



Załącznik nr 5 do Zapytania ofertowego

Opis przedmiotu zamówienia w zapytaniu ofertowym nr 188/2026/DP

Przedmiotem zamówienia jest usługa polegająca na przeprowadzeniu szkoleń specjalistycznych dla opiekunów zastępczych, uczestników projektu „STER dla rodzin” nr projektu FEMA.08.06-IP.01-01P1/23.

CPV: 80510000-2 - Usługi szkolenia specjalistycznego

OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA

1. W ramach realizacji zamówienia Wykonawca będzie zobowiązany do przeprowadzenia szkoleń specjalistycznych dla uczestników projektu „STER dla rodzin” – osobami pełniącymi funkcje rodziny zastępczej spokrewnionej, niezawodowej, zawodowej i osobami prowadzącymi rodzinne domy dziecka na rzecz m.st. Warszawy. Odbiorcy szkolenia zostaną wskazani przez Zamawiającego.
2. Szkolenia zostaną przeprowadzone z poniższych tematów:
 - 1) Młodzi i ryzykowne wybory – jak skutecznie chronić przed uzależnieniami?
 - 2) Jak pracować z dzieckiem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi?
 - 3) Gry, social media, AI i uzależnienia – jak rozpoznać cyberzagrożenia i chronić młodzież?
 - 4) Budowanie relacji z dzieckiem w okresie dorastania – jak rozmawiać z dzieckiem o dojrzewaniu i seksualności?
 - 5) Techniki relaksacji i koncentracji w praktyce.
 - 6) Empatia i komunikacja empatyczna z dzieckiem w procesie budowania bezpiecznej więzi z dzieckiem i łagodzenia skutków doświadczeń urazowych – komunikacja bliskości w kontakcie z dzieckiem.
 - 7) Zachowania agresywne u dziecka a jego potrzeby emocjonalne. Co kryje się za zachowaniami agresywnymi?
 - 8) Praca z dzieckiem neuroatypowym (z ADHD, ze spektrum autyzmu, z zespołem Aspergera).
 - 9) Rozwój dziecka w pierwszych latach życia i znaczenie jakości więzi dla jego funkcjonowania psychospołecznego.
3. Szkolenia odbywać się będą w lokalizacjach na terenie m.st. Warszawy pozostającej w dyspozycji Zamawiającego: ul. Lipińska 2, ul. 11 Listopada 13/15, ul. Targowa 81 lub al. Zjednoczenia 34.
4. Szkolenia będą realizowane stacjonarnie w formie zajęć grupowych, w formule wykładowo/warsztatowej, z zastosowaniem ćwiczeń i przykładów.
5. W ramach realizacji każdego tematu, Wykonawca przeprowadzi zajęcia dla maksymalnie dwóch grup.
6. Zamawiający szacuje, że w okresie realizacji przedmiotu zamówienia liczba przeszkolonych grup wyniesie **minimalnie 6, maksymalnie 18**.
7. Każda z grup będzie liczyła do 10 osób.
8. Profil grupy: uczestnikami szkolenia będą opiekunowie zastępczy pełniący funkcje rodziny zastępczej spokrewnionej, niezawodowej, zawodowej oraz osoby prowadzące rodzinne domy

dziecka. Opiekunowie zastępczy spokrewnieni i niezawodowi są to zazwyczaj osoby w wieku od 30 do 80 r.ż., spokrewnione z dzieckiem (dziadkowie, babcie, rodzeństwo lub dalsza rodzina), sporadycznie uczestniczący w szkoleniach i wsparciu specjalistycznym. Natomiast rodziny zastępcze zawodowe i osoby prowadzące rodzinne domy dziecka są to osoby zawodowo zajmujące się sprawowaniem opieki nad dziećmi, z dużym doświadczeniem, korzystające regularnie ze szkoleń oraz wsparcia specjalistycznego.

