

**OGŁOSZENIE O NABORZE OFERT NA REALIZACJĘ W LATACH 2019-2020 ZADANIA PUBLICZNEGO Z ZAKRESU PONADPODSTAWOWEGO PROGRAMU PSYCHOTERAPII SKIEROWANEGO DO OSÓB UZALEŻNIONYCH OD ALKOHOLU I INNYCH ŚRODKÓW PSYCHOAKTYWNYCH ORAZ OSÓB WSPÓLUZALEŻNIONYCH BĘDĄCYCH MIESZKAŃCAMI M.ST. WARSZAWY**

**POUCZENIE co do sposobu wypełniania oferty:**

Ofertę należy wypełnić wyłącznie w białych pustych polach, zgodnie z instrukcjami umieszczonymi przy poszczególnych polach lub w przypisach.

W przypadku pól, które nie dotyczą danej oferty, należy wpisać „nie dotyczy” lub przekreślić pole.

Zaznaczenie „\*”, np.: „Krajowym Rejestrem Sądowym\*/właściwą ewidencją\*”, oznacza, że należy skreślić niewłaściwą odpowiedź i pozostawić prawidłową. Przykład: „Krajowym Rejestrem Sądowym\*/właściwą ewidencją\*”.

**I. Podstawowe informacje o złożonej ofercie**

<b>1. Organ administracji publicznej, do którego jest adresowana oferta</b>	Prezydent Miasta Stołecznego Warszawa		
<b>2. Nazwa programu</b>	Ponadpodstawowy program psychoterapii skierowany do osób uzależnionych od alkoholu i innych środków psychoaktywnych oraz osób współuzależnionych będących mieszkańcami m.st. Warszawy oraz wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD		
<b>3. Termin realizacji programu</b>	Data rozpoczęcia	06.05.2019 r.	31.10.2020 r.

**II. Dane oferenta**

<b>1. Nazwa oferenta, numer w Krajowym Rejestrze Sądowym lub innej ewidencji (księgi rejestrowe), adres siedziby lub adres do korespondencji, NIP, REGON, nazwa banku i nr rachunku</b>		
Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów Lecznictwa Otwartego Warszawa-Ochota ul. Szczęśliwicka 36 02-353 Warszawa Wpisany do Krajowego Rejestru Sądowego pod Nr 0000188485 NIP: 5261771472 REGON: 010202670 Banku PKO SA nr 94 1240 5918 1111 0000 4910 1573		
<b>2. Inne dodatkowe dane kontaktowe, w tym dane osób upoważnionych do składania wyjaśnień dotyczących oferty (np. numer telefonu, adres poczty elektronicznej, numer faksu)</b>	tel.: 22 659 72 71 fax: 22 823 12 19 poczta e-mail: sekretariat@szpzlo-ochota.pl	
<b>3. Nazwa, adres i dane kontaktowe jednostki organizacyjnej bezpośrednio wykonującej zadanie publiczne, o którym mowa w ofercie (należy wypełnić, jeżeli zadanie ma być realizowane przez oddział terenowy, placówkę lub inną jednostkę organizacyjną oferenta)</b>		
Poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia oraz wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD adres: ul. Skarżyńskiego 1 02-377 Warszawa		
Koordynator programu: Magdalena Woźniak	Telefon: +48 572 444 204	Mail: m.wozniak@szpzlo-ochota.pl
<b>4. Organ założycielski (nazwa, adres, dane kontaktowe)</b>		
Miasto Stołeczne Warszawa Pl. Bankowy 3/5		

**5. Kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia:**

Prognozowany termin otrzymania kontraktu z Narodowego Funduszu Zdrowia to 1 kwietnia 2019 r. z czasem realizacji do 30 czerwca 2023 r. Obecnie SZPZLO posiada protokół końcowy z negocjacji o numerze 07-19-000105-PSY/04/1/04.1744.007.02/01, w którym wartość kontraktu od 1 kwietnia 2019 r. z NFZ to 20 000,00 zł miesięcznie. Przewidywana wartość kontraktu na 18 miesięcy wynosi 360 000,00 zł.

### III. Informacja o sposobie reprezentacji oferenta wobec organu administracji publicznej, w tym imiona i nazwiska osób upoważnionych do reprezentowania oferenta wobec organu administracji publicznej, wraz z przytoczeniem podstawy prawnej

Krzysztof Marcin Zakrzewski – Dyrektor SZPZLO Warszawa – Ochota na podstawie KRS nr 0000188485

### IV. Szczegółowy zakres rzeczowy oraz kalkulacja przewidywanych kosztów programu

#### 1. Założenia programu wraz ze wskazaniem miejsca jego realizacji

Program ponadpodstawowy finansowany przez Urząd Miasta Stołecznego Warszawa będzie umożliwiał kontynuację leczenia tym osobom, które ukończyły program podstawowy w ramach finansowania z Narodowego Funduszu Zdrowia. NFZ opłaca jedynie możliwość korzystania przez osobę z pół rocznej terapii, która dla większości osób uzależnionych jest za krótkim oddziaływaniem aby osiągnąć efekt w postaci trwałego utrzymywania abstynencji i prowadzenia trzeźwego życia. Do programu zostaną zakwalifikowane osoby, które utrzymują abstynencję około pół roku. Aby wyjść na przeciw potrzebom pacjentów, którzy odbędą terapię podstawową w ramach NFZ stworzyliśmy nasz program. Przy jego tworzeniu staraliśmy zadbać o potrzeby osób uzależnionych, ich bliskich i rodzin, osób dorosłych, które poniosły różnego rodzaju straty spowodowane, wychowywaniem się w rodzinie gdzie występowało uzależnienie rodziców lub opiekunów prawnych jak i młodzież eksperymentującą z alkoholem i innymi substancjami psychoaktywnymi. Zakresem naszych oddziaływań pragniemy również objąć całe rodziny odbiorców naszego programu jak i rozpocząć innowacyjny program dla kobiet planujących lub będących w ciąży, który będzie zakładał edukację na temat zagrożeń picia alkoholu w ciąży oraz wsparcie dla odbiorczyń naszego programu.

Program ponadpodstawowy będzie realizowany w Poradni Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia i Poradni Wczesnej Diagnostyki i Terapii z Zakresu Zaburzeń FASD przy ul. Skarżyńskiego 1 w Warszawie. Jest to miejsce po generalnym remoncie i restrukturyzacji. W związku z powyższym beneficjenci programu będą korzystać z oddziaływań terapeutycznych w komfortowych warunkach oraz będzie możliwość zaopiekowania się kobietami z małymi dziećmi, ponieważ znajdują się miejsca do karmienia oraz przewijania dziecka.

**Adresatami naszego działania będą następujące grupy odbiorców:**

1. **Osoby uzależnione od alkoholu** - Jak pokazują różnego rodzaju badania coraz częściej i większych ilościach osoby sięgają po alkohol. Także coraz częściej osoby nadużywające alkoholu zgłaszają się po pomoc terapeuty, gdyż już trudno im sobie samym poradzić i/lub zwiększa się świadomość społeczna dotycząca możliwości pomocy. Często można się spotkać z tym, że już w poradniach uzależnień oraz np. PZP, pojawiają się duże kolejki do specjalistów terapii uzależnień. Dlatego wskazane jest zwiększenie liczby poradni czy punktów, które świadczyłyby tego typu usługi. Osoby, które zgłaszają się do programu ponadpodstawowego często zgłaszają problemy związane z obawą o trwałe utrzymanie abstynencji i strach przed nawrotem, problemy ze znalezieniem pracy, problemami finansowymi, prawnymi, z budowaniem relacji przyjacielskich, partnerskich. Dodatkowe trudności, które mogą zgłaszać beneficjenci to

obniżone poczucie własnej wartości, brak zachowań asertywnych, trudność w radzeniu sobie ze stresem, trudność w stawianiu granic, brak rozpoznawania i dbania o własne potrzeby itp. Chcąc poprawić funkcjonowanie odbiorców programu mamy zaplanowane następujące oddziaływania:

- **Terapia indywidualna:** będą to indywidualne spotkania ze specjalistą psychoterapii uzależnień, częstotliwość spotkań będzie dostosowana do potrzeb pacjentów. Będzie to praca głębsza oparta na teoriach terapii poznawczo - behawioralnej, jak i dialogu motywującego oraz teoriach psychodynamicznych i systemowych. Liczymy, że terapię indywidualną ukończy 80 % osób, a trwałe zmiany utrzymają się u około 70% odbiorców.

