**Załącznik nr 1**

……….……………….………………

Data i miejsce złożenia projektu

(wypełnia organ administracji publicznej)

………………………..

.……………………….

………………………..

………………………..

(dane oferenta / oferentów)

**PROJEKT / OFERTA**

**na realizację zadania w 2023 roku w ramach Gminnego Programu Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2022-2025.**

**Zadanie 1. Realizowanie programów z zakresu profilaktyki uzależnień**

…………………………………………………………………………

Numer i nazwa zadania ( zgodna z ogłoszeniem)

Okres realizacji:  
(zgodny z załączonym harmonogramem)

od **23.01.2023** r. do **23.06.2023**

Osoby które **nie będą** realizowały zajęć / warsztatów w styczniu (podczas ferii zimowych) prosimy o wpisanie terminu realizacji zadania od **lutego!I. Dane wnioskodawcy**

1. Imię i nazwisko: ..............................................................................................................................................................

2. Dokładny adres:

miejscowość: ......................................................... ul.: .......................................................................

nr budynku:…………… Nr lokalu………….kod pocztowy: …………...…poczta: …………….… tel.: ................................................. e-mail: ......................................................

**Dane drugiego wnioskodawcy (jeśli dotyczy):**

1. Imię i nazwisko: ..............................................................................................................................................................

2. Dokładny adres:

miejscowość: ......................................................... ul.: .......................................................................

nr budynku:…………… Nr lokalu………….kod pocztowy: …………...…poczta: …………….… tel.: ................................................. e-mail: ......................................................

**II. Informacje na temat programu, realizowanego w obrębie zadania publicznego**

1. Nazwa programu / tytuł zadania

|  |
| --- |
| **Program „Przyjaciele Zippiego”**  **Program zajęć socjoterapeutycznych dla dzieci „Nauka i zabawa to super sprawa”**  **Profilaktyczne zajęcia sportowe „Warto żyć na sportowo”** |

1. Wstępna diagnoza potrzeb uczestników programu z zaznaczeniem poziomu profilaktyki

|  |
| --- |
| W przypadku realizacji zadania w szkole – można się odwołać do szkolnego programu wychowawczo-profilaktycznego i diagnozy szkolnej.  Program wychowawczo-profilaktyczny powinien stanowić odpowiedź na potrzeby  i trudności danej społeczności szkolnej.  Z diagnozy szkolnej, z informacji od pedagoga szkolnego, nauczycieli i wychowawców o raz w wyniku obserwacji zachowań uczniów stwierdzono:  - potrzebę stymulowania rozwóju społeczno-emocjonalnego, wśród części uczniów, poprzez udział w zajęciach socjoterapeutycznych;  -potrzebę realizacji zajęć o charakterze profilaktycznym, w celu kształtowania umiejętności psychospołecznych uczniów, rozwoju umiejętności radzenia sobie z trudnościami i współistnienia w społeczeństwie;  - potrzebę promowania zdrowego stylu życia;  - potrzebę kontrolowanie wśród uczniów negatywnych zachowań i emocji w stosunku do siebie i innych itp.  Realizowany program jest z zakresu profilaktyki uniwersalnej adresowanej do całych grup (populacji) bez względu na stopień indywidualnego ryzyka występowania problemów alkoholowych, nikotynowych, narkotykowych lub problemów związanych z innymi substancjami psychoaktywnymi.  **Poziomy profilaktyki:**  **Profilaktyka uniwersalna** – ukierunkowana na całe populacje. Są to działania adresowane do całych grup (populacji) bez względu na stopień indywidualnego ryzyka występowania problemów alkoholowych, nikotynowych, narkotykowych lub problemów związanych z innymi substancjami psychoaktywnymi. Ich celem jest zmniejszanie lub eliminowanie czynników ryzyka sprzyjających rozwojowi tych problemów w danej populacji. Działania uniwersalne mogą dotyczyć na przykład populacji dzieci i młodzieży w wieku gimnazjalnym, populacji młodych dorosłych, populacji rodziców posiadających dzieci w wieku szkolnym, itd. Do działań z zakresu profilaktyki uniwersalnej należą szkolne programy profilaktyczne adresowane do całej populacji dzieci wchodzących w okres pierwszych eksperymentów z substancjami psychoaktywnymi, programy podnoszenia umiejętności wychowawczych rodziców dzieci w określonym wieku, programy edukacyjne adresowane do kierowców itd.  **Profilaktyka selektywna** – ukierunkowana na jednostki i grupy zwiększonego ryzyka. Ten poziom profilaktyki jest adresowany do jednostek lub grup, które ze względu na swoją sytuację społeczną, rodzinną, środowiskową lub uwarunkowania biologiczne są narażone na większe od przeciętnego ryzyko wystąpienia problemów alkoholowych, narkotykowych, nikotynowych lub lekowych. Przykładem profilaktyki selektywnej mogą być działania edukacyjne, opiekuńcze i rozwojowe podejmowane wobec dzieci pochodzących z rodzin dysfunkcyjnych, dzieci z rozbitych rodzin, dzieci rodziców chorych psychicznie itd. Działania z tego poziomu profilaktyki są podejmowane ze względu na sam fakt przynależności do takiej grupy, czyli np. bycie dzieckiem osoby uzależnionej od alkoholu, a nie ze względu na występowanie zaburzeń lub problemów psychicznych u takich dzieci. Profilaktyka selektywna jest wiec z definicji przede wszystkim działaniem uprzedzającym, a nie naprawczym.  **Profilaktyka wskazująca** – ukierunkowana na jednostki lub grupy wysokiego ryzyka, demonstrujące pierwsze symptomy problemów alkoholowych, narkotykowych, pierwsze objawy zaburzeń psychicznych. Są to działania profilaktyczne adresowane do osób (grup osób), które mają bardzo wysoki indywidualny poziom ryzyka rozwoju problemów i jednocześnie demonstrują wczesne symptomy problemów alkoholowych/narkotykowych lub/i innych problemów psychicznych. |