9. Czas trwania szkolenia dla jednej grupy to 7 godzin dydaktycznych (45 minut). Łączna maksymalna liczba godzin szkolenia to: 18 grup x 7 godzin = 126 godzin szkolenia.
10. Szkolenia odbywać się będą w przedziale godzinowym od 9.00 do 14.30, od poniedziałku do soboty, z wyłączeniem świąt i dni ustawowo wolnych od pracy – w terminach zaakceptowanych przez Zamawiającego.
11. Wykonawca zobowiązuje się w ramach realizacji umowy do zapewnienia poczęstunku podczas szkolenia. W skład poczęstunku wchodzić będą: owoce, ciastka, napoje tj. kawa, herbata, soki oraz ciepły jednodaniowy posiłek w wersji mięsnej lub wegetariańskiej dla każdego z uczestników szkolenia.
12. Wykonawca zobowiązuje się do podawania poczęstunku:
 - 1) bez używania jednorazowych talerzy, sztućców, kubeczków, mieszadełek, patyczków, słomek i pojemników na żywność wykonanych z poliolefinowych tworzyw sztucznych;
 - 2) podawania wody lub innych napojów w opakowaniach wielokrotnego użytku lub w butelkach zwrotnych;
 - 3) wykorzystywania materiałów, które pochodzą lub podlegają procesowi recyklingu;
 - 4) rezygnacji z używania jednorazowych opakowań, toreb, siatek i reklamówek wykonanych z poliolefinowych tworzyw sztucznych.
13. Wykonawca będzie zobowiązany do prowadzenia dokumentacji potwierdzającej wykonanie przedmiotu zamówienia:
 - 1) ewidencja liczby godzin realizacji usługi,
 - 2) potwierdzenie przeprowadzenia szkolenia (lista obecności),
 - 3) sprawozdanie z realizacji zamówienia,
 - 4) przekazania uczestnikom oraz Zamawiającemu egzemplarzy materiałów szkoleniowych oznaczonych zgodnie z obowiązkami informacyjnymi beneficjenta Funduszy Europejskich,
 - 5) przygotowania zaświadczeń o ukończeniu szkolenia z wymaganymi logami, które Zamawiający następnie wypełni imionami i nazwiskami uczestników, przekazania oryginałów uczestnikom oraz kopii Zamawiającemu.
14. Wykonawca przygotowuje program szkolenia dla każdego z wymienionych tematów, który będzie obejmować następujące zagadnienia:
 - 1) Młodzi i ryzykowne wybory – jak skutecznie chronić przed uzależnieniami?**
 - a) Czynniki ryzyka i mechanizmy uzależnień od substancji psychoaktywnych (alkohol, narkotyki).
 - b) Sygnały ostrzegawcze – kiedy reagować i jak rozmawiać z młodym człowiekiem?
 - c) Profilaktyka – strategie wzmacniania odporności psychicznej młodzieży.
 - d) Współpraca szkoły i środowiska lokalnego w zapobieganiu uzależnieniom.
 - e) Case study: skuteczne programy profilaktyczne w Polsce i na świecie.
 - 2) Jak pracować z dzieckiem ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi?**
 - a) Czym są specjalne potrzeby edukacyjne dzieci (np. dysleksja, dyskalkulia, orzeczenie

o potrzebie kształcenia specjalnego) i co oznaczają w praktyce, opisanie najczęstszych trudności dzieci.

- b) Jak funkcjonuje dziecko z trudnościami? Jak rozpoznawać u dzieci sygnały przeciążenia, stresu, frustracji?
- c) Budowanie skutecznej komunikacji z dzieckiem.
- d) Organizacja czasu i przestrzeni do nauki, wzmacnianie koncentracji i motywacji.
- e) Strategie radzenia sobie w trudnych sytuacjach (napady złości dziecka, odmowa współpracy).
- f) Współpraca ze szkołą i specjalistami – jak rozmawiać ze szkołą i specjalistami, prawa dziecka i rodziny, przykłady dostępnych form pomocy (poradnie, zajęcia wspierające).

3) Gry, social media, AI i uzależnienia – jak rozpoznać cyberzagrożenia i chronić młodzież?

- a) Czym jest uzależnienie behawioralne i jakie są jego objawy?
- b) Wpływ gier, social mediów i AI na psychikę młodych ludzi – mechanizmy uzależniające.
- c) Granica między pasją a uzależnieniem – jak ją rozpoznać i reagować?
- d) Metody ograniczania negatywnego wpływu nowych technologii.
- e) Sposoby pozytywnego wykorzystania nowych technologii w budowaniu relacji opiekun – dziecko.
- f) Rola rodziny i szkoły w budowaniu zdrowych nawyków cyfrowych.

4) Budowanie relacji z dzieckiem w okresie dorastania – jak rozmawiać z dzieckiem o dojrzewaniu i seksualności?

- a) Metody nawiązywania relacji z dzieckiem i nastolatkiem,
- b) Kształtowanie się tożsamości seksualnej w okresie dorastania,
- c) Techniki które można wykorzystać w trakcie rozmowy z dzieckiem, jak przygotować się do rozmowy,
- d) Stan zdrowia dzieci i młodzieży w okresie dojrzewania – kontakt z instytucjami wspierającymi oraz ze specjalistami.

5) Techniki relaksacji i koncentracji w praktyce.

- a) Reakcje stresowe u dorosłych i dzieci – jaka jest ich podłoże i jak je rozpoznać?
- b) Wzmacnianie koncentracji u siebie i dzieci.
- c) Prezentacja twórczych technik relaksacji, metod relaksacyjnych do wykorzystania w pracy z dzieckiem.
- d) Koregulacja – jak dorosły może pomagać dziecku się uspokoić.
- e) Wykorzystywanie techniki relaksacyjnych w radzeniu sobie z trudnymi emocjami, co robić gdy dorosły jest przeciążony?

6) Empatia i komunikacja empatyczna z dzieckiem w procesie budowania bezpiecznej więzi i łagodzenia skutków doświadczeń urazowych – komunikacja bliskości w kontakcie z dzieckiem.