**Liczba odbiorców: 30 osób**

**Liczba godzin: 485**

**Oddziaływania grupowe: 156 godzin**

Aby w jak najlepszy sposób zrealizować powyższe założenia postanowiliśmy zaproponować w ramach programu dwie grupy terapeutyczne oraz warsztaty/maratony.

**Pierwsza - to Grupa rozwoju osobistego:** grupa rozpocznie się po zebraniu odpowiedniej liczby osób (min. 6), prowadzona będzie w cotygodniowym cyklu po 3 godziny. Celem grupy będzie integracja obecnych na niej uczestników aby mógł rozpocząć się proces grupowy. W tym samym czasie zbierane będą od uczestników indywidualne potrzeby, które będą dyskutowane i dopasowywane do procesu terapii grupowej. Głównymi założeniami tej formy pracy będzie zapoznanie uczestników z formami dbania o siebie, lepszego radzenia sobie z trudnościami życiowymi, lepszego radzenia sobie ze stresem, rozwinięcia asertywnych zachowań, rozpoznawania i artykułowania swoich potrzeb oraz innych przyjętych na podstawie zgłoszonych przez uczestników programu. Praca w grupie zostanie przeprowadzona w formie aktywnej wymiany z uczestnikami grupy. Do poprowadzenia działań zostaną wykorzystane materiały przygotowane przez terapeutów, zostanie wykorzystany flipchart, oraz tablica magnetyczna, za pomocą projektora zostaną przedstawione prezentacje, a telewizor będzie służył do wyświetlenia filmów edukacyjnych. Zakładamy, że grupę ukończy 80 % jej uczestników a trwałe zmiany czyli minimum dwa lata po skończeniu terapii utrzymają się u około 70% osób, które ukończą grupę.

**Druga - to Grupa zapobiegania nawrotom choroby:** grupa rozpocznie się po zebraniu odpowiedniej liczby osób (min. 6) będzie prowadzona w cotygodniowym cyklu po 3 godziny. Celem jest umożliwienie pacjentom interakcji w grupie podczas procesu trzeźwienia, przekazanie specyficznej wiedzy na temat nawrotu choroby takich jak: czego należy unikać aby nie dopuścić do nawrotu picia, omówienia faz i objawów nawrotu oraz sposobów radzenia sobie z nimi, przypomnienia podstawowych zasad trzeźwości czyli takich jak bycie czujnym na głód, wyzwalacze itp., nauk o zdrowie fizyczne i psychiczne, uczestnictwo w mitingach AA lub stowarzyszeniach abstynenckich. Możliwe będzie to do osiągnięcia również przez budowanie w uczestnikach poczucia bezpieczeństwa i zaufania do grupy. Praca w grupie zostanie przeprowadzona w formie aktywnej wymiany z uczestnikami grupy. Do poprowadzenia działań zostaną wykorzystane materiały przygotowane przez terapeutów, zostanie wykorzystany flipchart, oraz tablica magnetyczna, za pomocą projektora zostaną przedstawione prezentacje, a telewizor będzie służył do wyświetlenia filmów edukacyjnych. Zakładamy, że grupę ukończy 80 % jej uczestników a trwałe zmiany czyli minimum dwa lata po skończeniu terapii utrzymają się u około 70% osób, które ukończą grupę.

**Liczba odbiorców: 20**

**Liczba godzin: 156**

**Trzecim zaplanowanym działaniem mającym służyć osiągnięciu założeń są warsztaty/maratony.** Założeniem warsztatów maratonów jest poszerzenie wiedzy odbiorców naszego działania o dodatkowe umiejętności. W okresie realizacji zadania założyliśmy 5, 6 godzinnych warsztatów/maratonów. Tematyka zajęć będzie związana z pracą nad uczuciem złości, poczuciem własnej wartości, rozumieniem swoich potrzeb. Zakładane rezultaty działania to zbudowanie adekwatnego poczucia własnej wartości u uczestników,

polepszenia radzenia sobie z uczuciem złości, zwiększenie rozumienia tego uczucia, jego wpływu na dalsze trzeźwienie oraz poszerzenia możliwości poradenia sobie z nim, jeśli będzie taka możliwość godzinowa zrealizujemy dla pacjentów warsztaty na tematykę, którą sami zaproponują zgodną z ich najpilniejszymi potrzebami.

**Liczba odbiorców: 15**

**Liczba godzin: 30**

**2. Młodzieży powyżej 18 r.ż. będącej we wstępnej fazie uzależniania się od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych lub na etapie eksperymentowania.** Kolejną grupą odbiorców jest młodzież, uważamy że jest to grupa, która również wymaga opieki i zajęcia się zwłaszcza we wczesnych etapach uzależnienia lub eksperymentowania. Zakładamy dla tej grupy docelowej działania indywidualne z terapeutami uzależnień. Zajęcia będą dostosowane do potrzeb odbiorców ale ogólnymi założeniami programu będzie: nawiązanie przymierza terapeutycznego z młodą osobą, które będzie jednym z najważniejszych elementów terapii. Młoda osoba musi mieć zaufanie do swojego terapeuty, taka osoba jest bardzo wrażliwa na wszelkie zmiany dlatego ważną sprawą jest relacja oparta na wzajemnym zaufaniu. Kolejnym etapem pracy będzie edukacja na temat alkoholu oraz innych substancji ale z poszanowaniem zdania 2 osoby dla tego oddziaływania będą prowadzone w duchu dialogu motywującego z elementami behawioralno - poznawczymi. Liczymy, że po terapii osoby te zmniejszą lub w ogóle zaprzestaną używania substancji psychoaktywnych w tym alkoholu. Założeniem jest, że 65% młodych osób ukończy założony proces terapeutyczny.

**Liczba odbiorców: 15**

**Liczba godzin: 155**

### **3. Program terapii dla osób współuzależnionych**

**Terapia indywidualna:** Specjalny program stworzyliśmy dla osób współuzależnionych, które borykają się codziennie z problemami wynikającymi z życia z osobą uzależnioną. Założyliśmy, że osoby te w ramach oddziaływań indywidualnych stworzą opartą na zaufaniu relację z terapeutą, poznają możliwości oddzielenia swojego życia od życia ich bliskich uzależnionych, zaczną bardziej dbać o siebie i swoje potrzeby. Zaczną realizować się osobiście i zawodowo. To główne cele programu, oczywiście praca terapeutyczna będzie obejmowała indywidualne cele pacjentów. Planujemy, że terapię indywidualną ukończy 90% pacjentów.

**Liczba odbiorców: 20**

**Liczba godzin: 328**

**Terapia grupowa:** założeniami pracy grupowej będzie możliwość wzajemnej wymiany myśli, spostrzeżeń, doświadczeń uczestników mających podobny problem, edukację dotyczącą choroby alkoholowej aby lepiej rozumieć swoich bliskich i ich zachowania. Działania będą kierowane na lepsze rozumienie siebie swoich potrzeb i pragnień, umiejętności stawiania granic, zadbania o swoje relacje rodzinne, przyjacielskie, znalezienia pracy lub polepszenia swojej sytuacji, nauki zachowań asertywnych, lepszego radzenia sobie ze stresem, rozpoznawania swoich potrzeb. Założenia zostaną wzbogacone o potrzeby zgłaszane przez uczestników na początku pracy grupy. Do poprowadzenia działań zostaną wykorzystane materiały przygotowane przez terapeutów, zostanie wykorzystany flipchart, oraz tablica magnetyczna, za pomocą projektora zostaną przedstawione prezentacje, a telewizor będzie służył do wyświetlenia filmów edukacyjnych. Planujemy, że terapię ukończy 80% odbiorców.

**Liczba odbiorców: 10**

**Liczba godzin: 72**

**4. Psychoterapia rodzin** biorąc pod uwagę wagę wsparcia rodzinnego w leczeniu postanowiliśmy wzbogacić nasz program o oddziaływania rodzinne. Terapia rodzin będzie wzbogaceniem oddziaływań dla pacjentów poradni korzystających z indywidualnych form pomocy. Założeniem oddziaływań terapii rodzinnej będzie wsparcie rodziny w trudnościach z jakimi się mierzą, pokazanie funkcji "objawu" jaki pełni w rodzinie. Pokazanie rodzinie, że wszyscy członkowie mają jakieś potrzeby i dopiero właściwie funkcjonująca rodzina może je zapewnić. Wzmocnienie więzi rodzinnych, również przez ograniczenia przestrzeni do tworzenia się sojuszy przeciwko członkowi rodziny. Wzbogacenie opowieści rodziny o różne narracje. Pogłębienie rozumienia przekazów rodzinnych z poprzednich pokoleń. Praca będzie głównie oparta o systemowy model pracy z rodziną, terapię EFT oraz strukturalne i systemowe rozumienie rodzin. Zakładamy, że 90 % rodzin ukończy oddziaływania rodzinne.

