

Projekt

Názov projektu	Môžu si za to sami!/? alebo ako ne/pomáhať závislým.
Stručný opis projektu	Projekt sa aktivitami na rôznych úrovniach - práca s verejnosťou (podcasty, infovideá, informačné materiály), s odborníkmi (tréninky, informačné materiály), s osobami so závislosťou a s ich blízkymi (komplexné poradenstvo; zážitkové workshopy; sociálnopsychologické tréninky) snaží o systémový prístup pri odstraňovaní stigmy spojenej so závislosťou (ako morálne odsudzovanie, obviňovanie, kriminalizácia, patologizácia). Tá závislým a ich blízkym často bráni v aktívnom uplatňovaní svojich práv, znižuje kvalitu ich života, znižuje motiváciu vyhľadať odbornú pomoc, zotrvať v procese liečby.

Účel výzvy, na ktorú sa projekt zameriava

	<ul style="list-style-type: none"> • Zvyšovanie informovanosti verejnosti a vzdelávanie profesijných skupín; • Zlepšenie kvality života znevýhodnených skupín obyvateľstva.
Vysvetlite prepojenie aktivít na účel výzvy	Osoby so závislosťou a ich blízki čelia v živote následkom tejto choroby a navyše stereotypnému vnímaniu a predsudkom verejnosti i odborníkov. Tí na nich často reagujú neadekvátne, bez porozumenia ich potrebám. Stigmatizácia je vážnou prekážkou pri získaní odbornej pomoci a dosiahnutia žiaducej kvality života závislých ľudí. Aktivity pomáhajú závislým a ich blízkym rozvinúť svoj potenciál a aktívne uplatňovať práva, redukovávajú sebastigmatizáciu, ale zároveň redukovávajú predsudky a stereotypy, zvyšujú povedomie o závislosti a scitlivujú odborníkov i verejnosť pre porozumenie a adresnejšie reakcie.

Hlavný cieľ/Identifikácia ľudsko-právneho problému

Definujte hlavný cieľ	Destigmatizovať závislostné správanie a závislosť, zvýšiť povedomie o kontextoch tohto javu u verejnosti aj odborníkov, znížiť predsudky a stereotypy v tejto téme, zvýšiť citlivosť voči potrebám osôb so závislosťou a voči ich blízkym a posilniť osoby so závislosťou a ich blízkych k aktívnemu uplatňovaniu vlastných práv a zvyšovaniu kvality svojho života.
-----------------------	---

Uvedte nástroje, ktoré použijete pri dosahovaní cieľa projektu a dôvod ich použitia

Uvedte jednotlivé nástroje a konkretizujte ich.	
skupinové zážitkové workshopy pre dospelé osoby so závislosťou (min. 3 workshopy zamerané na reflexiu kontextov stigmatizácie i diskriminácie osôb so závislosťou a na ich posilnenie pre aktívne uplatňovanie svojich práv)	
skupinové zážitkové workshopy pre závislé ženy zažívajúce domáce násillie (min. 3 workshopy zamerané na zmocňovanie závislých žien zažívajúcich domáce násillie)	
skupinové zážitkové workshopy pre deti a mladých ľudí z rodín so závislým rodičom (min. 3 workshopy zamerané na podporu detí a mladých ľudí, reflexiu stigmy a selfstigmy v dôsledku závislosti v rodine a posilňovanie pre aktívne uplatňovanie práv)	
skupinové zážitkové workshopy pre dospelé spoluzávislé osoby (min. 3 workshopy zamerané na podporu a posilňovanie blízkych osôb žijúcich so závislým členom rodiny, na porozumenie kontextom stigmatizácie závislosti a na zvýšenie kompetencií pre efektívne konanie)	