1. Cele programu (główny, szczegółowe, z określeniem czynników ryzyka, jakie program ma redukować oraz czynników chroniących, jakie ma wzmacniać)

|  |
| --- |
| Głównym celem zajęć sportowych jest wszechstronny rozwój osobowości wychowanka. Cel główny osiągnięty zostanie poprzez realizację celów szczegółowych:  1. Kontrolowanie własnych negatywnych zachowań i emocji w stosunku do siebie i innych.  2. Kształtowanie wrażliwości na przejawy cierpienia fizycznego i psychicznego.  3. Wdrażanie do utrzymywania higieny osobistej i otoczenia.  4. Zapobieganie zachowaniom naruszającym spójność grupy (skarżenie, kłótnie, dokuczanie).  5. Rozładowanie napięć i energii nagromadzonej podczas pobytu w szkole, wprowadzenie w pogodny i radosny nastrój.  6. Kształtowanie szacunku do innych osób zwłaszcza słabszych i mniej sprawnych.  7. Rozwijanie postawy asertywności.  8. Eksponowanie pozytywnych zachowań ćwiczących.  9. Rozwijanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.  10. Ukazywanie zasad właściwego współdziałania w grupie, w zespole.  11. Rozwijanie zainteresowań i umiejętności ruchowych ćwiczącego.  12. Wdrażanie do aktywnego uczestnictwa w kulturze fizycznej w środowisku rówieśniczym i rodzinnym.  13. Wyzwalanie potrzeby samodoskonalenia i samowychowania.  W związku z występowaniem ryzyka sięgania przez dzieci i młodzież po środki psychoaktywne (alkohol, papierosy, dopalacze, narkotyki) określić można:  - czynniki ryzyka (które mają związek z występowaniem zachowań ryzykownych)  - czynniki chroniące (które wzmacniają zdrowie i pozytywne funkcjonowanie oraz mogą chronić przed sięganiem po środki psychoaktywne)  **CZYNNIKI RYZYKA**  Są to cechy indywidualne jednostki, środowiska rodzinnego szkolnego, rówieśniczego, najbliższego otoczenia społecznego i makrospołecznego, które mają związek z występowaniem zachowań ryzykownych, chorób i zaburzeń zdrowia psychicznego.  Przykłady wybranych czynników ryzyka:   * **Cechy indywidualne jednostki** - np. temperament wyrażający się impulsywnością, nadpobudliwością, częstym negatywnym nastrojem, porywczością, smutkiem, brakiem równowagi emocjonalnej, złością, płaczem; duże zapotrzebowanie na stymulację (potrzeba wrażeń). * **Czynniki rodzinne** - np. niski status socjoekonomiczny, uzależnienia i choroby psychiczne rodziców, zakłócenia relacji rodzic - dziecko, rozwód lub separacja rodziców, nieprawidłowa realizacja ról rodzicielskich, chroniczne konflikty z udziałem dziecka, doświadczenia traumatyczne, brak kontroli i wsparcia ze strony rodziców, niewystarczające umiejętności wychowawcze rodziców, negatywne wzory starszego rodzeństwa. * **Czynniki szkolne** - niepowodzenia