**Liczba rodzin: 15**

**Liczba godzin: 225**

**5. Program terapii dla DDA** – program skierowany do osób, które wychowały się, w domach, w których występowało uzależnienie, borykają się z wieloma różnymi deficytami. Założeniami programu dla tych osób jest wprowadzenie indywidualnych oddziaływań terapeutycznych, które będą miały za zadanie osiągnąć poprawę w następujących obszarach, wzmocnienie i budowa adekwatnego poczucia własnej wartości u beneficjentów programu, zmniejszenie potrzeby ciągłego kontrolowania - perfekcjonizmu. Mamy również zamiar zmniejszyć wśród beneficjentów brania zbyt dużej odpowiedzialności za rodzinę swojego pochodzenia, nacelowanie na zajmowanie się swoimi potrzebami i celami, omówienie i przeżycie trudnych doświadczeń z dzieciństwa, pomoc w rozumieniu swojego sposobu wchodzenia w relacje międzyludzkie przez to tworzenia satysfakcjonujących związków partnerskich i przyjacielskich. Oddziaływania będą oparte na podstawie terapii poznawczo - behawioralnej, systemowej, psychodynamicznej oraz elementy dialogu motywującego.

**Liczba odbiorców: 30**

**Liczba godzin: 328**

Dodatkowo w ramach programu ponadpodstawowego planujemy **rozpoczęcie pilotażowego programu mającego na celu pomoc kobietom planującym ciążę lub będących w ciąży, oraz młodzieży i osób z FASD**. Dotychczas taka oferta nie była realizowana w m. st. Warszawa, dlatego widząc potrzebę, chcielibyśmy zająć się pomocą. Założeniem programu będzie pomoc takim osobom w ramach działań indywidualnych. Realizacja tego programu przyczyni się również na końcu jego trwania do postawienia wniosków jak i ewentualnego rozszerzenia oferty o większą liczbę oddziaływań oraz ich zróżnicowanie.

**Psychoterapia indywidualna:** Założeniem psychoterapii **kobiet w ciąży lub planujących ciążę** będzie zapoznanie się z zagrożeniami płynącymi z picia alkoholu w ciąży, przekierowanie pacjentki do odpowiedniej placówki aby została zdiagnozowana możliwość wystąpienia u dziecka FASD, jak i naukę umiejętności radzenia sobie z trudnościami życia codziennego, stresem, lepszemu rozumieniu swoich potrzeb, aktywizacji zawodowej oraz poprawy sytuacji bytowej. Praca będzie oparta o założenia dialogu motywującego oraz terapii poznawczo - behawioralnej. Planowana liczba osób, która ukończy oddziaływania to 70%.

**Liczba odbiorców: 7**

**Liczba godzin: 24**

**Psychoterapia indywidualna:** Założeniem realizacji pracy **skierowanej dla osób z FASD** będzie poprawa ich funkcjonowania w obszarze osobistym, zawodowym, społecznym. Praca będzie oparta o oddziaływania edukacyjne, naukę nowych przydatnych zachowań, do pracy z osobami zostanie zastosowane podejście terapii poznawczo behawioralnej.

**Liczba odbiorców: 3**

**Liczba godzin: 11**

**Dokumentacja do realizacji programu:**

- W poradni będą zbierane oświadczenia beneficjentów o możliwości i chęci uczestnictwa w programie ponadpodstawowym.
- Przed rozpoczęciem terapii, każdy pacjent otrzyma kwestionariusz oceniający zakres potrzeb oraz umiejętności w poszczególnych kryteriach;
- Psychoterapia indywidualna i psychoterapia rodzin – będzie prowadzona karta z zapisem sesji
- Psychoterapia grupowa – będzie prowadzona lista obecności oraz zapis tematu sesji grupowej
- Warsztat/maraton – będzie prowadzona lista obecności oraz scenariusz zajęć
- Na zakończenie terapii każdy pacjent otrzyma kwestionariusz oceniający uzyskane umiejętności.
- Dokumentacja przechowywana będzie zgodnie z przepisami dotyczącymi ochrony danych osobowych

SZPZLO Warszawa – Ochota, informuję iż planowana realizacja zadań wynikających z programu ponadpodstawowego będzie realizowana w innych godzinach pracy, niż zgłoszone do NFZ.

**Miejsce realizacji:**

Poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia oraz wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD

Adres:

ul. Skarżyńskiego 1

02-377 Warszawa (parter budynku)

**2. Opis potrzeb wskazujących na celowość wykonania programu wraz z liczbą oraz opisem odbiorców tego zadania. Dodatkowo należy opisać wyniki ewaluacji dotychczas realizowanych programów ponadpodstawowych**

**Program przeznaczony jest dla następujących odbiorców:**

- Uzależnionych, którzy spełniają osiowe objawy uzależnienia od alkoholu i przeszły podstawowy program terapii w ośrodku stacjonarnym, dziennym lub ambulatoryjnym, chcą poszerzać swoją wiedzę oraz umiejętności z zakresu trzeźwego życia w ramach oddziaływań indywidualnych, grupowych, warsztatów i maratonów. Planowana liczba odbiorców zadania 50 osób.  
W ramach grup:  
Psychoterapia indywidualna – łącznie 485 porad  
Psychoterapia grupowa – łącznie 156 porad  
Warsztaty/maratony – 15 odbiorców, łącznie 30 porad
- Młodzieży powyżej 18 r.ż. będącej we wstępnej fazie uzależniania się od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych lub na etapie eksperymentowania. Młodzież wymaga szczególnych oddziaływań, które będą przeznaczone do ich grupy wiekowej. Planowana liczba odbiorców zadania - łącznie 15 osób.  
Psychoterapia indywidualna – łącznie 155 porad
- Współuzależnionych, czyli osób w szczególności kobiet, które angażują się za bardzo w życie swoich uzależnionych bliskich zapominając i nie dbając o swoje potrzeby. Planowana liczba odbiorców zadania 30 osób.  
Psychoterapia indywidualna – łącznie 328 porad

Psychoterapia grupowa – łącznie 72 porady

- Dorosłych Dzieci Alkoholików, którzy w swoim życiu doświadczyli różnego rodzaju zaniedbań ze strony emocjonalnej jak i fizycznej i wymagają pracy m.in. nad poczuciem własnej, wartości, rozpoznawaniem swoich potrzeb, radzeniem sobie z emocjami, wchodzeniem w zdrowe relacje itp. Planowana liczba odbiorców zadania – łącznie 30 osób.

Psychoterapia indywidualna – łącznie 328 porad

- Rodziny pacjentów ( Psychoterapia rodzin) będących w programie ponadpodstawowym. Bardzo ważnym elementem w zdrowieniu osób uzależnionych jest rodzina w związku z tym pragniemy pacjentom programu zaproponować dodatkowe oddziaływanie w postaci terapii rodzinnej. Planowana liczba odbiorców 15 rodzin (zrekrutowana z pacjentów programu).

Psychoterapia indywidualna – łącznie 225 porad

- Kobiety planujące ciążę lub będące w ciąży, które nadużywają alkoholu lub są uzależnione. Planowana liczba odbiorców zadania – łącznie 7 osób.

