

## Porozumienie o współpracy

Sporządzone w dniu

2023 r. w Toruniu pomiędzy

Województwem Kujawsko-Pomorskim, zwanym dalej **Województwem**, reprezentowanym przez:

1. **Sławomira Kopyścia** – Członka Zarządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego,
2. **Krystynę Żejmo-Wysocką** – p.o. Dyrektora Departamentu Spraw Społecznych i Zdrowia, działającą na mocy uchwały Nr 13/519/23 Zarządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego z dnia 29 marca 2023 r. w sprawie upoważnienia pracowników Urzędu Marszałkowskiego Województwa Kujawsko-Pomorskiego w Toruniu do składania oświadczeń woli związanych z prowadzeniem bieżącej działalności Województwa,

a

Komendą Wojewódzką Policji w Bydgoszczy, al. Powstańców Wielkopolskich 7,

85-090 Bydgoszcz, zwaną dalej **Komendą**, reprezentowana przez Komendanta Wojewódzkiego Policji w Bydgoszczy nadinspektora Piotra Leciejewskiego.

W celu wspólnej realizacji zadania w zakresie przeciwdziałania przemocy w rodzinie, wynikającego z „Wojewódzkiego programu przeciwdziałania przemocy w rodzinie dla województwa kujawsko-pomorskiego na lata 2021-2026”, Strony zawierają porozumienie następującej treści:

### § 1

Przedmiotem niniejszego porozumienia jest współpraca pomiędzy Stronami w celu wspólnej realizacji warsztatów profilaktycznych z zakresu wypalenia zawodowego dla funkcjonariuszy pracujących w obszarze przeciwdziałania przemocy na terenie województwa kujawsko-pomorskiego.

### § 2

1. Warsztaty profilaktyczne z zakresu wypalenia zawodowego dla funkcjonariuszy pracujących w obszarze przeciwdziałania przemocy odbędą się w dniach:
  - 1) 16 października 2023 r. we Włocławku;
  - 2) 17 października 2023 r. w Toruniu;

- 3) 18 października 2023 r. w Bydgoszczy;
  - 4) 19 października 2023 r. w Nakle nad Notecią;
  - 5) 20 października 2023 r. w Grudziądzu.
2. Dokładne adresy realizacji warsztatów zostaną podane przez **Komendę** do dnia 30 września 2023 r.
  3. Warsztaty przeznaczone będą dla 5 grup liczących 10-12 osób każda grupa.
  4. Warsztaty obejmować będą 8 godz. dydaktycznych, zgodnie z programem stanowiącym załącznik do niniejszego porozumienia.

### § 3

W ramach realizacji niniejszego porozumienia **Komenda** zobowiązuje się do:

- 1) rekrutacji uczestników warsztatów;
- 2) zapewnienia pomieszczenia na przeprowadzenie warsztatów (sala wyposażona w rzutnik i ekran lub tablicę multimedialną, flipchart, krzesła i min. 3 stoły lub stoliki);
- 3) zapewnienia uczestnikom warsztatów serwisów kawowych w czasie przerw w zajęciach;
- 4) umieszczenia rollupa zawierającego znak promocyjny województwa kujawsko-pomorskiego w sali, w której będą realizowane warsztaty.

### § 4

W ramach realizacji niniejszego porozumienia **Województwo** zobowiązuje się do partycypacji w kosztach przedsięwzięcia do wysokości 12.500,00 zł brutto (słownie: dwanaście tysięcy pięćset złotych 00/100) poprzez:

- 1) zatrudnienie i pokrycie honorariów trenerów prowadzących warsztaty;
- 2) dostarczenie materiałów informacyjnych (wizytówki Kujawsko-Pomorskiej Niebieskiej Linii, plakaty informacyjne, ulotki, broszury, notesy K-P NL, teczki K-P NL) w ilości łącznej do 60 kpl.;
- 3) dostarczenie rollupa zawierającego znak promocyjny województwa kujawsko-pomorskiego;

- 4) przekazania uczestnikom zaświadczeń potwierdzających udział w warsztatach.

