowarzyszenia jest dążenie do skutecznej rehabilitacji osób z autyzmem oraz ich społecznej adaptacji poprzez między innymi organizowanie warsztatów i szkoleń dla rodziców, wspierających ich w procesie wychowania i terapii swoich dzieci. Aby rodzice mogli zadbać o swoje dzieci, najpierw muszą zadbać o siebie (zasada maski tlenowej w samolocie-bardzo adekwatna do pokazania zależności matka-dziecko).

Zadanie publiczne, opisywane w tym projekcie, jest komplementarne z działaniami podejmowanymi w projektach „Autyzm Stop” (od roku 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, kontynuowane też w 2020). W ramach tego projektu realizowane są indywidualne zajęcia terapeutyczne, które odbywają się w domu dziecka. Pozwala to na włączenie rodziców, w szczególności matek, w proces terapeutyczny, zapewnia kontakt ze specjalistami, pozwala na bieżąco wymieniać się spostrzeżeniami ze specjalistą, zapobiega marginalizacji i wykluczeniu rodziny, a przede wszystkim podnosi poziom funkcjonowania dziecka, co niezwykle budująco działa na kondycję psychiczną rodziców, poprawia ich relację z dzieckiem, wzmacnia więź.

Nasze Stowarzyszenie jest partnerem akcji „Ciche godziny” w Atrium Copernicus. Polegają one na stworzeniu przyjaznych warunków podczas zakupów dla osób nadwrażliwych sensorycznie. Ważnym elementem tego przedsięwzięcia było przeszkolenie pracowników na temat potrzeb osób z autyzmem oraz sposobów reagowania w sytuacji kryzysowej i udzielania pomocy rodzinie dziecka z autyzmem podczas zakupów. Dzięki temu rodzice podopiecznych z naszego Stowarzyszenia mogą (raz w tygodniu, wtorek godz. 15 00-17 00) bezstresowo wybrać się na zakupy ze swoim dzieckiem, z poczuciem zrozumienia i akceptacji.

Prowadzimy też liczne akcje uświadamiające społeczeństwo na temat potrzeb osób z autyzmem, szczególnie 2 kwietnia, kiedy to obchodzimy Światowy Dzień Świadomości Autyzmu. (w np. w 2019 roku udekorowaliśmy na niebiesko pomnik Mikołaja Kopernika). W kwietniu 2020 roku organizujemy ekspozycję plakatów uświadamiających o autyzmie w ramach akcji „Niebieski Kwiecień”, dofinansowanej ze środków Gminy Toruń, pod patronatem Prezydenta Michała Zaleskiego.

Akceptacja społeczna i zrozumienie, wsparcie bliskich, ale też np: sąsiadów, sprzyja redukcji stresu i zaburzeń depresyjno- lękowych u rodziców osób z autyzmem.

Podczas warsztatów będą używane wyłącznie przedmioty, naczynia wielorazowego użytku, dostępne w Toruńskim Centrum Aktywności Lokalnej „2 Piętro” ul Konopnickiej 13

**Miejsce realizacji**

Toruńskie Centrum Aktywności Lokalnej „2 Piętro” ul Konopnickiej 13, 87-100 Toruń

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

| Nazwa rezultatu                                       | Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa) | Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika |
|---|--|---|
| pomoc rzeczyniwa matkom dzieci i młodzięży z autyzmem | ok.20 matek osób z autyzmem                                | deklaracja uczestnictwa w projekcie   |

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

Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Autyzmem powstało w listopadzie 2004 roku jako Stowarzyszenie działające na rzecz osób z autyzmem oraz ich rodzin. Stowarzyszenie skupia rodziców i terapeutów stosujących w swej pracy Stosowaną Analizę Zachowania.

Stowarzyszenie ma na celu skuteczną rehabilitację osób z autyzmem oraz ich społeczną adaptację .