tréninky pre odborníkov a odborníčky pomáhajúcej praxe (5 tréningov zamerané na reflexiu a zníženie predsudkov a stereotypov, porozumenie príčinám, prejavom a dôsledkom stigmatizácie a diskriminácie cieľovej skupiny, reflexiu vlastných odborných skúseností v kontexte témy, zvýšenie citlivosti voči špecifickým potrebám cieľovej skupiny a nácvik adresných odborných intervencií)
individuálne odborné poradenstvo pre závislé osoby a pre ich blízkych (min. 30 individuálnych poradenských intervencií podľa potrieb klientely - psychologické, psychiatrické, sociálnoprávne, sociálne, dlhové, právne poradenstvo)
sociálne tréningy pre rodiny so závislým členom alebo členkou (min. 20 hodín sociálneho tréningu pre rodiny zameraného na zvýšenie porozumenia kontextom stigmatizácie a diskriminácie, na posilnenie schopností čeliť následkom týchto javov v rodinách a aktívne uplatňovať svoje práva)
supervízie a/lebo koučing členiek odborného tímu projektu (10 hodín individuálnych a 5 hodín skupinových stretnutí, zamerané na reflexiu predsudkov a stereotypov odborníkov v téme a jej kontextoch, vrátane násillia a ďalších rizikových faktorov, na zvýšenie porozumenia širším kontextom, zvýšenia citlivosti a adresnosti odborných intervencií)
podcasty (3 podcasty, zamerané na zvýšenie povedomia o téme, zvýšenia porozumenia kontextom stigmatizácie, sebastigmatizácie a diskriminácie závislých osôb a ich blízkych a dôsledky týchto javov)
videodokument (voľne dostupný na webe organizácie, zameraný na tému stigmatizácie a diskriminácie závislých a ich blízkych s cieľom odkrývať a reflektovať predsudky a stereotypy ako prekážky úspešného zotavenia)
printové informačné materiály (informačné letáky tematicky orientované na príčiny, prejavy a dôsledky stigmatizácie závislých osôb a na odkrývanie predsudkov a stereotypov súvisiacich s témou, diagnostické karty pre odborníkov s odporúčaniami intervencií reflektujúcich špecifické potreby cieľovej skupiny)
záverečná odborná diskusia za okrúhlym stolom (zameraná na destigmatizáciu v téme, možnosti riešenia a prezentáciu výsledkov projektu a príkladov dobrej praxe).

Cieľové skupiny

Zraniteľné skupiny definované podľa jednotlivých dôvodov diskriminácie	<ul style="list-style-type: none"> • 2/ rod, • 10/ národný alebo sociálny pôvod, • 15/ iné postavenie
Cieľová skupina	<ul style="list-style-type: none"> • 1) Verejnosť • 13) Iné, špecifikujte:
Zdôvodnite výber cieľovej skupiny, veľkosť cieľovej skupiny a spôsob jej zapojenia sa do projektu	Závislí a ich blízki sú priamo ohrození stigmatizáciou a diskrimináciou, závislé ženy často aj domácim násillím, mnohí sú na hranici chudoby a soc. vylúčenia. Volili sme rôzne skupiny kvôli komplexnosti destigmatizácie. Pre závislých a ich blízkych plánujeme aktivity podpory a pomoci, pre odborníkov tréningy na scitlivenie, pre verejnosť voľne dostupné printové, video a audiovýstupy.

Miesto a čas realizácie

Vymenujte miesta/ oblasti realizácie projektu, kde sa bude projekt realizovať.	
priestory organizácie	
priestory odborníkov - poradcov projektu (pre poskytovanie individuálneho poradenstva)	
priestory vhodné na vzdelávacie aktivity pre odborníkov (podľa počtu účastníkov - priestory organizácie alebo priestory na to vhodné)	
verejné priestory vhodné na realizáciu podujatí s väčším počtom účastníkov (konferenčná miestnosť)	
Projekt bude realizovaný v období	2.9.2024 - 31.3.2025
Zdôvodnite výber miesta realizácie, prípadne uveďte	V organizácii budú realizované aktivity pre osoby so závislosťou a ich blízkych (zaručujú anonymitu a bezpečie) a vzdelávanie malých skupín

jeho bližšiu špecifikáciu	odborníkov. Pre väčšie skupiny a podujatia budú využívané verejné priestory zodpovedajúce požiadavkám (konferenčná miestnosť) a priestory odborníkov.
Spolupracujem s regionálnym partnerom/partnermi	NIE

