Narodowy Instytut Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego	**Roczne uproszczone sprawozdanie merytoryczne z działalności organizacji pożytku publicznego**
	za rok 2025

- *Formularz należy wypełnić w języku polskim;*
- *Sprawozdawca wypełnia tylko przeznaczone dla niego białe pola;*
- *W trakcie wypełniania formularza istnieje możliwość dodawania wierszy oraz zawijania tekstów w polach;*
- *We wszystkich polach, w których nie będą wpisane odpowiednie informacje, należy wstawić pojedynczy znak myślnika (--–).*

Data zamieszczenia sprawozdania 2026-07-03

I. Dane organizacji pożytku publicznego

1. Nazwa organizacji	STOWARZYSZENIE NA RZECZ PRZECIWDZIAŁANIA SAMOTNOŚCI WSRÓD LUDZI DOROSŁYCH "TELEFON POGADANIA"		
2. Adres siedziby i dane kontaktowe	Kraj POLSKA	Województwo ŁÓDZKIE	Powiat ŁÓDŹ
Gmina ŁÓDŹ	Ulica UL. LILIOWA	Nr domu 6	Nr lokalu 3
Miejscowość ŁÓDŹ	Kod pocztowy 91-864	Poczta ŁÓDŹ	Nr telefonu 605169515
Nr faksu	E-mail telefonpogadania@telefonpogadania.pl	Strona www www.telefonpogadnia.pl	

3. Data rejestracji w Krajowym Rejestrze Sądowym	2025-02-19		
4. Data uzyskania statusu organizacji pożytku publicznego	2025-02-19		
5. Numer REGON	52344633700000	6. Numer KRS	0001148094

7. Skład organu zarządzającego organizacji *(Należy wpisać imiona, nazwiska oraz informacje o funkcji pełnionej przez poszczególnych członków organu zarządzającego)*	Imię i nazwisko	Funkcja	Wpisany do KRS
	Mirosława Szczepańska	Prezes Zarządu	TAK
	Małgorzata Bouraqadi Saadani	Viceprezes	TAK
	Beata Fundamenska	Viceprezes	TAK

8. Skład organu kontroli lub nadzoru organizacji *(Należy wpisać imiona, nazwiska oraz informacje o funkcji pełnionej przez poszczególnych członków organu kontroli lub nadzoru)*	Imię i nazwisko	Funkcja	Wpisany do KRS
	Anna Cwojdzińska	członek komisji rewizyjnej	TAK
	Ewa Sztandara	członek komisji rewizyjnej	TAK

II. Charakterystyka działalności organizacji pożytku publicznego w okresie sprawozdawczym

1. Opis działalności pożytku publicznego

1.1. Opis głównych działań podjętych przez organizację

Telefon Pogadania jest inicjatywą społeczną przeciwdziałającą samotności i wykluczeniu społecznemu osób dorosłych. Łączy osoby doświadczające samotności, izolacji lub kryzysu emocjonalnego z przeszkolonymi wolontariuszami, którzy oferują im życzliwą, empatyczną rozmowę oraz uważne wysłuchanie.

Stowarzyszenie przeciwdziała samotności oraz wzmacnia dobrostan psychiczny poprzez prowadzenie ogólnopolskiej linii wsparcia psychologicznego dla osób dorosłych, opartej na empatycznej rozmowie oraz działaniach psychoedukacyjnych. Linia telefoniczna dostępna jest pod bezpłatnym numerem 800 012 005 oraz numerem 22 255 22 50 (opłata zgodna z taryfą operatora). Linia działa codziennie, przez siedem dni w tygodniu, w godzinach 11:00–20:00 i jest przeznaczona dla osób dorosłych.
Z pomocy Telefonu Pogadania może skorzystać każda osoba potrzebująca rozmowy, wsparcia emocjonalnego lub kontaktu z drugim człowiekiem. Działalność Stowarzyszenia koncentruje się na przeciwdziałaniu samotności oraz wzmacnianiu dobrostanu psychicznego poprzez udzielanie wsparcia psychologicznego opartego na relacji, empatycznej rozmowie i uważnym towarzyszeniu drugiemu człowiekowi. Wolontariusze, wykorzystując umiejętności aktywnego słuchania, empatii oraz profesjonalnego okazywania współczucia, pomagają rozmówcom lepiej rozumieć własne przeżycia, odzyskiwać poczucie sprawczości oraz wzmacniać ich zasoby psychiczne.
Wsparcie udzielane przez Telefon Pogadania nie ma charakteru psychoterapii ani poradnictwa psychologicznego. Rolą wolontariuszy nie jest diagnozowanie, leczenie czy udzielanie gotowych rozwiązań, lecz tworzenie bezpiecznej przestrzeni do rozmowy, wysłuchanie oraz wspieranie rozmówcy w poszukiwaniu własnych sposobów radzenia sobie z trudnościami. W sytuacjach wymagających specjalistycznej pomocy wolontariusze zachęcają do skorzystania z opieki psychologicznej lub psychiatrycznej, pomagając jednocześnie znaleźć rozwiązania możliwe do podjęcia w indywidualnej sytuacji rozmówcy. Respektują również autonomię osób korzystających z linii, pozostawiając decyzję o podjęciu leczenia po ich stronie.
W przypadkach wskazujących na bezpośrednie zagrożenie życia lub zdrowia wolontariusze postępują zgodnie z obowiązującymi procedurami bezpieczeństwa, przekazując rozmówców do wyspecjalizowanych telefonów pomocowych lub – gdy sytuacja tego wymaga – inicjując połączenie z numerem alarmowym 112.
W 2025 roku wolontariusze Telefonu Pogadania przeprowadzili 23 487 skutecznych rozmów, których łączny czas wyniósł 6 838 godzin. Ze wsparcia skorzystało 1 007 różnych osób. Charakter działalności Stowarzyszenia sprawia, że znaczna część rozmówców korzysta z linii regularnie – dla wielu osób codzienna lub cykliczna rozmowa z wolontariuszem stanowi istotny element przeciwdziałania samotności, utrzymywania kontaktów społecznych oraz wzmacniania dobrostanu psychicznego. Regularność kontaktów pozwala budować relację opartą na zaufaniu i poczuciu bezpieczeństwa, co dla wielu osób doświadczających długotrwałej samotności stanowi ważny czynnik wspierający ich codzienne funkcjonowanie.