w nauce, negatywny stosunek do szkoły, problemy z zachowaniem w szkole, niski poziom nauczania i opieki w szkole (zły klimat społeczny szkoły, brak wsparcia ze strony nauczycieli, ekspozycja na przemoc w szkole). * **Czynniki związane z rówieśnikami** - zachowania problemowe rówieśników, spostrzeganie aprobaty dla tych zachowań przez znaczących kolegów/koleżanki, odrzucenie przez rówieśników. * **Czynniki środowiskowe** - wysoka dostępność substancji psychoaktywnych w środowisku, wysoki poziom zagrożenia przestępczością, niekorzystne warunki ekonomiczne. * **Czynniki makrospołeczne związane z działaniem mediów i popkulturą** - ekspozycja na negatywne przekazy medialne (akty przemocy, modelowanie agresji, reklamy alkoholu, leków).   **CZYNNIKI CHRONIĄCE**  Są to te właściwości indywidualne, cechy środowiska rodzinnego, szkolnego, rówieśniczego, najbliższego otoczenia społecznego oraz środowiska makrospołecznego, które wzmacniają zdrowie i pozytywne funkcjonowanie jednostki.  **Przykłady wybranych czynników chroniących:**   * **Cechy indywidualne jednostki** - np. zdolność koncentracji uwagi, radzenie sobie z negatywnymi emocjami, pozytywny obraz własnej osoby, * **Czynniki rodzinne** - np. dobre relacje z rodzicami, więź z rodziną, ciepło, spójność, posiadanie jasno sprecyzowanych oczekiwań, zaangażowanie rodziców w sprawy dziecka. * **Czynniki szkolne** - np. wsparcie nauczycieli, poczucie przynależności do szkoły, pozytywne osiągnięcia szkolne, pozytywny klimat społeczny, poczucie bezpieczeństwa w szkole. * **Czynniki związane z rówieśnikami** - np. posiadanie prospołecznych rówieśników, otaczanie się rówieśnikami, którzy sami nie zachowują się w sposób problemowy. * **Czynniki środowiskowe** - np. przyjazne i bezpieczne sąsiedztwo, niski poziom bezrobocia, przestępstw, dobra dostępność do opieki. * **Pozarodzinny system wsparcia (osoby dorosłe spoza rodziny)** - system, który zachęca (stymuluje) dzieci do pokonywania trudności i wzmacnia je poprzez wpajanie pozytywnych wartości. |

1. Szczegółowy sposób realizacji zadania publicznego

* Główne założenia programu realizowanego jako zadanie publiczne, opis realizacji uwzględniający specyfikę programu, rodzaj i zakres poszczególnych zadań realizowanych w ramach programu, liczba osób objętych programem (w tym liczba grup), sposób rekrutacji uczestników.

|  |
| --- |
| Program zajęć sportowych realizowanych z młodzieżą o charakterze profilaktycznym. Programem zostanie objęta jedna grupa licząca 12 uczestników. Uczestnikami będą dzieci w wieku 8-9 lat z Gminy Morąg. Uczestnicy wezmą udział w 15 warsztatach. Czas trwania pojedynczego warsztatu to 2 h. |