Uvedte partnera/partnerov

--

Odborná garancia projektu

Meno a priezvisko garanta	Kvalifikácia a odbornosť garanta v danej oblasti
Denisa Šoltésová, doc. PhDr., PhD.	odborná garantka, lektorka a poradkyňa v projekte - riaditeľka organizácie, zodpovedná zástupkyňa za odbornú činnosť, lektorka, poradkyňa, supervízorka a vysokoškolská učiteľka (prax v téme viac ako 20 rokov)
Gabriela Šostáková, PhDr., Mgr.	lektorka a poradkyňa v projekte - sociálna poradkyňa v organizácii (prax s cieľovou skupinou viac ako 20 rokov)
Ľubica Libáková, Mgr., PhD.	lektorka a poradkyňa v projekte - sociálna poradkyňa v organizácii (prax s cieľovou skupinou viac ako 4 roky)
Kristína Kundrová, PhDr.	poradkyňa v projekte - psychologička organizácie a oddelenia sociálnoprávnej ochrany detí a sociálnej kurately
Barbora Sisáková, Mgr.	poradkyňa v projekte - sociálna poradkyňa organizácie
Monika Bosá, doc. Mgr., PhD.	koučka, lektorka, trénerka v projekte - vysokoškolská učiteľka, koučka, expertka v oblasti ľudských práv a násilia páchaného na ženách
Nicole Fuchsová, Mgr.	supervízorka, lektorka a dlhová poradkyňa v projekte - sociálna poradkyňa, supervízorka, expertka na finančnú gramotnosť, expertka v oblasti násilia páchaného na ženách
Petra Földešová, MUDr.	poradkyňa v projekte - psychiatrička v špecializácii medicína závislostí
Leszia Geci, MUDr.	lektorka a poradkyňa v projekte - psychiatrička v špecializácii pedopsychiatria
Duhančíková Katarína, Mgr.	lektorka a poradkyňa v projekte - psychologička
Budaiová Jana, Mgr.	poradkyňa v projekte - právnička
Pinková Marcela, Mgr.	projektová a finančná manažérka - ekonómka, účtovníčka, projektová manažérka organizácie

Predošlé skúsenosti žiadateľa s realizáciou aktivít a projektov v danej oblasti

Názov aktivity	Rok	Informácia o skúsenostiach	Počet zapojených osôb
Z bludiska závislostí	2021	4-ročný preventívno-intervenčný program (podpora Implementačnej agentúry), garantka v pozícii riaditeľky organizácie	198
Trojlistok - nové nástroje pre ľudí ohrozených chudobou a sociálnym vylúčením	2023	ročný intervenčný program inovácie služieb (podpora Implementačnej agentúry MPSVaR SR), garantka v pozícii odbornej garantky, projektovej manažérky, expertky	110
Zdraví občania - zdravé komunity - zdravé mesto I.	2018	osvetový a destigmatizačný projekt (podpora mesta Prešov), garantka v pozícii preventistky	284
Zdraví občania - zdravé komunity - zdravé mesto II.	2019	osvetový a destigmatizačný projekt (podpora mesta Prešov), garantka v pozícii preventistky	275