Psychoterapia indywidualna – łącznie 24 porad

- Młodzież lub osoby dorosłe cierpiące z powodu FASD. Planowana liczba odbiorców zadania – łącznie 3 osoby

Psychoterapia indywidualna – łącznie 11 porad

W ramach realizacji programu ponadpodstawowego finansowanego przez m.st. Warszawę chcemy zwrócić szczególną uwagę na potrzeby beneficjentów, które opisane są w poszczególnych punktach:

- **Osoby uzależnione:**

W ramach programu podstawowego finansowanego przez NFZ program zakłada głównie przeprowadzenie edukacji za zakresu uzależnienia oraz skupienia się na bieżących problemach pacjenta, gdzie zaopiekowanie jest niezbędne do utrzymywania abstynencji. Natomiast do uzyskania trwałej abstynencji konieczne jest pogłębienie wywiadu co do problemów pacjenta i wprowadzenie odpowiednich oddziaływań. Dlatego proponujemy w ramach programu zrealizować terapię indywidualną oraz grupową (Grupa rozwoju osobistego przeznaczona dla pacjentów uzależnionych, Grupa zapobiegania nawrotom choroby dla pacjentów uzależnionych) jak i warsztaty/maratony. Uważamy, że osoby kończące terapię w programie podstawowym w ramach ośrodka dziennego, stacjonarnego czy ambulatoryjnego, mają jeszcze wiele potrzeb, które mogą być omówione/przepracowane w ramach programu ponadpodstawowego. Uważamy, że nadrzędną potrzebą jest stała doza wsparcia dla osoby borykającej się z uzależnieniem zarówno w ramach oddziaływań indywidualnych i grupowych. Pomaga to w myśleniu, że nie jest się samemu, że są inni w takiej samej sytuacji co wpływa na zwiększenie motywacji do leczenia. Często potrzebna jest pomoc w obrębie naprawy starych czy tworzeniu nowych relacji w rodzinie, z przyjaciółmi czy znajomymi. Wsparcie w socjalizacji czyli załatwieniu spraw związanych ze znalezieniem nowego zatrudnienia, miejsca zamieszkania, adaptacja do nowego środowiska społecznego, załatwienia spraw w urzędzie itp. Często osoby kończące pracę w programie podstawowym mają deficyty z obszarów poczucia własnej wartości i sprawczości, wiedzy na temat dbania o siebie, sposobów relaksu, innych form radzenia sobie ze stresem, złością i innymi emocjami postrzeganymi jako trudne. Mają trudności w określaniu własnych potrzeb i przez to utrudnioną komunikację z innymi. Często trudno im się odnaleźć w obecnej rzeczywistości ponieważ wiele lat nadużywali np. alkohol i przegapili wiele zmian. Te i wiele innych potrzeb mamy zamiar zrealizować w ramach działań indywidualnych, grupowych jak i w postaci warsztatów/maratonów.

- **Młodzież eksperymentująca lub nadużywająca alkoholu:**

Potrzeby osób dopiero wchodzących w dorosłość są specyficzne, Ci beneficjenci dopiero wchodzą na drogę dorosłości, mają za sobą różne doświadczenia i jednymi z nich może być eksperymentowanie czy nadużywanie alkoholi i innych substancji psychoaktywnej. Często te młode osoby nie mają dobrego kontaktu z rodzicami lub imponuje im środowisko, w którym inni nadużywają substancji. Potrzebom takich osób (możliwe, że nie uświadomioną) jest znalezienie ważnej relacji, tutaj na przeciw może wyjść oddziaływanie terapeutyczne w ramach programu. Edukacja na temat szkodliwości zażywanych substancji przeprowadzona w życzliwej atmosferze wraz z uwzględnieniem wrażliwości młodej osoby i poszanowania jej wiedzy. Potrzebom jest też omówienie różnych problemów z jakimi borykają się młodzi idzie takimi jak grupa rówieśnicza, problemy w relacjach partnerskich, orientacja seksualna itp. W Warszawie trudno jest znaleźć wykwalifikowaną placówkę do udzielania pomocy młodym osobom, dlatego zdecydowaliśmy się w naszej ofercie częściowo wyjść na przeciw ich potrzebom.

- **Psychoterapia indywidualna współuzależnienia**

W ramach programu pragniemy zaproponować osobom współuzależnionym oddziaływania indywidualne i grupowe (grupa rozwoju osobistego dla osób współuzależnionych). Osoby te borykają się z problemami finansowymi, mieszkaniowymi - często nawet gdyby chciały nie mają gdzie możliwości wyprowadzić się do innego miejsca, zawodowymi, edukacyjnymi. Potrzebują również edukacji z obszaru uzależnienia i współuzależnienia. Często mają problemy w poczuciem własnej wartości i sprawczości, nie dbają lub nie potrafią dbać o swoje potrzeby, nie radzą sobie ze stresem i trudnościami, emocje starają się zagłuszać różnymi działaniami. Trudno jest im nawiązywać relacje i mówić o swoim problemie. Mają deficyt w obszarze zachowań asertywnych. Dlatego często potrzebują pozytywnych wzorców, wsparcia innych osób w podobnej sytuacji, zaniechania o własne potrzeby, lepszego rozumienia siebie i innych, nawiązania zdrowych relacji.

- **Psychoterapia indywidualna DDA**

W ramach pomocy osobom, które wychowywały się w domach gdzie występowało uzależnienie, mamy do zaproponowania oddziaływania indywidualne. Pragniemy nadmienić, że NFZ nie finansuje terapii dla DDA. Często osoby zgłaszające się do specjalistów zgłaszają potrzeby lub problemy związane z: niskim poczuciem własnej wartości, nadmiernym perfekcjonizmem i potrzebą kontroli, trudnością w nawiązywaniu relacji, żalem do rodziców czy opiekunów, kompulsywnym jedzeniem, zaburzeniami lękowymi, depresją. Osoby te chcą nawiązać bardziej satysfakcjonujące relacje z innymi, zmniejszyć swoje zachowania kontrolujące i poczuć się lepiej.

- **Psychoterapia rodzin**

Często potrzeby beneficjentów programu związane są z obszarami funkcjonowania rodziny. Często w terapii zgłaszane są problemy rodzinne/partnerskie. Psychoterapia rodzi będzie skierowana właśnie do odbiorców programu, którzy zgłaszają problemy rodzinne i ich rodziny da się zmotywować do udziału w programie.

- **Psychoterapia Kobiet w ciąży i planujących ciążę oraz młodzieży i dorosłych z FASD (program wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD)**

Główną potrzebą realizacji tych działań jest brak dostępu do specjalistycznej pomocy dla kobiet w ciąży oraz osób z FASD, dlatego postanowiliśmy wyjść na przeciw ich potrzebą i rozpocząć realizację powyższego programu. Jest to bardzo istotne zwłaszcza, że co raz więcej do szpitali zgłasza się kobiet do porodu, które są po spożyciu alkoholu bądź nadużywały w czasie ciąży. Dlatego w ramach tego programu pragniemy rozpocząć realizację centrum przeznaczonego dla kobiet w ciąży, planujących ciążę jak i tych osób borykających się z FASD.



Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia realizowała w 2018 roku w okresie od października do grudnia program ponadpodstawowy w ramach którego udało nam się pomóc 19 osobom w tym 7 osobom uzależnionym, 12 Dorosłym Dzieciom Alkoholików. Wśród tych osób 17 zgłosiło chęć kontynuacji programu oraz poszerzenia pracy o uczestnictwo w grupach.

### 3. Zakładany(-ne) cel(e) realizacji zadania publicznego

Celami dla poszczególnych działań oferowanych przez Poradnię w ramach programu ponadpodstawowego są:

- **Kwalifikacja do programu**

Celem kwalifikacji jest określenie możliwości udziału osoby w programie ponadpodstawowym. Do programu zostaną zakwalifikowane osoby, które są mieszkańcami m.st. Warszawy, mają diagnozę uzależnienia i odbyły leczenie w ramach programu podstawowego, współuzależnionych, DDA oraz rodziny naszych pacjentów.

- **Psychoterapia indywidualna uzależnień**

Celem jest rozwijanie umiejętności potrzebnych do utrzymywania abstynencji, ukierunkowanych jest na poprawę jakości funkcjonowania pacjentów uzależnionych w poszczególnych sferach życia: psychicznej, społecznej, zawodowej, zdrowotnej oraz skoncentrowanie się na dalszej pracy nad trzeźwością i rozwojem osobistym, uwzględniając potrzeby specyficznych pacjentów leczenia odwykowego. Cele będą dostosowywane do indywidualnych potrzeb pacjentów.

- **Psychoterapia indywidualna młodzieży**

Celem jest nawiązanie pozytywnej relacji z młodymi osobami, które będą chciały zaufać terapeutce i czerpać z ich wiedzy. Nadrzędnym celem będzie edukacja młodych osób na temat trudności wynikających z nadużywania alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, redukcji szkód oraz nauki rozsądnego korzystania z alkoholu. Szukanie wraz z młodymi osobami tego co mogłoby ich zainteresować i rozwijać ich pasje. Cele będą dostosowywane do indywidualnych potrzeb pacjentów.

- **Psychoterapia indywidualna współuzależnienia**

Celem jest rozwijanie w pacjentach uczestniczących w terapii indywidualnej wprowadzenia pozytywnych zmian w swoje życie w obszarach związanych z relacjami, rozwojem zawodowym, rozpoznawaniem swych potrzeb, lepszego radzenia sobie z trudnościami. Cele będą dostosowywane do indywidualnych potrzeb pacjentów.