Przedmiotem działalności nieodpłatnej Stowarzyszenia jako Organizacji Pożytku Publicznego jest:

1. gromadzić i udostępniać pomoce naukowe oraz środki techniczne, do skutecznego prowadzenia terapii

2. inspirować i popierać badania naukowe, mające na celu skuteczne leczenie autyzmu
3. prowadzić działania popularyzujące skuteczne metody leczenia autyzmu
4. inicjować współpracę z instytucjami samorządowymi, rządowymi oraz społecznymi, na rzecz organizacji leczenia autyzmu skutecznymi metodami
5. propagować ideę integracji w społecznościach lokalnych, w szczególności w placówkach szkolno-wychowawczych oraz wyjaśniać cele i środki jej realizacji

Przedmiotem działalności odpłatnej Stowarzyszenia jako Organizacji Pożytku Publicznego jest:

1. organizować placówki zajmujące się terapią dzieci z autyzmem
2. tworzyć punkty konsultacyjne zajmujące się poradnictwem dla rodzin osób z autyzmem oraz podobnymi zaburzeniami
3. organizować szkolenia dla rodziców i terapeutów
4. pomagać rodzinom osób z autyzmem w organizacji i finansowaniu terapii
5. inicjować i organizować ofiarność publiczną oraz uczestniczyć w działaniach społeczno-gospodarczych zmierzających do pozyskiwania środków materialnych i technicznych, służących dobru Stowarzyszenia

**Doświadczenia w realizacji działań planowanych w ofercie**

Stowarzyszenie od 2012 roku do 11 sierpnia 2019 roku realizowało razem z Gminą Miasta Toruń

programy skutecznej terapii autyzmu, w ramach którego prowadziło specjalistyczny PUNKT KONSULTACYJNY . Każdego roku do punktu trafiało kilkadziesiąt rodzin zagrożonych diagnozą autyzmu. W 2019 roku zrealizowano 120 godzin, a potrzeby nadal są bardzo duże. Celem Punktu Konsultacyjnego była pomoc dzieciom z autyzmem oraz ich rodzinom w przezwyciężaniu skutków niepełnosprawności, dotyczącej wszystkie dziedziny życia, poprzez zapewnienie wielostronnej, wielospecjalistycznej pomocy polegającej na diagnozie, terapii i edukacji. Specjalistyczne konsultacje z zakresu terapii behawioralnej służyły diagnozie oraz natychmiastowej poprawie funkcjonowania dzieci z autyzmem poprzez umożliwienie terapii. Bezpośrednimi odbiorcami zadania były rodziny z zagrożeniem autyzmu lub już orzeczoną diagnozą autyzmu. Rodziny otrzymały pomoc w formie konsultacji z rodzicami, która polegała na obserwacji dziecka, napisaniu opinii, omówieniu sytuacji dziecka, zaproponowaniu dalszej skutecznej drogi terapeutycznej. Podczas spotkań podejmowano pracę z dzieckiem, rodzice otrzymali informacje zwrotne - w jaki sposób podjąć współpracę z dzieckiem autystycznym, w jaki sposób radzić sobie z zachowaniami niepożądanymi takimi jak agresja, autoagresja, rutyny.

Dużym zainteresowaniem rodziców cieszyły się również zajęcia terapeutyczne, które były realizowane w projekcie „Autyzm to nie wyrok” w roku 2012, oraz w projekcie „Autyzm –Stop w 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018 i 2019. Indywidualne zajęcia terapeutyczne polegały na rozwijaniu sfer deficytowych uczniów w ich najbliższym środowisku jakim jest przedszkole, szkoła lub dom rodzinny. Działaniem tym objęci zostali uczniowie autystyczni niżej funkcjonujący wymagający zwiększenia ilości godzin pracy terapeutycznej. To zadanie było najważniejsze dla rodziców. Ocenili skuteczność bardzo wysoko, zajęcia cieszyły się bardzo dużym powodzeniem u rodziców. Rodzice mieli bezpośredni wpływ na wybór terapeuty oraz na przebieg zajęć co dawało im kontrolę nad działaniami podejmowanymi z ich dziećmi. Rodzice uczestniczyli w zajęciach oraz kontrolowali ich przebieg. Odczuli oni bezpośrednio efekty pracy z terapeutą w domu rodzinnym uczniów autystycznych. Mieli okazję dobrze poznać osoby pracujące z ich dziećmi. To ważne w przypadku dzieci z autyzmem. Rodzi zaufanie oraz nawiązują się bliskie relacje pomiędzy terapeutą, dzieckiem, a rodzicami.