Zdraví občania - zdravé komunity - zdravé mesto III.	2020	osvetový a destigmatizačný projekt (podpora mesta Prešov), garantka v pozícii odbornej garantky, manažérky, lektorky, preventistky	85
Zdraví občania - zdravé komunity - zdravé mesto IV.	2021	osvetový a destigmatizačný projekt (podpora mesta Prešov), garantka v pozícii odbornej garantky, manažérky, lektorky, preventistky	92
Zdraví občania - zdravé komunity - zdravé mesto V.	2022	osvetový a destigmatizačný projekt (podpora mesta Prešov), garantka v pozícii odbornej garantky, manažérky, lektorky, preventistky	227
Zdraví občania - zdravé komunity - zdravé mesto VI.	2023	osvetový a destigmatizačný projekt (podpora mesta Prešov), garantka v pozícii odbornej garantky, manažérky, lektorky, preventistky	211
Preventívno-intervenčné psychosociálne ambulantné služby ako súčasť adiktologických sociálnych služieb v Prešovskom kraji	2018	preventívno-intervenčný program (podpora z PSK), garantka v pozícii poradkyne	157
Rozvoj kvality služieb v programe Celostný manažment pomoci závislým a ich rodinám	2019	preventívno-intervenčný program (podpora z PSK), garantka v pozícii poradkyne	173
Preventívno-intervenčné opatrenia ako súčasť celostného manažmentu pomoci závislým a ich rodinám	2020	preventívno-intervenčný program (podpora z PSK), garantka v pozícii poradkyne a preventistky	198
Ideme ďalej! Projekt preventívnych a intervenčných opatrení pre osoby a rodiny s rizikovým závislostným správaním	2021	preventívny program pre školy a väznice (podpora z PSK), garantka v pozícii odbornej garantky, projektovej manažérky, poradkyne a preventistky	124
Projekt preventívnych opatrení v rámci celostného manažmentu pomoci rodinám a osobám so závislostným správaním	2022	preventívny program pre školy a väznice (podpora z PSK), garantka v pozícii odbornej garantky, projektovej manažérky a preventistky	478
Program prevencie závislostného správania a závislostí	2023	preventívny program pre školy a väznice (podpora z PSK), garantka v pozícii odbornej garantky, projektovej manažérky, lektorky a preventistky	553
Kampaň na podporu rodín s deťmi: „Ako to zvládnuť v rodine so závislým dieťaťom...“	2022	preventívno-osvetový destigmatizačný program (podpora PSK), garantka v pozícii projektovej manažérky, garantky projektu, lektorky, poradkyne	143
Únik zo (spolu)závislosti	2024	destigmatizačný program (podpora Nórskeho finančného mechanizmu), garantka v pozícii odbornej garantky partnera a expertky v téme závislosti a spoluzávislosti	224
Drogy vo väzbe	2019	preventívny program pre ÚVTOS Prešov (garantka projektu v pozícii poradkyne)	86
Posilňovanie kompetencií sociálnych pracovníkov obcí PSK v problematike látkových a nelátkových závislostí	2017	vzdelávanie sociálnych pracovníkov v spolupráci so Slov. komorou soc. pracovníkov a asistentov soc. práce	17
Spolu a spoločne	2017	preventívny program (podpora mesta Prešov)	45
Rodinné terapeutické poradenstvo pre drogovú závislosť v PSK	2016	intervenčný program pre závislé osoby (podpora z PSK)	98
Rodinné sociálnoterapeutické poradenstvo pre oblasť látkových a nelátkových závislostí v Prešove	2016	poradenský program pre osoby so závislostným správaním (podpora z mesta Prešov)	16
Kompetentná a prosperujúca rodina	2015	poradenský program pre rodiny (podpora z mesta Prešov)	28

Mladí mladým	2015	podpora peer skupiny v spolupráci s IP FF PU v Prešove	96
Nová tvár Stromoradia	2014	podpora peer skupiny v organizácii v spolupráci s IUVENTa	22
Volwety - pomoc nezamestnaným ženám	2014	program podpory v spolupráci s UPSVaR Prešov a IEaSP FF PU v Prešove	23
Alkohol nie je neviniatko	2013	odborná diskusia a aktivity pre verejnosť (Nadácia Pivovaru Šariš)	67
Zdravé ženy - zdravá generácia	2013	aktivity pre ženy a odborná konferencia (Komunit. nadácia)	134
Poznámka	<p>Garantka projektu bola v pozícii riešiteľky a/lebo projektovej manažérky aj v programoch VEGA (1/0457/03, 1/3649/06, 1/0927/14, 1/0146/14, 1/0134/17, 1/0288/17), PHARE (2003-004-995-03-11-014 Ženy ženám), Projekte EQUAL kód ITMS 15110100001: Šanca na nový začiatok.</p> <p>Organizácia má dlhoročné skúsenosti s realizáciou projektov prevencie a intervencie v danej téme, vrátane destigmatizačných podujatí.</p>		

