

Warszawa, dn. 07. 07. 2017 r.

Fundacja NAGLE SAMI  
Al. Wojska Polskiego 1A  
01- 524 Warszawa

NIP 5252525087  
REGON 145909117  
KRS 0000398530

Fundacja NAGLE SAMI  
Al. Wojska Polskiego 1A  
01-524 Warszawa  
NIP 525 252 50 87, KRS 0000398530  
[www.naglesami.org.pl](http://www.naglesami.org.pl)

## Sprawozdanie merytoryczne z działalności Fundacji „Nagle Sami” za rok 2016

Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Sprawiedliwości z dnia 08 maja 2001 w sprawie ramowego zakresu sprawozdania z działalności fundacji (Dz. U. Nr 50, poz. 529 ze zm.) przedstawiamy sprawozdanie z działalności Fundacji „Nagle Sami” za 2016 rok.

### 1. Dane Fundacji

Fundacja „Nagle sami”

Siedziba: Al. Wojska Polskiego 1A , 01 – 524 Warszawa

Adres poczty elektronicznej: [info@naglesami.org.pl](mailto:info@naglesami.org.pl)

Data wpisu w KRS: 12.10.2011r.

NIP 5252525087  
REGON 145909117  
KRS 0000398530

Skład Zarządu:

Prezes Zarządu – Olga Puncewicz

Członek Zarządu – Anna Sokołowska

Członek Zarządu – Piotr Kiembłowski

Cel statutowy: wspieranie osób, które znalazły się w trudnym położeniu życiowym w związku ze śmiercią współmałżonka oraz ich rodzin.

A.S.  
O.P.  
P.K.

## **2. Zasady, formy i zakres działalności statutowej**

Fundacja realizuje swoje cele m.in. poprzez:

- a. Zapewnienie pomocy dla wdów i wdowców oraz ich rodzin, w tym przede wszystkim pomocy psychologicznej i prawnej,
- b. organizowanie grup wsparcia dla wdów, wdowców oraz ich rodzin,
- c. prowadzenie telefonu wsparcia dla osób w żałobie
- c. prowadzenie działalności wydawniczej w zakresie realizacji celów statutowych,
- d. organizacja i prowadzenie programów mających na celu przywrócenie osób dotkniętych problemem wdowieństwa oraz ich rodzin do normalnego funkcjonowania w społeczeństwie,
- e. edukacja społeczna dotycząca żałoby, samotności i wdowieństwa.

## **3. Podsumowanie działalności Fundacji „Nagle Sami” w 2016 roku.**

### **Prowadzenie grup wsparcia**


W minionym roku uruchomione i prowadzone były grupy wsparcia dla osób w żałobie w 7 miastach Polski: w Warszawie, Krakowie, Łodzi, Tychach, Wrocławiu, Poznaniu i Gdyni. Łącznie, tą formą pomocy objętych zostało ponad 100 osób. Ujednoliciliśmy także czas trwania grup, który wynosi obecnie 14 miesięcy. Wszyscy terapeuci prowadzący grupy wsparcia pracują pod regularną superwizją i w porozumieniu z Koordynatorem Zespołu Psychologów.

### **Konsultacje psychologiczne**

Kontynuujemy prowadzenie konsultacji psychologicznych dla osób w żałobie. W ramach tej formy działalności w 2016 roku z pomocy Fundacji skorzystało blisko 200 osób. Konsultacje prowadzone są zarówno w Warszawie, jak i w drugiej siedzibie Fundacji na terenie Krakowa.

### **Terapia indywidualna**

W ramach pomocy psychologicznej Fundacja w 2016 roku prowadziła nieodpłatnie terapię krótkoterminową dla osób w żałobie (12 spotkań). Spotkania odbywały się w siedzibie Fundacji w Warszawie i były prowadzone zarówno przez pracowników, jak i wolontariuszy. Z tej formy wsparcia w 2016 roku skorzystało blisko 120 osób. Pod koniec 2016 roku terapia zaczęła być prowadzona także w Krakowie.



## **Telefon Wsparcia dla osób w żałobie 800 108 108**

Telefon Wsparcia oferuje bezpłatną i anonimową pomoc osobom w żałobie z terenu całej Polski. Dyżury Telefonu Wsparcia odbywają się od poniedziałku do piątku w godzinach od 14.00 do 20.00.

Telefon koordynowany jest przez psychologa, a dyżury prowadzą wolontariusze, którzy uczestniczą w rocznym programie obejmującym szkolenia tematyczne, superwizję, spotkania Zespołu oraz doświadczenia praktyczne, których nabywają pod opieką Koordynatora.

W 2016 roku nasi wolontariusze przeprowadzili ponad 700 rozmów za pośrednictwem Telefonu Wsparcia, a ich liczba rosła w każdym kolejnym miesiącu.

## **Pomoc online**

Kontynuujemy świadczenie wsparcia psychologicznego online za pośrednictwem skrzynki e-mail : [psycholog@naglesami.org.pl](mailto:psycholog@naglesami.org.pl)

Uruchomiliśmy także możliwość rozmowy przez Skype dla osób, które mieszkają poza granicami Polski. Dyżury odbywają się dwa razy w tygodniu – we wtorki i czwartki.