- a) Dziecko po doświadczeniach urazowych – czym jest trauma rozwojowa i relacyjna, „trudne zachowania” jako forma komunikacji potrzeb, mechanizmy przetrwania.
- b) Czym jest bezpieczna więź i dlaczego jest kluczowa? Jak odbudować zaufanie dziecka po stracie i zaniedbaniu?
- c) Empatia jako podstawa relacji – podstawy komunikacji opartej na potrzebach (NVC), komunikaty „ja” zamiast ocen.

- d) Jako budować codzienną komunikację bliskości – momenty budujące więź, rytuały bezpieczeństwa, wzmacnianie poczucia bycia ważnym, znaczenie przewidywalności i struktury.
- e) Własne emocje jako narzędzie pracy – jak zapobiegać wypaleni i przeciążeniu.

7) Zachowania agresywne u dziecka a jego potrzeby emocjonalne. Co kryje się za zachowaniami agresywnymi?

- a) Agresja jako komunikat, nie „problem” – co dziecko komunikuje przez zachowanie, funkcje zachowań agresywnych (ochrona, regulacja, rozładowanie napięcia).
- b) Neurobiologia agresji i stresu – jak działa układ nerwowy i mózg, rola ciała i napięcia fizjologicznego.
- c) Trauma a zachowania agresywne, agresja jako strategia przetrwania wyniesiona z poprzednich doświadczeń (nadreaktywność, niedoregulowanie układu nerwowego, „fałszywe alarmy”).
- d) Czytanie sygnałów poprzedzających wybuch. Jak reagować w trakcie zachowania agresywnego? Co robić po wybuchu?
- e) Budowanie długofalowych strategii zmniejszających agresję.
- f) Jak radzić sobie z własnymi emocjami w obliczu agresji dziecka.

8) Praca z dzieckiem neuroatypowym (z ADHD, ze spektrum autyzmu, z zespołem Aspergera).

- a) Neuroróżnorodność – zmiana perspektywy. Czym jest neuroróżnorodność (odejście od „deficytów” na rzecz różnic).
- b) Jak funkcjonują dzieci i nastolatki neuroatypowe na co dzień? Różnice w odbiorze świata, nierównomierny rozwój (profile funkcjonowania osób z ADHD i ze spektrum autyzmu).
- c) Układ nerwowy i jego regulacja – nadwrażliwość sensoryczna, przeciążenie bodźcami, występujące trudności w samoregulacji.
- d) Zachowania trudne – co się pod nimi kryje? Zachowanie dziecka jako sygnał – jak je odczytywać?
- e) Regulacja emocji i ciała – zaprezentowanie narzędzi regulacyjnych, które można wykorzystać w pracy z dzieckiem (ruch, wyciszenie i ograniczenie bodźców, aktywność sensoryczna).
- f) Jak stawiać granice i określać wymagania w pracy z dzieckiem neuroatypowym? Relacja z dzieckiem jako fundament.

9) Rozwój dziecka w pierwszych latach życia i znaczenie jakości więzi dla jego funkcjonowania psychospołecznego.

- a) Wczesny rozwój dziecka – omówienie kluczowych elementów rozwoju w pierwszych latach życia, rozwój mózgu i jego zależność od doświadczeń, znaczenie relacji i środowiska dla rozwoju.
- b) Dlaczego więź jest kluczowa – czym jest więź i jak się tworzy, style przywiązania, rola opiekuna w jej kształtowaniu, jaki jest wpływ więzi na całe życie dziecka.
- c) Potrzeby dziecka w pierwszych latach życia.
- d) Zakłócenia więzi i ich konsekwencje.
- e) Pozabezpieczny styl przywiązania dziecka.
- f) Szczególne potrzeby dzieci w pieczy zastępczej – trudności w zaufaniu dorosłym, jak budować i odbudować więź? Rola opiekuna w pracy nad więzią.

- g) Długofalowy wpływ więzi na funkcjonowanie dziecka w dalszym życiu.
15. Wykonawca będzie zobowiązany do przekazywania Zamawiającemu harmonogramu szkoleń, który będą zawierać informacje o temacie szkoleń, terminie, miejscu, osobie prowadzącej. Wykonawca będzie zobowiązany do przekazania Zamawiającemu harmonogramu szkoleń na co najmniej 7 dni roboczych przed ich rozpoczęciem. Ewentualne zmiany w harmonogramie będą na bieżąco zgłaszane Zamawiającemu.

TERMIN REALIZACJI ZAMÓWIENIA

Umowa o udzielenie zamówienia zostanie zawarta na czas określony: od dnia zawarcia umowy do dnia 30 czerwca 2026 r. lub do dnia wykorzystania maksymalnej kwoty wynagrodzenia Wykonawcy przeznaczonej na sfinansowanie zamówienia – w zależności od tego, które ze zdarzeń nastąpi wcześniej.