Aktivity a výstupy

AKTIVITY A VÝSTUPY

Názov aktivity	Miesto konania	Začiatok realizácie	Ukončenie realizácie	Výstupy
<p>Skupinové zážitkové workshopy: min. 3 špecificky tematicky orientované workshopy pre dospelé osoby so závislosťou, min. 3 workshopy pre závislé ženy zažívajúce násilie, min. 3 workshopy pre dospelé spoluzávislé osoby a min. 3 zážitkové workshopy pre deti / mladých ľudí z rodín so závislým rodičom. Workshopy reflektujú špecifické potreby daných cieľových skupín a sú orientované na reflexiu stigmatizácie a sebastigmatizácie závislých ľudí a ich blízkych (príčiny, prejavy, následky), na zvýšenie kompetencií pre efektívne konanie, na posilňovanie a zmocňovanie účastníkov pre aktívne uplatňovanie svojich práv.</p>	priestory organizácie	2.9.2024	17.3.2025	12 zážitkových workshopov pre min. 60 osôb
<p>Tréningy pre odborníkov a odborníčky pomáhajúcej praxe (zamerané na reflexiu a zníženie predsudkov a stereotypov, porozumenie príčinám, prejavom a dôsledkom stigmatizácie a diskriminácie cieľovej skupiny, reflexiu vlastných odborných skúseností v kontexte témy, zvýšenie citlivosti voči špecifickým potrebám cieľovej skupiny a nácvik adresných odborných intervencií)</p>	priestory organizácie, priestory na to vhodné	1.10.2024	28.2.2025	5 tréningov pre min. 50 osôb
<p>Individuálne odborné poradenstvo pre závislé osoby a pre ich blízkych (individuálne poradenské intervencie podľa potrieb zúčastnených osôb - psychologické, psychiatrické, sociálnoprávne, sociálne, dlhové, právne poradenstvo)</p>	priestory organizácie, priestory poradcov	2.9.2024	31.3.2025	30 hodín individuálneho odborného poradenstva

Sociálne tréningy pre rodiny so závislým členom alebo členkou (min. 20 hodín tréningu pre rodiny zameraného na zvýšenie porozumenia kontextom stigmatizácie a diskriminácie, na posilnenie schopností čeliť následkom týchto javov v rodinách a aktívne uplatňovať svoje práva)	priestory organizácie, priestory vhodné na účel v regióne	4.11.2024	28.2.2025	20 tréningových hodín pre min. 4 rodiny
Supervízie a/lebo koučing členiek odborného tímu projektu (zamerané na reflexiu predsudkov a stereotypov odborníkov v téme a jej kontextoch, vrátane násilia a ďalších rizikových faktorov, na zvýšenie porozumenia širším kontextom, zvýšenia citlivosti a adresnosti odborných intervencií)	priestory organizácie, priestory kouča / supervízora	2.9.2024	17.3.2025	10 individuálnych a 5 skupinových hodín supervízie / koučingu
Podcasty (zamerané na zvýšenie povedomia o téme, zvýšenia porozumenia kontextom stigmatizácie, sebastigmatizácie a diskriminácie závislých osôb a ich blízkych a dôsledky týchto javov)	priestory organizácie	1.10.2024	31.12.2024	3 voľne dostupné podcasty
Videodokument (zameraný na tému stigmatizácie a diskriminácie závislých a ich blízkych a na odkrývanie predsudkov a stereotypov ako prekážok úspešného zotavenia)	priestory organizácie	1.1.2025	17.3.2025	1 voľne dostupný videodokument
Printové informačné materiály - informačné letáky (tematicky zamerané na príčiny, prejavy a dôsledky stigmatizácie závislých osôb a na odkrývanie predsudkov a stereotypov v téme distribuované u odborníkov a v komunite) a diagnostické karty pre odborníkov (účastníkov vzdelávacích aktivít)	región PSK	1.10.2024	31.3.2025	informačné letáky - 3000 kusov distribuovaných v regióne diagnostické karty - 100 kusov distribuovaných odborníkom - účastníkom vzdelávania
Záverečná odborná diskusia za okrúhlym stolom (zameraná na riešenie problematiky, možnosti riešenia a prezentáciu výsledkov projektu a príkladov dobrej praxe).	konferenčné priestory v regióne	3.3.2025	31.3.2025	1 záverečná odborná diskusia