## **Warsztaty dla dzieci w żałobie i spotkania wsparciowe dla dzieci i nastolatków**

W ramach prowadzonych w Fundacji warsztatów oraz indywidualnych spotkań z psychologiem kontynuujemy wsparcie psychologiczne dla dzieci i nastolatków, którzy doświadczyli straty kogoś bliskiego. Warsztaty i spotkania odbywają się w siedzibie Fundacji w Warszawie.

W 2016 roku uruchomiliśmy kolejną grupę dla dzieci w wieku od 6 do 8 lat. Prowadzimy także spotkania indywidualne dla dzieci i nastolatków. Mimo kilkukrotnych prób nie udało nam się utworzyć grupy dla nastolatków ze względu na zbyt małą liczbę zgłoszeń.

## **Konsultacje psychologiczne dla rodziców**

Rozpoczęliśmy prowadzenie konsultacji psychologicznych dla rodziców, którzy szukają informacji o tym, w jaki sposób wspierać dziecko, które doświadczyło straty bliskiej osoby. Konsultacje odbywają się w siedzibie Fundacji w Warszawie.

## **Interwencje kryzysowe**

W ramach działalności Fundacji prowadzimy także interwencje kryzysowe i spotkania wsparciowe dla osób z terenu całej Polski. W 2016 roku odbyliśmy ponad 50 wyjazdów interwencyjnych.

ASD  
Oge  
P

## **Otwarcie oddziału Fundacji w Krakowie**

W sierpniu 2016 roku uruchomiliśmy nowe biuro i siedzibę Fundacji w Krakowie. W lokalu odbywają się zarówno spotkania grupy wsparcia, jak i psychoterapia indywidualna oraz konsultacje psychologiczne dla osób w żałobie.

## **Zespół Fundacji**

Praca naszego Zespołu podlega regularnej superwizji. Psychologowie i terapeuci, którzy z nami współpracują nieustannie podnoszą swoje kompetencje i umiejętności uczestnicząc w szkoleniach rozwojowych i konferencjach naukowych.

Zarówno nasi pracownicy, jak i wolontariusze posiadają wykształcenie psychologiczne, a znaczna część Zespołu także wykształcenie psychoterapeutyczne. Nasi terapeuci są przedstawicielami różnych modalności terapeutycznych, m.in. : systemowej, psychodynamicznej i humanistyczno - egzystencjalnej.

Aby umożliwić naszym pracownikom dalszy rozwój, w maju 2016 roku Fundacja zorganizowała dwudniową, wewnętrzną konferencję dotyczącą interdyscyplinarnych aspektów pracy z osobami w żałobie. Podczas konferencji odbyły się prelekcje na temat: pracy z rodzicami po utracie okołoporodowej, leczenia farmakologicznego w kryzysie związanym z utratą, czy systemowego ujmowania straty w psychologii i psychoterapii.

## **Konsultacje prawne**

Kontynuujemy prowadzenie poradnictwa prawnego zarówno w ramach wsparcia online, poradnictwa telefonicznego, jak i stacjonarnych konsultacji prawnych, które odbywają się w Warszawie.

## **Działania pozapsychologiczne**

W ramach oferty działań pozapsychologicznych rozpoczęliśmy prowadzenie spotkań relaksacyjnych, a także podjęliśmy się organizacji warsztatów artystycznych oraz spotkań kulturalnych kierowanych do podopiecznych Fundacji.

## **Szkolenia dla studentów i dla profesjonalistów**

Szkolenia prowadzone są w ramach działalności gospodarczej Fundacji. Skierowane są przede wszystkim do studentów oraz specjalistów pracujących z osobami w żałobie, m.in. psychoterapeutów, psychologów, pedagogów, pracowników socjalnych, nauczycieli.

W 2016 roku zorganizowano kilka szkoleń dotyczących tematyki straty, w tym prowadzenia grup wsparcia dla osób w żałobie i pracy z osobami dorosłymi w żałobie.

W ramach długofalowej współpracy z PZU realizowane są także cykliczne szkolenia dla pracowników PZU.

## **Szkolenia w ramach projektu NAGLE ZMIANA**

W ramach projektu NAGLE ZMIANA Fundacja wspiera organizacje przechodzące przez kryzysy, w tym związane ze śmiercią pracownika lub bliskiej mu osoby oraz rozwija „miękkie” kompetencje pracowników i liderów.

W 2016 roku przeprowadzono szkolenie dla NCBiR dotyczące aspektów prawnych i psychologicznych, dobrych praktyk HR w przypadku śmierci pracownika. Wprowadzono także wiele zmian na stronie poświęconej temu projektowi: <http://naglezmiana.pl> oraz podjęto działania, mające na celu podnoszenie świadomości organizacji w zakresie wspierania pracowników w sytuacji straty. Powstało wiele artykułów dotyczących tego zagadnienia, które ukazały się m.in. w magazynach skierowanych do psychologów, przedsiębiorców oraz branży HR.