- **Psychoterapia indywidualna DDA**

Celem jest lepsze funkcjonowanie osób pochodzących z rodzin, w których występowało uzależnienie. Ma to nastąpić poprzez korygującą relację z terapeutą, lepsze poznanie siebie swoich zasobów, potrzeb. Bardziej świadome wchodzenie w relacje z innymi osobami. Ma to wpłynąć na satysfakcjonujące życie osobiste i zawodowe. Cele będą dostosowywane do indywidualnych potrzeb pacjentów.

- **Psychoterapia rodzin**

Celem jest poprawa funkcjonowania systemu rodzinnego, poprzez lepsze komunikowanie się pomiędzy jej członkami, lepsze rozumienie zjawiska uzależnienia i jego wpływu na rodzinę, wzajemne rozumienie potrzeb każdego z członków rodziny i ich respektowanie, stworzenie warunków do możliwości stworzenia się w rodzinie wzajemnej bliskości oraz w konsekwencji zmiana funkcjonowania

rodziny poprzez wyeliminowanie objawów funkcjonujących w rodzinie takich jak uzależnienie. Cele będą dostosowane do indywidualnych potrzeb rodziny.

- **Grupa rozwoju osobistego przeznaczona dla pacjentów uzależnionych**

Celem zajęć grupowych będzie praca uczestników nad lepszym rozumieniem siebie i innych ludzi, rozumieniem i wyrażaniem swoich myśli i emocji, lepszym radzeniem sobie w sytuacjach trudnych czy konfliktowych, rozwijanie umiejętności podejmowania wystarczająco dobrych decyzji, rozwijaniem umiejętności relaksacji i redukowanie napięcia, oraz wiele innych celów, które zrealizowane będą podczas trwania grupy.

- **Grupa zapobiegania nawrotom choroby dla pacjentów uzależnionych wzbogacona o trening konstruktywnych zachowań abstynenckich oraz trening radzenia sobie ze złością**

Celem grupy jest umożliwienie pacjentom interakcji w grupie podczas procesu trzeźwienia, przekazanie specyficznej wiedzy na temat nawrotu choroby takich jak: czego należy unikać aby nie dopuścić do nawrotu picia, omówienia faz i objawów nawrotu oraz sposobów radzenia sobie z nimi, przypomnienia podstawowych zasad trzeźwości czyli takich jak bycie czujnym na głód, wyzwalacze itp., nauki o zdrowie fizyczne i psychiczne, uczestnictwo w mityngach AA lub stowarzyszeniach abstynenckich. Możliwe będzie to do osiągnięcia również przez budowanie w uczestnikach poczucia bezpieczeństwa i zaufania do grupy.

- **Grupa rozwoju osobistego dla osób współuzależnionych.**

Celem grupy jest zintegrowanie grupy i wzajemne poznanie się czyli praca nad relacjami interpersonalnymi, edukacja dotycząca zjawiska współuzależnienia, praca nad destrukcyjnymi przekonaniem, omówienie relacji rodzinnych oraz próba ich polepszenia, wprowadzenie elementów dotyczących bliskości i bezpiecznego bycia w relacji. Nauki samodzielności oraz polepszenia sytuacji emocjonalnej i bytowej pacjentów.

- **Warsztaty/maratony**

Celem jest poszerzenia wiedzy oraz świadomości na temat budowania adekwatnego poczucia własnej wartości, budowania oraz utrzymywania relacji międzyludzkich, lepszego radzenia sobie z trudnościami i sytuacjami stresującymi, nauki oraz utrwalenia zachowań asertywnych, bardziej świadomego odczuwania oraz wyrażania emocji, lepszego rozumienia swoich potrzeb itp.

- **Program Psychoterapia Kobiet w ciąży i planujących ciążę oraz młodzieży i dorosłych z FASD (Program wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD)**

Celem jest zapewnienie pomocy i wsparcia kobietom, które planują ciążę lub są w ciąży i piją bądź piły alkohol w sposób ryzykowny lub szkodliwy. W formie tych oddziaływań nie będą mogły brać udział kobiety uzależnione, które nie przeszły programu podstawowego leczenia uzależnienia. Celem pomocy kobietom będzie przeprowadzona edukacja na temat szkodliwości picia alkoholu w ciąży, wsparcie w problemach z jakimi się zmagają m.in. osobistych, zawodowych, społecznych oraz lepsze nawiązanie relacji z mającym się narodzić dzieckiem.

Celem jest zapewnienie pomocy osobom żyjącym z FASD tak aby zwiększyć ich szanse na pełne wykorzystanie wrodzonych możliwości. Celem pracy będzie zdefiniowanie problemów z jakimi borykają się osoby z FASD i wspieranie ich w zamierzeniach i celach.

#### **4. Opis zakładanych rezultatów realizacji programu (należy opisać zakładane rezultaty zadania publicznego – czy będą trwałe oraz w jakim stopniu realizacja zadania przyczyni się do osiągnięcia jego celu)**

W ramach realizacji programu pragniemy osiągnąć rezultaty związane ze znaczną poprawą funkcjonowania osób uzależnionych od alkoholu i nadużywających innych substancji, w kwestii ograniczenia i całkowitego zaprzestania nadużywania. Planujemy aby 80 % odbiorców utrzymywało abstynencję lub ograniczyło picie również po ukończeniu programu. Wśród osób uzależnionych jak i ich bliskich oraz rodzin jest spora część osób, którym trudno jest sobie radzić z codziennymi trudnościami oraz sytuacjami stresującymi. Zakładamy, że 90% odbiorców programu lepiej będzie radziła sobie z codziennymi problemami oraz sytuacjami stresującymi. Kolejnym założeniem programu jest zapoznanie jego uczestników z nauką zachowań asertywnych, planujemy, że u 90% osób zachowania staną się bardziej asertywne, w tych samych procentach planujemy, że uczestnicy programu lepiej zrozumieją swoje potrzeby i będą mogli je realizować oraz sygnalizować je innym. Szacujemy, że wśród odbiorców naszego działania zdecydowanie zwiększy się liczba osób rozwijających swoje pasje i hobby co jest bardzo ważne zwłaszcza w terapii uzależnień, szacujemy że zmiana będzie widoczna u 95% odbiorców. Planujemy, iż u 70 % odbiorców poprawi swoje relacje z bliskimi i rodzinami, mniejsza liczba oszacowanych związana jest z czynnikiem niezależnym od sposobu prowadzenia terapii tylko chęci członków rodziny naszych beneficjentów. Chcielibyśmy aby w ramach programu 80% osób poczyniło zmiany w obszarze rozwoju zawodowego czyli podjęło działania związane z poszukiwaniem pracy, otrzymali zatrudnienie, poszerzyli kwalifikację i w przypadku niezadowolenia z pracy znaleźli inne zatrudnienie. W ramach programu będziemy motywować naszych beneficjentów do zadbania o swoje zdrowie fizyczne zarówno jeśli chodzi o konsultacje lekarskie jak i późniejsze leczenie, planujemy, że 60 % osób uda się zmotywować do działań. Szacujemy, że 80 % osób poprawi swój stan związany ze zdrowiem psychicznym. Zakładamy, że 60 % osób podejmie działania aby zmienić swoją sytuację związaną z konsekwencjami prawnymi. Planujemy również, że 70 % uczestniczek czyli kobiet w ciąży lub planujących ciążę uda nam się wyedukować na temat zagrożeń nadużywania alkoholu oraz w ramach oddziaływań dla osób z FASD przeprowadzić oddziaływania terapeutyczne i wsparciowe.

#### **Ewaluacja:**

W ramach zbadania ujętych w punkcie 4 rezultatów, zostanie przeprowadzona ewaluacja programu, której składowymi będzie przygotowanie kwestionariusza, który zostanie dany do wypełnienia beneficjentom na początku "pre-test" oraz na końcu "post-test" oddziaływań. Sprawdzenie czy zamierzone cele zostaną osiągnięte będzie stanowiło istotną wskazówkę co do realizacji programu w takiej formie.

#### **Sposób rekrutacji i kwalifikacji do programu ponadpodstawowego:**

Wstępna rozmowa indywidualna z wykwalifikowanym terapeutą, umożliwiająca uzyskanie wywiadu, diagnozę problemową i nozologiczną, w konsekwencji – zakwalifikowanie do odpowiedniego programu terapii-podstawowej (finansowanej przez NFZ) bądź pogłębionej (finansowanej przez Urząd m.st. Warszawa). Diagnoza zostanie zweryfikowana przez lekarzy specjalistów psychiatrów. Rejestrowanie pacjentów odbywa się zgodnie z zasadami określonymi w SZPZLO Warszawa – Ochota na podstawie obowiązujących przepisów prawa w tym zakresie. Pacjent ma zakładaną historię choroby, w której dokonujemy wpisów o udzielonych świadczeniach opieki zdrowotnej w ramach umowy z MOW NFZ oraz finansowanych przez m.st. Warszawę.