Merateľné ukazovatele

Presne uvedte merateľné ukazovatele hodnotenia úspešnosti projektu	12 zážitkových workshopov pre min. 60 osôb 5 tréningov pre odborníkov a odborníček / min. 50 osôb 30 h. odborného individuálneho poradenstva 20 h. tréningu pre rodiny / 4 zapojené rodiny 15 h. supervízie/koučingu odb. tímu 3 podcasty 1 videodokument 3000 ks informačných letákov distribuovaných v regióne 100 ks diagnostických kariet distribuovaných odborníkom 1 odborná diskusia
--	--

Udržateľnosť projektu

<p>Organizácia trinásť rok pôsobí v oblasti prevencie a pomoci cieľovej skupine a projektom dopĺňa svoju hlavnú činnosť o aktivity, ktoré inovujú poskytované služby, umožňujú intenzívnejšiu prácu s jednotlivcom i</p>
--

komunitou. Vzhľadom na dlhodobé a kontinuálne viaczdrojové financovanie organizácie je možné aktivity po ukončení projektu začleniť do portfólia odbornej činnosti, kde sa stanú súčasťou programu celostného manažmentu pomoci závislým a ich blízkym. Dotačné programy v minulosti organizácii opakovane umožnili inováciu programov prevencie aj intervencie a po ich ukončení boli zaradené do poskytovaných služieb. Výsledky vzdelávacích a tréningových aktivít sa stanú súčasťou odbornej výbavy zúčastnených odborníkov.

Publicita

Uvedte predpokladané mediálne pokrytie projektu

Všetky informácie o projekte budú zverejňované v súlade s požadovaným označením. Publicita projektu bude zabezpečená zverejnením požadovaných informácií o projekte na webe a sociálnych sieťach organizácie, na printových a v audio či video výstupoch projektu, na viditeľných miestach v organizácii i na realizovaných podujatiach, v časopise organizácie Echo (distribúovaný celoslovensky a dostupný aj online), v tlačových správach (min. 2).

Prehľad poskytnutých finančných prostriedkov za posledné tri roky

Rok	Štátny orgán	Názov projektu	Celkové náklady na projekt	Dotácia od orgánov štátnej správy
2023	MPSVaR SR, OP Ľudské zdroje	Trojlistok - nové nástroje pre ľudí ohrozených chudobou a sociálnym vylúčením	196063	186260
2021	MPSVaR SR, OP Ľudské zdroje	Z Bludiska závislostí	244286	232072
2024	MIRRI SR a Nórsky finančný mechanizmus	Únik zo (spolu)závislosti (organizácia v pozícii Partnera)	179330	152430

Rozpočet projektu

UPOZORNENIE

V rámci jednotlivých položiek štruktúrovaného rozpočtu projektu je prijímateľ oprávnený vykonať zmenu štruktúry výdavkov do výšky 15 %, pričom celková výška výdavkov štruktúrovaného rozpočtu musí byť zachovaná. V tomto prípade sa nevyžaduje dodatok k zmluve.

Pre zamedzenie pochybností zmena štruktúry výdavkov vyššia ako 15 % v rámci jednotlivých položiek štruktúrovaného rozpočtu projektu je možná len na základe písomného dodatku k zmluve.