1.2. Zasięg terytorialny faktycznie prowadzonej przez organizację działalności pożytku publicznego *(Należy wskazać jedną lub więcej pozycji)*		
	☐ najbliższe sąsiedztwo (osiedle, dzielnica, sołectwo, wieś, przysiółek)	
	☐ gmina	☐ województwo
	☐ kilka gmin	☐ kilka województw
	☐ powiat	☒ cały kraj
	☐ kilka powiatów	☐ poza granicami kraju

2. Informacja dotycząca liczby odbiorców działań organizacji pożytku publicznego w okresie sprawozdawczym

2.1. Liczba odbiorców działań organizacji *(Należy oszacować liczbę odbiorców działań organizacji w okresie sprawozdawczym, w podziale na osoby fizyczne i osoby prawne)*	Osoby fizyczne	1007	
	Osoby prawne	0	

2.2. Informacje na temat odbiorców innych, niż wymienieni w pkt 2.1., na rzecz których działała organizacja *(Np. zwierzęta, zabytki)*	organizacja nie działa na rzecz innych podmiotów

3. Informacja dotycząca przedmiotu działalności nieodpłatnej pożytku publicznego organizacji w okresie sprawozdawczym

3.1. Organizacja prowadziła działalność nieodpłatną pożytku publicznego	◉ Tak ○ Nie

3.2. *Należy wskazać **nie więcej niż 3** najważniejsze, pod względem wielkości wydatkowanych środków, sfery działalności pożytku publicznego, o których mowa w art. 4 ust.1 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, **zaczynając od najważniejszej**, wraz z odnoszącym się do nich przedmiotem działalności*