Osoby do programu będą rekrutowane we współpracy z Ośrodkami Pomocy Społecznej, Komisje Rozwiązywania Problemów Alkoholowych m. st. Warszawy – Dzielnicowy Zespół Ochota, innymi placówkami z terenu m.st. Warszawy, które będą realizować program ponadpodstawowy. Będziemy również współpracować ze szpitalami położniczymi, przychodniami ginekologicznymi, ośrodkami wychowawczymi itp.

SZPZLO Warszawa – Ochota umieści informację o realizacji programu ponadpodstawowego na stronie internetowej Zespołu, dodatkowo zostaną wykonane plakaty, ulotki, które będą źródłem informacji dla potencjalnych beneficjentów programu.

#### **Dodatkowe informacje dotyczące rezultatów realizacji programu**

<b>Zakładane rezultaty programu</b>	<b>Planowany poziom osiągnięcia rezultatów (wartość docelowa)</b>	<b>Sposób monitorowania rezultatów / źródło informacji o osiągnięciu wskaźnika</b>
Utrzymywanie abstynencji od alkoholu	80 % osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na

i innych substancji psychoaktywnych w czasie trwania programu oraz po jego ukończeniu		początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Ograniczenie używania alkoholu oraz innych substancji psychoaktywnych w czasie trwania programu oraz po jego ukończeniu	80% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Lepsze radzenie sobie z codziennymi trudnościami w tym ze stresem	90% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Zwiększenie liczby zachowań asertywnych	90% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Lepsze rozumienie siebie poprzez lepsze rozumienie swoich potrzeb	90% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Poszukiwanie hobby lub rozwijanie dotychczasowych pasji	95% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Poprawa relacji z bliskimi i przyjaciółmi	70% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Rozwój z obszaru zawodowym	80% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Poprawa stanu zdrowia fizycznego	60% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Poprawa stanu zdrowia psychicznego	80% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Ograniczenie konsekwencji prawnych	60% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Edukowanie kobiet z zakresu zagrożeń picia alkoholu w ciąży	70% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Wsparcie kobiet w ciąży oraz ją planujących	70% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"
Wsparcie dla młodzieży i dorosłych z FASD	70% osób	Każdy uczestnik programu otrzyma do wypełnienia ankietę na początku udziału w programie "pre-test" oraz pod jego koniec "post-test"

**5. Opis poszczególnych działań w zakresie realizacji programu** (opis musi być spójny z harmonogramem; ponadto opis powinien zawierać liczbowe określenie skali działań planowanych przy realizacji zadania publicznego, np. liczbę usług udzielanych tygodniowo, miesięcznie, liczbę odbiorców; przy opisie działania oferent może dokonać analizy wystąpienia ryzyka w trakcie realizacji programu)

**LICZBOWE OKREŚLENIE SKALI DZIAŁAŃ Z ZAŁOŻENIEM 18 MIESIĘCY REALIZACJI ZADANIA ŁĄCZNIE:**

**1) Programy terapii dla osób uzależnionych** - będą służyły określeniu problemów z jakimi zmagają się osoby chcące wziąć udział w programie.

Liczba odbiorców – łącznie 50 osób

Prognozowana liczba porad:

- Kwalifikacja do programu – łącznie 50 porad
- Psychoterapia indywidualna – łącznie 485 porad
- Psychoterapia grupowa/rodzinna – łącznie 156 spotkań

**2) Psychoterapia indywidualna dla młodzieży powyżej 18 r. życia będącej we wstępnej fazie uzależniania się od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych lub na etapie eksperymentowania**

Liczba odbiorców – łącznie 15 osób

Prognozowana liczba porad:

- Kwalifikacja do programu – łącznie 15 porad
- Psychoterapia indywidualna – łącznie 155 porad

**3) Programy terapii dla osób współuzależnionych**

Liczba odbiorców – łącznie 30 osób

Prognozowana liczba porad:

- Kwalifikacja do programu – łącznie 30 porad
- Psychoterapia indywidualna – łącznie 328 porad
- Psychoterapia grupowa/rodzinna – łącznie 72 spotkań

**4) Program terapii dla DDA**

Liczba odbiorców – łącznie 30 osób

Prognozowana liczba porad:

- Kwalifikacja do programu – łącznie 30 porad
- Psychoterapia indywidualna – łącznie 328 porad

**5) Psychoterapia rodzin**

Liczba odbiorców – łącznie 15 rodzin

Prognozowana liczba porad:

- Psychoterapia indywidualna - łącznie 225 porad

**6) Warsztaty/maratony**

Liczba warsztatów/maratonów – łącznie 5 (5x6 h = 30h)

Liczba odbiorców – łącznie 15 osób

**7) Psychoterapia kobiet w ciąży i planujących ciążę oraz młodzieży i dorosłych z FASD (Program wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD)**

Liczba odbiorców – łącznie 10 osób

Prognozowana liczba porad:

- Psychoterapia indywidualna - łącznie 35 osób

**OPIS DZIAŁAŃ:**

- **Kwalifikacja do programu:**

Kwalifikacje będą służyły do określenia możliwości udziału osoby w programie ponadpodstawowym. Do programu zostaną zakwalifikowane osoby, które są mieszkańcami m.st. Warszawy, mają diagnozę uzależnienia i odbyły leczenie w ramach programu podstawowego, współuzależnionych, DDA oraz rodziny naszych pacjentów.

- **Psychoterapia indywidualna uzależnień**

Psychoterapia indywidualna uzależnień jest przeznaczona dla osób posiadających diagnozę uzależnienia od alkoholu. Każda z osób uczestniczących w programie będzie miała swojego terapeuta indywidualnego, z którym będzie pracowała nad założonymi wspólnie celami. Cele mogą być różne w zależności od uczestnika programu. Podstawowymi celami programu będzie nawiązanie przymierza terapeutycznego z pacjentem, zapoznaniem go z realizowanym w Poradni programem. Budowaniem trwałej trzeźwości u pacjenta poprzez edukację, naukę nowych zachowań, radzenie sobie z nawrotem, nowych sposobów radzenia sobie ze stresem, uczuciami takimi jak złość oraz wiele innych dostosowanych bezpośrednio do uczestnika programu w tym specyficznych pacjentów.

- **Psychoterapia indywidualna młodzieży**

Psychoterapia indywidualna będzie przeznaczona dla młodzieży powyżej 18 r. życia będącej we wstępnej fazie uzależniania się od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych lub na etapie eksperymentowania. Celem jest nawiązanie pozytywnej relacji z młodymi osobami, które będą chciały zaufać terapeutce i czerpać z ich wiedzy. Nadrzędnym celem będzie edukacja młodych osób na temat trudności wynikających z nadużywania alkoholu i innych substancji psychoaktywnych, redukcji szkód oraz nauki rozsądnego korzystania z alkoholu. Szukanie wraz z młodymi osobami tego co ich mogłoby zainteresować i rozwijać ich pasje.

- **Psychoterapia indywidualna współuzależnienia**

Psychoterapia indywidualna będzie obejmowała rozwijanie w pacjentach uczestniczących w terapii indywidualnej pozytywnych zmian w swoje życie w obszarach związanych z relacjami, rozwojem zawodowym, rozpoznawaniem swych potrzeb, lepszego radzenia sobie trudnościami.

- **Psychoterapia indywidualna DDA**

Psychoterapia będzie obejmowała budowanie trwałej więzi z terapeutą w postaci przymierza terapeutycznego co umożliwi ważną bazę pod pracę indywidualną dla DDA. Celem będzie lepsze poznanie siebie swoich zasobów, potrzeb. Bardziej świadome wchodzenie w relacje z innymi osobami, bardziej satysfakcjonujące życie osobiste i zawodowe.

- **Psychoterapia rodzin**

Psychoterapia rodzin będzie prowadzona jako dopełnienie kompleksowego leczenia pacjentów Poradni. Celem pracy z rodzinami będzie przede wszystkim lepsze rozumienie choroby uzależnienia, współuzależnienia oraz DDA, polepszenie przy obecności terapeuty komunikacji w rodzinie, zrozumienie funkcji objawu jakim jest używanie substancji, rozumienie wzajemnych potrzeb wszystkich członków rodziny oraz próby budowania bliskości.