ŠTRUKTÚROVANÝ ROZPOČET

V prípade, že máte otázky ohľadom tvorby rozpočtu, prosím, kontaktujte Ing. Lanátorovú, 02/ 888 91 427, alexandra.lanatorova@justice.sk, alebo Mgr. Bielu, 02/888 91 578, katarina.biela@justice.sk

Postupujte podľa **Usmernenia k vyúčtovaniu, oprávnenosti a neoprávnenosti výdavkov a zúčtovaniu dotácií**

A: OSOBNÉ VÝDAVKY (pracovná zmluva, DVOP, a pod.)**13 100,00 €**

Položka	Počet jednotiek	Cena za jednotku	Jednotky	Spolu
odborná garantka projektu	70	25,00 €	hod.	1 750,00 €
projektová manažérka	70	25,00 €	hod.	1 750,00 €
lektorka zážitkového workshopu (príprava a vedenie workshopov)	60	30,00 €	hod.	1 800,00 €
lektorka tréningu pre odborníkov (príprava a vedenie tréningov)	90	40,00 €	hod.	3 600,00 €
lektorka sociálneho tréningu pre rodiny (príprava a vedenie tréningov)	60	40,00 €	hod.	2 400,00 €
supervízorka / koučka pre členov odborného tímu	15	60,00 €	hod.	900,00 €
odborná poradkyňa	30	30,00 €	hod.	900,00 €

kategória

Celkom

B: CESTOVNÉ VÝDAVKY**0,00 €**

Položka	Počet jednotiek	Cena za jednotku	Jednotky	Spolu
-	0	0,00 €		0,00 €

kategória

Celkom

C: TOVARY A SLUŽBY (vyplácané na faktúru, podkladom je objednávka resp. príkazná/mandátna zmluva, zmluva o dielo)**5 980,00 €**

Položka	Počet jednotiek	Cena za jednotku	Jednotky	Spolu
grafické návrhy a spracovanie informačných materiálov	4	60,00 €	ks	240,00 €
grafický návrh a zalomenie diagnostických kariet	1	120,00 €	ks	120,00 €
tlač informačných materiálov	2700	0,70 €	ks	1 890,00 €
tlač diagnostických kariet	100	7,00 €	ks	700,00 €
nahrávka a strih podcastov	3	150,00 €	ks	450,00 €
nahrávka a strih videodokumentu	1	1 100,00 €	ks	1 100,00 €
prenájom konferenčného priestoru	1	400,00 €	deň	400,00 €
občerstvenie účastníkov projektu	180	6,00 €	osoba	1 080,00 €

kategória

Celkom

D: ADMINISTRATÍVNE VÝDAVKY**0,00 €**

Položka	Počet jednotiek	Cena za jednotku	Jednotky	Spolu
-	0	0,00 €	-	0,00 €

kategória

Celkom

E: INÉ OPRÁVNENÉ VÝDAVKY

560,00 €

Položka	Počet jednotiek	Cena za jednotku	Jednotky	Spolu
kancelárske potreby	7	80,00 €	mesiac	560,00 €

Celkom

SPOLU (dotácia)

19 640,00 €

SPOLUFINANCOVANIE - ROZPOČET

kategória

Celkom

NÁKLADY financované z vlastných zdrojov

1 260,00 €

Položka	Počet jednotiek	Cena za jednotku	Jednotky	Spolu
finančná manažérka projektu	70	15,00 €	hod.	1 050,00 €
tlač informačných materiálov	300	0,70 €	ks	210,00 €

Celkom

SPOLUFINANCOVANIE CELKOM

1 260,00 €

SPOLU (dotácia) A SPOLUFINANCOVANIE

SPOLU (dotácia) A SPOLUFINANCOVANIE

20 900,00 €

KOMENTÁR K ŠTRUKTÚROVANÉMU ROZPOČTU

Osobné výdavky:

- odborná garantka projektu: 7 mesiacov trvania projektu X 10 hodín/mesačne X 25 eur (cena práce) / hodinu = 1750 eur
- projektová manažérka: 7 mesiacov trvania projektu X 10 hodín/mesačne X 25 eur (cena práce) / hodinu = 1750 eur
- lektorka zážitkového workshopu: 12 workshopov (90 minút) vedených 2 lektorkami + 12 hodín prípravy na vedenie workshopov x 2 lektorky = 60 hodín X 30 eur (cena práce / hodinu) = 1800 eur
- lektorka tréningu pre odborníkov (príprava a vedenie tréningov): 5 tréningov (8 hodín) x 2 lektorky + 5 hodín prípravy x 2 lektorky = 90 hodín X 40 eur / hodinu = 3600 eur
- lektorka sociálneho tréningu pre rodiny (príprava a vedenie tréningov): 20 hodín tréningu x 2 lektorky + 10 hodín prípravy x 2 lektorky = 60 hodín X 40 eur / hodinu (cena práce) = 2400 eur
- supervízorka / koučka pre členky odborného tímu: 15 hodín x 60 eur / hodinu (cena práce - cena odporúčaná Asociáciou supervízorov a sociálnych poradcov) = 900 eur
- odborná poradkyňa: 30 hodín poradenstva x 30 eur (cena práce) / hodinu = 900 eur

Tovary a služby:

- grafické návrhy a spracovanie informačných materiálov: 4 typy informačných letákov X 10 hodín práce / 1 leták x 6 eur / hodina grafickej

práce = 4 letáky X 60 = 240 eur

- grafický návrh a zalomenie diagnostických kariet: 20 hodín práce X 6 eur / hodina grafickej práce = 120 eur

- tlač informačných letákov: 2700 kusov, plnofarebná tlač, formát DL obojstranný X 0,70 eur / hárok = 2500 x 0,70 eur / hárok = 1890 eur

- tlač diagnostických kariet: 100 kusov, plnofarebná obojstranná tlač, kovová hrebeňová väzba x 7 eur / kus = 700 eur

- nahrávka a strih podcastov: 3 podcasty á 150 eur (cena služby zahŕňa kompletne nahrávanie s digitálnou úpravou a doplnením požadovaných informácií o projekte) = 450 eur

- nahrávka a strih videodokumentu: 1 dokument á 1100 eur (cena služby zahŕňa kompletne nahratie, strih, digitálnu úpravu, doplnenie požadovaných vizuálnych a zvukových doplnkov) = 1100 eur

- prenájom konferenčného priestoru: na 1 deň (zabezpečenie prípravy a realizácie záverečnej odbornej diskusie v konferenčných priestoroch vybavených vhodnou prezentačnou a ozvučovacíou technikou) = 400 eur (obvyklá cena prenájmu na 10 hodín v konferenčných priestoroch v meste)

- občerstvenie účastníkov projektu: minimálny predpokladaný počet účastníkov projektu je 180 (občerstvenie bude zabezpečované len pri aktivitách workshopy, tréningy a odborná diskusia) x 6 eur / osobu = 1080 eur

Iné oprávnené výdavky:

- kancelárske potreby - predpokladáme bežné náklady (kancelársky papier, náplne do tlačiarňí, písacie potreby), ako aj doplnkový kancelársky materiál (flipchartové papiere, písacie potreby a fixy, kreatívne potreby pre zážitkové workshopy a pod.) - predpokladáme mesačné náklady do výšky 80 eur (obvyklé náklady pri podobnom type projektu) x 7 mesiacov = 560 eur

Spolufinancovanie:

- finančná manažérka: 7 mesiacov trvania projektu X 10 hodín/mesačne X 15 eur (cena práce) / hodinu = 1050 eur

- tlač informačných letákov: 300 kusov, plnofarebná tlač, formát DL obojstranný X 0,70 eur / hárok = 300 x 0,70 eur / hárok = 210 eur

Celkové náklady na projekt potrebné na krytie účelu použitia	20 900,00 €
Výška požadovanej dotácie v eurách	19 640,00 €
Vlastné zdroje financovania projektu v eurách	1 260,00 €
Miera spolufinancovanie v percentách vypočítaná z celkovej sumy - minimálne 5%	6.03%