#### § 5

Do wszelkich działań wynikających z zapisów niniejszego porozumienia **Województwo** wyznacza Elżbietę Wierszyło – pracownika Departamentu Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego Województwa Kujawsko-Pomorskiego w Toruniu.

#### § 6

**Komenda** zobowiązuje się do wykonania przedmiotu porozumienia wskazanego w § 3 z należytą starannością z uwzględnieniem wymogów merytorycznych i technicznych stawianych przez Województwo.

#### § 7

Województwo może odstąpić od niniejszego Porozumienia w razie niewykonania albo nienależytego wykonania przez **Komendę** postanowień zawartych w § 3.

#### § 8

Żadna ze Stron nie będzie odpowiadać z tytułu niewywiązania się z niniejszego porozumienia, w przypadku gdy wykonanie przez nią zobowiązania wynikającego z niniejszego porozumienia będzie uniemożliwione lub utrudnione z powodu działania siły wyższej. W takim przypadku Strona zawiadomi drugą Stronę o powyższym bez zbędnej zwłoki.

#### § 9

W sprawach nieuregulowanych niniejszym porozumieniem mają zastosowanie przepisy Kodeksu cywilnego.

#### § 10

Spory mogące wyniknąć w toku realizacji niniejszego porozumienia Strony poddają pod rozstrzygnięcie sądu powszechnego w Toruniu.

#### § 11

Wszelkie zmiany niniejszego Porozumienia wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności.

§ 12

Porozumienie obowiązuje od dnia podpisania.

§ 13

Porozumienie sporządzono w trzech jednobrzmiących egzemplarzach, w tym dwa dla **Województwa** i jeden dla **Komendy**.

**Województwo**

**Komenda**

Załącznik do porozumienia z dnia

**Program Warsztatów:**

Temat ogólny	Szczegółowa problematyka
„Ja w moich oczach”	<ul style="list-style-type: none"><li>- Moje mocne i słabe strony w roli, którą pełnię.</li><li>- Ja jako pracownik/rodzic /małżonek /przyjaciół znaczenie ról i zadań rozwojowych, jakie przyjmuję na co dzień.</li><li>- Wpływ przekonań na reakcję w sytuacjach trudnych. Co lubię, a czego nie lubię w sobie? Autorefleksja.</li></ul>
Emocjonalna samoświadomość	<ul style="list-style-type: none"><li>- Odkrywanie własnej reaktywności w sytuacjach stresowych - autodiagnoza.</li><li>- Receptywny vs. reaktywny styl doświadczania zdarzeń.</li><li>- Wspierające i ograniczające zasoby stany emocjonalne ludzi, czyli o pozytywności wg B. Fredrickson.</li></ul>
Rozpoznawanie symptomów wypalenia zawodowego	<ul style="list-style-type: none"><li>- Symptomy fizyczne.</li><li>- Symptomy emocjonalne i behawioralne.</li><li>- Symptomy społeczne (rodzinne i dotyczące życia zawodowego).</li><li>- Autodiagnoza poziomu wypalenia zawodowego i strategii funkcjonowania.</li></ul>
Zapobieganie wypaleniu zawodowemu działania krótko i długoterminowe w reakcji na stres:	<ul style="list-style-type: none"><li>- Bank dobrych praktyk - „koło wpływu koło troski”.</li><li>- Fizjologiczna odporność – dieta, wypoczynek, kondycja fizyczna.</li><li>- Analiza stanów ego w relacjach interpersonalnych i asertywny styl komunikacji.</li><li>- Poprawa relacji międzyludzkich, praca zespołowa, rozwiązywanie konfliktów – studia przypadków.</li></ul>
Mindfulness , czyli uważność na siebie i innych	<ul style="list-style-type: none"><li>- Świadomość i automatyczny pilot oraz życie w myślach.</li><li>- Zbieranie rozproszonych myśli - zamieszkanie w teraźniejszości.</li><li>- Rozpoznawanie awersji, która jest głównym źródłem frustracji i wy</li><li>- Przyzwalanie na to się dzieje i zostawianie doświadczenia własnemu biegowi.</li><li>- Jak zadbać o siebie najlepiej? Praktyka uważności ( skanowanie ciała, uważność w ruchu, rozpuszczanie emocji, pauza na oddech, itp.).</li></ul>