- **Grupa rozwoju osobistego przeznaczona dla pacjentów uzależnionych**

Grupa rozwoju osobistego przeznaczona jest dla uczestników programu ponadpodstawowego i będzie służyła m.in. w lepszym rozumieniu siebie i innych ludzi, rozumieniem i wyrażaniem swoich myśli i emocji, lepszym radzeniem sobie w sytuacjach trudnych czy konfliktowych, rozwijanie umiejętności podejmowania wystarczająco dobrych decyzji, rozwijaniem umiejętności relaksacji i redukowanie napięcia, oraz wiele innych celów, które zrealizowane będą podczas trwania grupy. Grupa zostanie zrealizowana za

pomocą przygotowanych gotowych materiałów do prowadzenia zajęć z wykorzystaniem flipchartów, sprzętu multimedialnego: telewizora do wyświetlenia filmów, programów, wywiadów oraz rzutnika do pokazania prezentacji.

- **Grupa zapobiegania nawrotom choroby dla pacjentów uzależnionych wzbogacona o trening konstruktywnych zachowań abstynenckich oraz trening radzenia sobie ze złością**

Grupa zapobiegania nawrotom będzie umożliwiała pacjentom interakcję w grupie podczas procesu trzeźwienia, przekazanie specyficznej wiedzy na temat nawrotu choroby takiej jak: czego należy unikać aby nie dopuścić do nawrotu picia, omówienia faz i objawów nawrotu oraz sposobów radzenia sobie z nimi, przypomnienia podstawowych zasad trzeźwości czyli takich jak bycie czujnym na głód, wyzwalacze itp., nauki o zdrowiu fizycznym i psychicznym w celu utrzymania trzeźwości, uczestnictwo w mitingach AA lub stowarzyszeniach abstynenckich. Możliwe będzie to do osiągnięcia również przez budowanie w uczestnikach poczucia bezpieczeństwa i zaufania do grupy. Grupa zostanie zrealizowana za pomocą przygotowanych gotowych materiałów do prowadzenia zajęć z wykorzystaniem flipchartów, sprzętu multimedialnego: telewizora do wyświetlenia filmów, programów, wywiadów oraz rzutnika do pokazania prezentacji.

- **Grupa rozwoju osobistego dla osób współuzależnionych.**

Grupa będzie przeznaczona głównie dla kobiet, celem grupy jest integracja i wzajemne poznanie się czyli praca nad relacjami interpersonalnymi, edukacja dotycząca zjawiska współuzależnienia, praca nad destrukcyjnymi przekonaniami, omówienie relacji rodzinnych oraz próba ich polepszenia, wprowadzenie elementów dotyczących bliskości i bezpiecznego bycia w relacji. Nauki samodzielności oraz polepszenia sytuacji pacjentów. Grupa zostanie zrealizowana za pomocą przygotowanych gotowych materiałów do prowadzenia zajęć z wykorzystaniem flipchartów, sprzętu multimedialnego: telewizora do wyświetlenia filmów, programów, wywiadów oraz rzutnika do pokazania prezentacji.

- **Warsztaty/Maratony**

Na zajęciach zostanie poszerzona wiedza oraz świadomości na temat budowania adekwatnego poczucia własnej wartości, budowania oraz utrzymywania relacji międzyludzkich, lepszego radzenia sobie z trudnościami i sytuacjami stresującymi, nauki oraz utrwalenia zachowań asertywnych, bardziej świadomego odczuwania oraz wyrażania emocji, lepszego rozumienia swoich potrzeb itp. Warsztaty/maratony zostaną zrealizowane przy pomocy przygotowanych gotowych materiałów do prowadzenia zajęć z wykorzystaniem flipchartów, sprzętu multimedialnego: telewizora do wyświetlenia filmów, programów, wywiadów oraz rzutnika do pokazania prezentacji.

- **Program wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD**

Zapewnienie pomocy i wsparcia kobietom, które planują ciążę lub są w ciąży i piją bądź piły alkohol w sposób ryzykowny lub szkodliwy. W formie tych oddziaływań nie będą mogły brać udział kobiety uzależnione, które nie przeszły programu podstawowego leczenia uzależnienia. Celem pomocy kobietom będzie przeprowadzona edukacja na temat szkodliwości picia alkoholu w ciąży, wsparcie w problemach z jakimi się zmagają m.in. osobistych, zawodowych, społecznych oraz lepsze nawiązanie relacji z mającym się narodzić dzieckiem. Zapewnienie pomocy osobom żyjącym z FASD tak aby zwiększyć ich szanse na pełne wykorzystanie wrodzonych możliwości. Celem pracy będzie zdefiniowanie problemów z jakimi borykają się osoby z FASD i wspieranie ich w zamierzeniach i celach.

Poradnia Terapii Uzależnienia i Współuzależnienia od Alkoholu wraz z Poradnią Wczesnej Diagnostyki i Terapii z zakresu FASD współpracuje z osobami zatrudnionymi na umowy cywilnoprawne tj. Pan Michał Kukuć, który będzie brał udział w realizacji działań tj.: kwalifikacje do programu, psychoterapia indywidualna uzależnień, psychoterapia indywidualna młodzieży, psychoterapia indywidualna współuzależnienia, psychoterapia indywidualna DDA, grupa rozwoju osobistego przeznaczona dla pacjentów

uzależnionych, grupa zapobiegania nawrotom choroby dla pacjentów uzależnionych wzbogacona o trening konstruktywnych zachowań abstynenckich oraz trening radzenia sobie ze złością, grupa rozwoju osobistego dla osób współuzależnionych, Warsztaty/maratony, Program wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD.

Natomiast Pani Magdalena Kotyza – superwizor (KBdsPN), współpracująca na zasadzie umowy cywilnoprawnej, będzie pełniła nadzór nad prowadzeniem programu i prawidłowością prowadzenia terapii w ww. zakresie.

<b>6. Harmonogram na rok 2019 (możliwa jest aktualizacja harmonogramu w trakcie trwania programu, po wcześniejszym zgłoszeniu zmian do Biura Pomocy i Projektów Społecznych)</b> (należy podać terminy rozpoczęcia i zakończenia poszczególnych działań)			
<b>Lp.</b>	<b>Nazwa działania</b>	<b>Planowany termin realizacji</b>	<b>Liczba odbiorców</b>
<b>1.</b>	Program terapii dla osób uzależnionych	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>20 osób</b>
<b>2.</b>	Psychoterapia indywidualna dla młodzieży powyżej 18 r. życia będącej we wstępnej fazie uzależniania się od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych lub na etapie eksperymentowania	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>5 osób</b>
<b>3.</b>	Programy terapii dla osób współuzależnionych	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>10 osób</b>
<b>4.</b>	Program terapii dla osób DDA	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>10 osób</b>
<b>5.</b>	Psychoterapia rodzin	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>5 osób</b>
<b>6.</b>	Warsztaty/Maratony	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>7 osób</b>
<b>7.</b>	Program wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>4 osoby</b>
<b>8.</b>	Koordynator programu	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>ND</b>
<b>9.</b>	Obsługa kadrowo-księgowa	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>ND</b>
<b>10.</b>	Superwizja	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>5 terapeutów</b>



<b>11.</b>	Szkolenia dla pracowników w ramach podnoszenia kwalifikacji zawodowych	<b>06.05.2019 - 20.12.2019</b>	<b>5 terapeutów</b>
------------	--	--------------------------------	---------------------

<b>6. Harmonogram na rok 2020 (możliwa jest aktualizacja harmonogramu w trakcie trwania programu, po wcześniejszym zgłoszeniu zmian do Biura Pomocy i Projektów Społecznych)</b> (należy podać terminy rozpoczęcia i zakończenia poszczególnych działań)			
<b>Lp.</b>	<b>Nazwa działania</b>	<b>Planowany termin realizacji</b>	<b>Liczba odbiorców</b>
<b>1.</b>	Program terapii dla osób uzależnionych	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>30 osób</b>
<b>2.</b>	Psychoterapia indywidualna dla młodzieży powyżej 18 r. życia będącej we wstępnej fazie uzależniania się od alkoholu i innych substancji psychoaktywnych lub na etapie eksperymentowania	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>10 osób</b>
<b>3.</b>	Programy terapii dla osób współuzależnionych	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>20 osób</b>
<b>4.</b>	Program terapii dla osób DDA	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>20 osób</b>
<b>5.</b>	Psychoterapia rodzin	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>10 osób</b>
<b>6.</b>	Warsztaty/Maratony	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>10</b>
<b>7.</b>	Program wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>6 osób</b>
<b>8.</b>	Koordynator programu	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>ND</b>
<b>9.</b>	Obsługa kadrowo-księgową	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>ND</b>
<b>10.</b>	Superwizja	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>5 terapeutów</b>