## **Edukacja społeczna i działania marketingowe**

Fundacja Nagle Sami od początku swojej działalności prowadzi aktywną kampanię na temat potrzeby wspierania osób w żałobie. Co roku, przy okazji 1 listopada i Wszystkich Świętych, przedstawiciele Fundacji występują w mediach przypominając o tym, jak najlepiej wspierać osoby po stracie, starają się także oswoić tabu związane z tematem odchodzenia. W okolicach tego święta organizowane są też dni otwarte Fundacji.

W 2016 r. Fundacja Nagle Sami połączyła siły we wspólnej akcji „Musimy porozmawiać” z Fundacją Rak’n’Roll, której celem było zwrócenie uwagi społecznej na potrzebę rozmowy i wsparcia osób w obliczu straty i w żałobie. Elementem kampanii była internetowa premiera filmu dokumentalnego „Musimy porozmawiać” w reż. Jędrzeja Michalaka, o mówieniu do zmarłego jako sposobie przeżywania żałoby. W sumie Fundacja Nagle Sami w związku z akcją „Musimy porozmawiać” była gościem czterech programów telewizyjnych (TVP Info, TVN, Polsat News, TVP Polonia), pięciu rozgłośni radiowych, ukazało się 22 artykułów w prasie i internecie.

W czerwcu 2016 r. zaangażowaliśmy się w koncert „Piotrowi in memoriam”, który odbył się w Krakowie. Zebrane na koncercie środki zostały przekazane dla rodziny tragicznie zmarłego Piotra.

W 2016 r. nawiązaliśmy współpracę z serwisem Poronilam.pl, wymieniliśmy się materiałami reklamowymi i artykułami poradnikowymi dla kobiet po stracie.

Fundacja Nagle Sami przystąpiła także do programu Google Grants dzięki czemu, w wyszukiwarce Google’a pojawiły się treści reklamowe fundacji związane z pomocą dla osób w żałobie.

Prowadziliśmy warsztaty na międzynarodowej konferencji poświęconej samobójstwom na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. Po raz drugi wzięliśmy także udział w ogólnopolskiej akcji społecznej „RE-akcja w Depresji”, udzielając darmowych porad i promując program.

Fundacja Nagle Sami objęła w 2016 r. patronatem medialnym książki dotyczące żałoby, m.in. „Do zobaczenia synku”, wyd. Kropla, „Jak byś przyjacielem chorego przyjaciela?” wyd. Charaktery.

A/S.  
OyK  
Puu  
TR

W 2016 roku w konkursie SEKTOR organizowanym przez Prezydent Miasta st. Warszawy Fundacja otrzymała nominację w kategorii „Projekty wielowymiarowe” za działania związane z akcją „Dzieci też przeżywają żałobę”.

### Szkolenie dla dziennikarzy i specjalistów z zakresu PR

W ramach działań statutowych przeprowadzono warsztat dla dziennikarzy i specjalistów zajmujących się PR dotyczący sposobów prezentowania problematyki utrat, śmierci i sytuacji psychologicznej osób w żałobie. Wskazano najczęściej popełniane błędy w informowaniu o ww. tematyce (m.in. brak poszanowania prywatności bliskich przez prezentację zdjęć osób poszkodowanych w wypadkach, w tym – śmiertelnych ofiar wypadków w sposób pozwalający na rozpoznanie danej osoby; nieuwzględnianie prawa do przeżywania żałoby bez informowania o tym w mediach – np. dotyczy to osób znanych, którzy tracą bliskich). Zaproponowano dobre praktyki w informowaniu o śmierci i psychologicznej sytuacji osób zmagających się z kryzysem straty.

### Strona internetowa Fundacji i profil na FB

Strona Fundacji [www.naglesami.org.pl](http://www.naglesami.org.pl) – w 2016 r. porównaniu do ubiegłego roku odnotowała wzrost odsłon o 14 proc. i 7 proc. wzrost liczby użytkowników. Szczególnym zainteresowaniem cieszyły się aktualności związane z akcją „Musimy porozmawiać”.

Profil Fundacji na Facebooku zwiększył zasięg i zaangażowanie odbiorców. 3,5 tys. użytkowników lubi profil Fundacji Nagle Sami w 2016 r., aktywność użytkowników wzrosła o 10 proc.

---

Wszystkie informacje dotyczące wyników finansowych i zatrudnienia w Fundacji Nagle Sami za rok 2016 znajdują się w sprawozdaniu finansowym Fundacji z dnia 28 czerwca 2017 r.

Olga Punczewicz

*Olga Punczewicz*  
.....  
Fundator  
Prezes

Piotr Kiemblowski

*Piotr Kiemblowski*  
.....  
Członek Zarządu

Anna Sokołowska

*Anna Sokołowska*  
.....  
Członek Zarządu

Fundacja NAGLE SAMI  
Al. Wojska Polskiego 1A  
01-524 Warszawa  
NIP 525 252 50 87, KRS 0000398530  
[www.naglesami.org.pl](http://www.naglesami.org.pl)