1. Realizowane strategie profilaktyczne

|  |
| --- |
| Program będzie realizowany z wykorzystaniem strategii**: rozwijania umiejętności życiowych** oraz **pracy z rodzicami**. Uczestnicy programu nabędą umiejętności życiowe takie jak: budowanie pozytywnego obrazu samego siebie, rozwiązywanie konfliktów, umiejętności komunikacyjne, nawiązywanie przyjaźni, radzenie sobie ze stresem, kontrolowanie własnych stanów emocjonalnych, odmawianie w sytuacji presji rówieśniczej, relaksacja.  Ponadto program zakłada także angażowanie rodziców w działania profilaktyczne obejmujące ich dzieci poprzez organizowanie spotkań z rodzicami i wykonywanie wspólnych zadań z dziećmi.  Strategie profilaktyczne to sposoby postępowania mające istotny wpływ na osiągnięcie założonych w programach profilaktycznych celów. Ich głównym założeniem jest osłabianie czynników ryzyka i wzmacnianie czynników chroniących, a w konsekwencji zapobieganie rozwojowi zachowań ryzykownych dzieci i młodzieży.  **Rozwijanie umiejętności życiowych** - Strategia polega na rozwijaniu umiejętności życiowych młodzieży niezbędnych do realizacji zadań rozwojowych i zaspokajania potrzeb psychologicznych w sposób, który nie będzie stanowił zagrożenia dla ich zdrowia i życia oraz nie będzie naruszał przyjętych norm społecznych.  Zestaw umiejętności życiowych, w które wyposaża się młodzież w ramach omawianej strategii, obejmuje:   * budowanie pozytywnego obrazu samego siebie, * rozwiązywanie konfliktów, * umiejętności komunikacyjne, * nawiązywanie przyjaźni, * radzenie sobie ze stresem, * kontrolowanie własnych stanów emocjonalnych, * odmawianie w sytuacji presji rówieśniczej, * relaksacja.   Deficyty w zakresie tych umiejętności sprzyjają używaniu substancji psychoaktywnych i rozwijaniu zachowań ryzykownych.  Przykłady takich programów stanowią programy znajdujące się w banku programów rekomendowanych, takie jak: Spójrz Inaczej, Unplugged.  **Edukacja normatywna** - polega na kształtowaniu i wzmacnianiu norm przeciwnych używaniu substancji psychoaktywnych lub angażowaniu się w inne zachowania problemowe, np. w zachowania przemocowe. Celem programów opartych na strategii edukacji normatywnej jest więc korygowanie błędnych przekonań normatywnych (np. przekonania, że większość nastolatków przyjmuje środki psychoaktywne) i osłabianiu odczuwanej presji społecznej (np. przekonania, że skoro wszystkie nastolatki biorą narkotyki, ja też powinienem to zrobić).  Przykłady programów profilaktycznych: Korekta, Debata.  **Budowanie więzi ze szkołą** - opiera się na założeniu, że uczestniczenie w życiu szkoły, poczucie przynależności do szkoły oraz wspierające postawy nauczycieli są czynnikami chroniącymi młodzież przed angażowaniem się w ryzykowne lub problemowe zachowania.  Programy ukierunkowane są na: rozwijaniu dobrych relacji interpersonalnych pomiędzy nauczycielami i uczniami oraz ich rodzicami, zwiększanie udziału nauczycieli i uczniów w podejmowaniu ważnych decyzji dotyczących życia szkoły, wprowadzanie nieprzemocowych sposobów utrzymywania dyscypliny przez nauczycieli, zapewnianie bezpieczeństwa fizycznego i emocjonalnego w szkole, kształtowanie zdecydowanej postawy pracowników szkoły wobec antyspołecznych zachowań uczniów itp.  Przykłady programów profilaktycznych: Program Szkół Promujących Zdrowie, Golden Five.  **Praca z rodzicami -** polega na rozwijaniu umiejętności wychowawczych rodziców. Teoria zakłada, iż dzieci uczą się różnych zachowań, obserwując i naśladując zachowania osób znaczących, we wcześniejszych okresach rozwoju – rodziców, a w późniejszym wieku – rówieśników i innych dorosłych. Główne sposoby pracy z rodzicami w ramach omawianej strategii to: dostarczanie rodzicom wiedzy z zakresu rozwoju psychospołecznego dzieci (szczególnie wiedzy o prawidłowościach rozwojowych na etapie dojrzewania), informacji o konsekwencjach używania substancji psychoaktywnych przez młodzież i o sygnałach ostrzegawczych oraz wzmacnianie kompetencji wychowawczych rodziców (porozumiewanie się z dzieckiem, budowanie wspierających relacji, ustanawianie granic i wprowadzanie zasad, rozwiązywanie konfliktów itp.). Większość profesjonalnych programów profilaktycznych zakłada także angażowanie rodziców w działania profilaktyczne obejmujące ich dzieci, np. poprzez organizowanie spotkań z rodzicami, wykonywanie wspólnych zadań z dziećmi.  Przykłady programów: Szkoła dla Rodziców i Wychowawców, Domowi Detektywi, Fantastyczne Możliwości, Unplugged, Golden Five.  **Wsparcie mentorów -** Strategia ta opiera się na wynikach badań wskazujących na istotną rolę posiadania w wieku dojrzewania wspierającej osoby dorosłej spoza rodziny, która pełni rolę mentora towarzyszącego młodemu człowiekowi w pokonywaniu trudności życiowych. Strategia ta ma istotne zastosowanie na poziomie profilaktyki selektywnej i wskazującej w odniesieniu do młodzieży z grupy podwyższonego ryzyka. Wspierający dorośli, np. nauczyciele, trenerzy, czy młodzieżowi doradcy odgrywają wielką rolę w budowaniu odporności u uczniów narażonych na działanie wielu poważnych czynników ryzyka. Jeśli stwarzają przyjazne i bezpieczne środowisko uczenia się, dostarczają pozytywnych wzorców zachowań i okazji do doświadczenia sukcesu oraz wspierają w rozwiązywaniu konkretnych problemów życiowych, to tym samym uruchamiają bardzo ważne czynniki chroniące. Wielu badaczy podkreśla, iż młodzi ludzie z problemami doświadczający opieki i wsparcia w środowisku szkolnym czy społeczności lokalnej rzadziej demonstrują zachowania problemowe.  Przykłady programów: Śnieżna Kula, Program Starszy Brat, Starsza Siostra.  **Strategia przekazywania informacji** - strategie informacyjne polegają na przekazywaniu wiedzy na temat rozpowszechnienia używania i nadużywania substancji psychoaktywnych (lub innych zachowań ryzykownych) oraz konsekwencji takich zachowań, umożliwiając w ten sposób dokonywanie racjonalnego wyboru. Podstawą strategii jest przekonanie, że ludzie podejmują ryzykowne zachowania, ponieważ nie znają ich następstw.  **Konstruktywne spędzanie czasu wolnego (programy alternatyw**) - Celem tej strategii jest umożliwienie młodzieży zaspokojenia istotnych potrzeb psychicznych i poczucia satysfakcji życiowej poprzez zaangażowanie się w pozytywną działalność społeczną, artystyczną, sportową itp. Uczestnictwo w konstruktywnych zajęciach jest alternatywą dla poszukiwania doznań psychicznych i zaspokajania ważnych rozwojowo potrzeb poprzez zachowania ryzykowne (picie alkoholu, używanie narkotyków, antyspołeczne zachowania). Przykładem takich działań mogą być: zajęcia w klubach sportowych, koła zainteresowań, teatry amatorskie, turystyka, harcerstwo, szkoły przetrwania itp. Strategie te mogą mieć zwłaszcza zastosowanie na poziomie profilaktyki wskazującej wobec dzieci i młodzieży zaniedbanej wychowawczo, która nie ma możliwości podniesienia własnej samooceny poprzez osiąganie sukcesów, rozwoju zainteresowań, czy też realizowania swojej potrzeby aktywności. |