<b>11.</b>	Szkolenia dla pracowników w ramach podnoszenia kwalifikacji zawodowych	<b>02.01.2020 – 31.10.2020</b>	<b>5 terapeutów</b>
------------	--	------------------------------------	---------------------



<b>8. Zasoby kadrowe przewidywane do zaangażowania przy realizacji programu, w tym superwizora (należy opisać kwalifikacje osób oraz ich sposób zaangażowania w realizację poszczególnych działań, z uwzględnieniem wolontariuszy oraz członków stowarzyszeń świadczących pracę społecznie)</b>					
<b>Lp.</b>	<b>Imię i nazwisko</b>	<b>Zawód</b>	<b>Stopień specjalizacji</b>	<b>Forma zatrudnienia, wymiar etatu/liczba godzin</b>	<b>Liczba godzin w miesiącu</b>
1.		Terapeuta	Specjalista psychoterapii uzależnień	1/3 etatu	Ok. 45 godz.
2.		Psycholog	Specjalista Terapii Uzależnień, Specjalista psychoterapii par i rodzin	1/3 etatu	Ok. 38 godz.
3.		Psycholog	Specjalista psychoterapii uzależnień w trakcie certyfikacji	Umowa cywilnoprawna	Ok. 45 godz.
4.		Psycholog	Psycholog kliniczny dziecka, specjalista psychoterapii	1/3 etatu	Ok. 38 godz.
5.		Psychoterapeuta, Specjalista psychoterapii uzależnień	Certyfikat superwizora nadany przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii	Umowa cywilnoprawna	6 godz.
8.	SZPZLO Warszawa – Ochota zatrudni dodatkowych terapeutów do realizacji kontraktu z NFZ po otrzymaniu z Urzędu m. st. Warszawy dotacji na realizację programu ponadpodstawowego w Poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia oraz wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD				

<b>9. Wkład rzeczowy przewidziany do wykorzystania przy realizacji zadania publicznego (należy szczegółowo opisać zasady oraz sposób wykorzystania wkładu rzeczowego w realizację poszczególnych działań oraz, o ile kalkulacja przewidywanych kosztów obejmowała wycenę wkładu rzeczowego, opisać sposób jego wyceny wraz z podaniem cen rynkowych, na których podstawie jest szacowana jego wartość)</b>	
<b>Wkład rzeczowy niezbędny do realizacji programu:</b> Komputery – 4 szt, niezbędny do prowadzenia dokumentacji pacjenta, wykorzystywany również do prezentacji w trakcie spotkań grupowych Rzutnik i ekran multimedialny po 1 szt. – niezbędny do sesji grupowych. Stół konferencyjny, krzesła, fotele – wykorzystywane do spotkań grupowych i indywidualnych. Flipchart – wykorzystywany w celach terapeutycznych grupowych. Przewijak do dziecka, krzesło do karmienia Telewizor – niezbędny do wyświetlania filmów edukacyjnych podczas zajęć grupowych. Drukarka- niezbędna do wydruku materiałów edukacyjnych dla pacjentów. Aktualizacja i prowadzenie strony internetowej	

<b>10. Wkład osobowy przewidziany do wykorzystania przy realizacji zadania publicznego (należy szczegółowo opisać zasady oraz sposób wykorzystania wkładu rzeczowego w realizację poszczególnych działań oraz, o ile kalkulacja przewidywanych kosztów obejmowała wycenę wkładu rzeczowego, opisać sposób jego wyceny wraz z podaniem cen rynkowych, na których podstawie jest szacowana jego wartość)</b>	
<b>Wkład osobowy w realizację programu:</b> Praca rejestratorki medycznej – w ramach kosztów SZPZLO Warszawa - Ochota zostanie zatrudniona osoba pracująca w rejestracji, która będzie zajmowała się pierwszym kontaktem z pacjentem zarówno telefonicznym jak i osobiście. Praca osoby sprzątającej – w związku z zachowaniem wysokich standardów czystości konieczne jest zakupienie usługi związanej ze sprzątnięciem pomieszczeń Praca dwóch lekarzy psychiatrów, którzy zajmą się leczeniem zaburzeń współistniejących.	

<b>11. Inne informacje, które mogą mieć znaczenie przy ocenie oferty, w tym odnoszące się do kalkulacji przewidywanych kosztów oraz oświadczeń zawartych na końcu oferty</b>
--

Nie dotyczy

**12. Informacje o warunkach lokalowych, poradni w której ma być realizowany program (metraż, liczba pomieszczeń, rodzaj pomieszczeń)**

- a) Pomieszczenie do psychoterapii grupowej – 1 szt – powierzchnia 27,37 m<sup>2</sup>
- b) Pomieszczenia do psychoterapii indywidualnej, gabinet lekarski - 3 szt. – łączna powierzchnia 54,67 m<sup>2</sup>
- c) Rejestracja – 1 szt. – powierzchnia 15 m<sup>2</sup>
- d) Sanitariaty, pomieszczenie socjalne – powierzchnia 17,73 m<sup>2</sup>

**13. Informacje o wcześniejszej działalności oferenta w zakresie, którego dotyczy program, w tym informacje obejmujące dotychczasowe doświadczenia oferenta**

Poradnia terapii uzależnienia od alkoholu i współuzależnienia oraz wczesnej diagnostyki i terapii z zakresu zaburzeń FASD istnieje od października 2018 r. W ramach wcześniejszej umowy z m.st. Warszawy na program ponadpodstawowy realizowany w terminie od października do grudnia 2018 udało się pomóc 19 osobom, w tym 7 osobom uzależnionym, 12 Dorosłym Dzieciom Alkoholików. Spośród tych osób 17 zgłosiło chęć kontynuacji programu oraz poszerzenia pracy o uczestnictwo w grupach. SZPZLO Warszawa – Ochota posiada duże doświadczenie w realizacji programu ponadpodstawowego ponieważ od 1999 roku realizuje program terapeutyczny ponadpodstawowy w Poradni Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia przy ul. Sosnkowskiego 18 w Ursusie. Jest to program wyrastający z wieloletniego doświadczenia jednostki. Od 2016 roku program został dodatkowo wzmocniony o kompetencje Klinicznego Centrum Zdrowia Psychicznego, w skład którego weszła Poradnia.

**1. Informacje o dostępności placówki, w której będzie realizowany program, dla osób niepełnosprawnych (czy są i jakie)**

Placówka jest dostosowana architektonicznie i organizacyjnie do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Budynek przystosowany poprzez:

- dobudowanie wind dla wózków inwalidzkich,
- podjazdy wejściowe dla wózków inwalidzkich,
- toalety przystosowane dla osób niepełnosprawnych,
- dostępność przestrzeni rejestracyjnej dla osób niepełnosprawnych.

Poradnia znajduje się na parterze budynku.

Informuje również, iż strona internetowa Zespołu jest dostosowana dla potrzeb osób słabowidzących i słabosłyszących.

Oświadczam(my)<sup>1)</sup>, że:

- 1) oferent składający niniejszą ofertę nie zalega\*/zalega\* z opłacaniem należności z tytułu zobowiązań podatkowych;
- 2) oferent składający niniejszą ofertę nie zalega\*/zalega\* nie zalega wobec m.st. Warszawy z podatkami oraz innymi

<sup>1)</sup>\*Niepotrzebne skreślić

opłatami lokalnymi;

- 3) oferent składający niniejszą ofertę nie zalega\* ~~/\*zalega~~ z opłacaniem należności z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne;
- 4) dane zawarte w części II niniejszej oferty są zgodne z Krajowym Rejestrem Sądowym\* / ~~właściwą ewidencją\*~~;
- 5) wszystkie informacje podane w ofercie oraz załącznikach są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym;
- 6) w zakresie związanym z otwartym konkursem 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 ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2016 r. poz. 922).
- 7) oferent składający niniejszą ofertę oświadcza, że w stosunku do podmiotu stwierdzono\* ~~/\*nie stwierdzono\*~~ niezgodnego z przeznaczeniem wykorzystania środków publicznych;
- 8) oferent składający niniejszą ofertę oświadcza, że osoba\* ~~/\*osoby\*~~ uprawnione do reprezentowania podmiotu ~~były\*/nie były\*~~ karane zakazem pełnienia funkcji związanych z dysponowaniem środkami publicznymi oraz ~~były\*/nie były\*~~ karane za umyślne przestępstwo lub umyślne przestępstwo skarbowe;
- 9) oferent składający niniejszą ofertę oświadcza, że kwota środków przeznaczona zostanie na realizację zadania zgodnie z ofertą i że w tym zakresie zadanie nie będzie finansowane z innych źródeł.

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