### **Zasoby, które będą wykorzystywane w realizacji zadania**

#### Zasoby kadrowe

Grupę wsparcia poprowadzi Joanna Dardzińska ([www.joannadardzinska.pl](http://www.joannadardzinska.pl)) pedagogiem i psychoterapeutą poznawczo-behawioralną. W swojej pracy łączy inspiracje i narzędzia z różnych nurtów m.in. Porozumienia bez Przemocy (NVC), treningu uważności, pracy z ciałem. Ukończyła liczne szkolenia z zakresu komunikacji i wsparcia ludzi w sytuacjach kryzysowych (np. kręgi naprawcze, mediacje). Szczególne miejsce w jej pracy zajmują kwestie emocji, ich wpływu na ludzi oraz sposoby radzenia sobie z nimi. Jest także certyfikowaną realizatorką Szkoły dla Rodziców.

Koordynatorem zadania będzie Anna Stasiak, która świetnie sprawdziła się w koordynacji projektu Autyzm Stop.

#### Zasoby finansowe:

1000 zł -Wkład własny - pochodzi ze środków własnych Stowarzyszenia (darowizny oraz środki 1%). W roku 2019 Stowarzyszenie łączyło ze środków 1% ponad sto tysięcy złotych od podatników. Jest to kwota, która pozwala na realizację różnych projektów wspólnie z Gminą Miasta Torunia.

Od odbiorców zadania nie będą pobierane żadne opłaty.

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

| Lp.   | Rodzaj kosztu                                      | Wartość PLN   | Z dotacji     | Z innych źródeł |
|---|--|---------------|---------------|-----------------|
| 1.  | Wynagrodzenie dla psychoterapeuty (umowy zlecenia) | 4200,0        |               |                 |
| 2.  | Obsługa księgową projektu (faktura VAT)            | 200,0         |               |                 |
| 3.  | Koordinacja projektu (umowa zlecenie)              | 100,0         |               |                 |
| <b>Suma wszystkich kosztów realizacji zadania</b> |  | <b>4500,0</b> | <b>3500,0</b> | <b>1000,0</b>   |

## 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.

Majęprata Zuchla - prezes  
.....

Anna Janczewska - sekretarz  
.....

.....

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

**Stowarzyszenie Pomocy  
Osobom z Autyzmem w Toruniu**  
ul. Pajakowskiego 44/52, 87-100 Toruń  
NIP 879-242-75-85 Regon 871725036  
www.spoza.org tel. 728 981 238

Data: 22.03.2020

Załączniki:

1. Aktualny odpis z rejestru lub wyciąg z ewidencji lub innego dokumentu potwierdzającego status prawny Oferenta i umocowanie osób go reprezentujących (z podaniem nazwisk i funkcji osób upoważnionych do składania oświadczeń woli), np. dekret biskupi wymagany elektronicznie (*obligatoryjny - papierowo, złożony również elektronicznie*)
2. Szczególne upoważnienie osób do reprezentowania oferenta (*fakultatywny*)
3. Pełnomocnictwa udzielone przez zarząd główny w przypadku składania oferty przez terenowe oddziały organizacji, które nie posiadają osobowości prawnej (*fakultatywny*)
4. W przypadku złożenia oferty wspólnej dokument potwierdzający upoważnienie do działania w imieniu oferenta (*obligatoryjny - papierowo*)
5. W przypadku projektów z udziałem partnera: umowę partnerską, oświadczenie lub list intencyjny (*fakultatywny*)
6. Umowę lub statut 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 (*obligatoryjny - papierowo, złożony również elektronicznie*)
7. Oświadczenie dotyczące zadeklarowania dostępności lub uzasadnienia niemożności zapewnienia dostępu dla osób z niepełnosprawnościami wraz z oświadczeniem RODO (*obligatoryjny - papierowo, złożony również elektronicznie*)

<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.