1. Metody pracy

|  |
| --- |
| W czasie trwania zajęć zostaną zastosowane następujące metody pracy:  - pogadanka,  - dyskusja,  - pokaz z objaśnieniem,  - metoda sytuacyjna,  - giełda pomysłów,  - zajęcia praktyczne.  Podczas spotkań przeważać będzie forma pracy zespołowej/ samodzielnej. |

**III. Termin i miejsce realizacji zadania (dokładny adres)**

|  |
| --- |
| Zadanie publiczne realizowane w okresie od 21.09.2022 r. do 16.12.2022 w Szkole Podstawowej nr 1 w Morągu (ul. Mickiewicza 25). |

**IV. Harmonogram planowanych działań w zakresie realizacji zadania publicznego z podaniem terminów ich rozpoczęcia i zakończenia**

Zadanie publiczne realizowane w okresie od **23.01.2023** r. do **23.01.2023**

**Szczegółowy harmonogram realizacji programu**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Temat zajęć** | **Osoba prowadząca** | **Czas trwania zajęć i godziny, w których odbywają się zajęcia** | **Miejsce zajęć** | **Termin realizacji zajęć** |
| **1.** | **Zajęcia socjoterapeutyczne 1….** | Kamila Jankowska | 2 h | Szkoła Podstawowa nr 1 | styczeń 2023 |
| **2.** | **Zajęcia socjoterapeutyczne 2….** | Kamila Jankowska | 2 h | Szkoła Podstawowa nr 1 | luty 2023 |
| **3.** | **Zajęcia socjoterapeutyczne 3….** | Kamila Jankowska | 2 h | Szkoła Podstawowa nr 1 | luty 2023 |

**V. Kompetencje osoby/osób zapewniające wykonanie zadania wraz z ich zakresem obowiązków**

|  |
| --- |
| Autor programu: Adam jankowski– nauczyciel wychowania fizycznego, ukończył szkolenie dla osób realizujących pozalekcyjne zajęcia sportowe z młodzieżą o charakterze profilaktycznym |

**\*w załączeniu kopia dokumentów potwierdzających kwalifikacje niezbędne do realizacji zadania**

**VI. Informacja o wcześniejszej działalności, jeżeli działalność ta dotyczy zadania określonego w ogłoszeniu**

|  |
| --- |
| W latach 2019-2021 realizacja programu „Przyjaciele Zippiego” w Szkole Podstawowej nr 1 w Morągu.  W roku 2020 realizacja zajęć socjoterapeutycznych w Szkole Podstawowej w Żabim Rogu. |

**VII. Informacja o wysokości wnioskowanych środków**

|  |
| --- |
| 2800 |

**VIII. Informacja o wysokości współfinansowania realizacji zadania (jeśli dotyczy)**

|  |
| --- |
|  |

**IX. Kosztorys realizacji zadania**

1. Kosztorys ze względu na rodzaj kosztów

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | Rodzaj kosztów | Ilość jednostek | Koszt jednostkowy  (w zł) | Rodzaj miary | Koszt całkowity  (w zł) | Kwota dofinansowania | Kwota współfinansowania\* |
| 1 | Koszty osobowe | 40 | 70 | Godzina (45 min) | 2800 | 2800 |  |
| Ogółem | |  |  |  | 2800 | 2800 |  |

2. Przewidywane źródła finansowania zadania\*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Źródło finansowania** | **zł** | **%** |
| Kwota dofinansowania |  |  |
| Kwota współfinansowania |  |  |
| Ogółem |  |  |

\* wypełnia się w przypadku, gdy oferent współfinansuje zadanie (brak konieczności)

**X. Informacja o zapotrzebowaniu na materiały dydaktyczno-biurowe, niezbędne do realizacji zadania.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **opis (rodzaj, ilość)** |
| Materiały dydaktyczno-biurowe | -papier ksero (2 ryzy), flamastry ( 4 opakowania), kredki( 4 opakowania),, farby( 4 opakowania),pędzle ( 12 szt.), wycinanki( 4 opakowania). |

**XI. Informacja o zapotrzebowaniu na wyżywienie dla uczestników zajęć socjoterapeutycznych (wypełnić tylko w przypadku organizacji programów socjoterapeutycznych).**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Opis (rodzaj, ilość)** |
| Wyżywienie | Kanapki/ bułki słodkie – 12 uczestników x 30 spotkań |

…………………………………………………………………

(podpis/podpisy oferenta/oferentów)

**Do projektu należy załączyć:**

1. Oświadczenie o poufności danych (zał. 2 do ogłoszenia)

2. Kserokopie dokumentów potwierdzających kwalifikacje niezbędne do realizacji zadania.

3. Zgoda dyrektora/ kierownika placówki na realizację zadania we wskazanym w projekcie miejscu (jeśli dotyczy)

4. Program autorski (jeśli dotyczy)

Adnotacje urzędowe (nie wypełniać)

|  |
| --- |
|  |