Lp.	Sfera działalności pożytku publicznego	Przedmiot działalności	Szacunkowe koszty poniesione z 1,5% podatku dochodowego od osób fizycznych w ramach sfery
1	ochrona i promocja zdrowia, w tym działalność lecznicza w rozumieniu ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz. U. z 2015 r. poz. 618, 788 i 905)	Stowarzyszenie realizuje działania z zakresu ochrony i promocji zdrowia psychicznego poprzez przeciwdziałanie samotności oraz wzmacnianie dobrostanu psychicznego osób dorosłych. Podstawowym narzędziem jest ogólnopolska linia Telefon Pogadania, zapewniająca codzienny dostęp do wsparcia psychologicznego opartego na empatycznej rozmowie, aktywnym słuchaniu i budowaniu relacji. Wolontariusze pomagają osobom doświadczającym samotności, izolacji społecznej, obniżonego nastroju oraz trudności emocjonalnych, tworząc bezpieczną przestrzeń do rozmowy i wzmacniając ich poczucie sprawczości. Stowarzyszenie prowadzi również szkolenia, interwizje i superwizje podnoszące kompetencje wolontariuszy, rozwija standardy udzielania wsparcia psychologicznego oraz prowadzi działania psychoedukacyjne zwiększające świadomość społeczną na temat samotności, zdrowia psychicznego i znaczenia relacji międzyludzkich. Podejmowane działania służą profilaktyce pogłębiania się kryzysów psychicznych, wspierają utrzymanie aktywności społecznej oraz zwiększają gotowość do korzystania z profesjonalnej pomocy w sytuacjach wymagających leczenia lub terapii.	0,00 zł
2	pomoc społeczna, w tym pomoc rodzinom i osobom w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywanie szans tych rodzin i osób	Stowarzyszenie prowadzi działania z zakresu pomocy społecznej, zapewniając wsparcie osobom dorosłym znajdującym się w trudnej sytuacji życiowej, doświadczającym samotności, izolacji społecznej, utraty bliskich, kryzysów emocjonalnych oraz ograniczonego dostępu do sieci wsparcia. Poprzez codziennie funkcjonującą ogólnopolską linię Telefon Pogadania osoby potrzebujące mogą skorzystać z rozmowy z przeszkolonym wolontariuszem, który oferuje uważne wysłuchanie, empatyczne towarzyszenie oraz wsparcie psychologiczne oparte na relacji i profesjonalnym okazywaniu współczucia. Działania Stowarzyszenia pomagają ograniczać skutki samotności i wykluczenia społecznego, wzmacniają poczucie bezpieczeństwa oraz motywują do korzystania z dostępnych form pomocy społecznej, psychologicznej i medycznej. Regularny kontakt z wolontariuszami sprzyja utrzymaniu aktywności społecznej, przeciwdziała pogłębianiu się izolacji oraz wspiera osoby w odzyskiwaniu poczucia wpływu na własne życie. Szczególną uwagę Stowarzyszenie poświęca osobom starszym, przewlekle chorym, z niepełnosprawnościami oraz wszystkim, którzy z różnych przyczyn pozostają bez wystarczającego wsparcia ze strony rodziny lub najbliższego otoczenia.	0,00 zł

3	działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym	Stowarzyszenie prowadzi działania na rzecz osób w wieku emerytalnym zarówno jako odbiorców wsparcia, jak i aktywnych uczestników życia społecznego. Obejmują one zapewnienie regularnego kontaktu telefonicznego osobom doświadczającym samotności oraz rozwijanie wolontariatu senioralnego poprzez rekrutację, szkolenie i przygotowanie osób starszych do pełnienia roli wolontariuszy Telefonu Pogadania. Podejmowane działania wzmacniają aktywność społeczną seniorów, umożliwiają wykorzystanie ich doświadczenia życiowego i kompetencji na rzecz innych osób oraz sprzyjają budowaniu relacji opartych na wzajemnym wsparciu. Dzięki temu Stowarzyszenie przeciwdziała samotności i wykluczeniu społecznemu zarówno osób korzystających z Telefonu Pogadania, jak i samych wolontariuszy. Działalność Stowarzyszenia przynosi efekty wykraczające poza pojedynczą rozmowę telefoniczną. Regularny kontakt z wolontariuszami wzmacnia poczucie bezpieczeństwa, zmniejsza subiektywnie odczuwaną samotność, sprzyja utrzymywaniu aktywności społecznej oraz zwiększa gotowość do korzystania z profesjonalnej pomocy w sytuacjach wymagających leczenia lub terapii.	0,00 zł

4. Informacja dotycząca przedmiotu działalności odpłatnej pożytku publicznego organizacji w okresie sprawozdawczym

4.1. Organizacja prowadziła działalność odpłatną pożytku publicznego	○ Tak ◉ Nie

4.2. *Należy wskazać **nie więcej niż 3** najważniejsze, pod względem wielkości wydatkowanych środków, sfery działalności pożytku publicznego, o których mowa w art. 4 ust.1 ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, **zaczynając od najważniejszej**, wraz z odnoszącym się do nich przedmiotem działalności*

Lp.	Sfera działalności pożytku publicznego	Przedmiot działalności	Szacunkowe koszty poniesione z 1,5% podatku dochodowego od osób fizycznych w ramach sfery

5. Informacja dotycząca działalności gospodarczej organizacji w okresie sprawozdawczym

5.1. Organizacja prowadziła działalność gospodarczą	○ Tak ◉ Nie

5.2. *Należy podać informację na temat przedmiotu działalności gospodarczej organizacji wraz z opisem tej działalności w okresie sprawozdawczym, a także kodu(-ów) PKD 2007 odpowiadającego(-ych) tej działalności. Jeżeli organizacja prowadzi więcej niż 3 rodzaje działalności gospodarczej wg klasyfikacji PKD, należy podać informację na temat 3 głównych rodzajów działalności (podanie maksymalnie 3 kodów), **zaczynając od głównego przedmiotu działalności***

Lp.	Numer Kodu (PKD)	Przedmiot i opis działalności

III. Ogólne informacje o uzyskanych przychodach i poniesionych kosztach w okresie sprawozdawczym

1. Informacja o przychodach organizacji

1. Łączna kwota przychodów organizacji ogółem (zgodnie z rachunkiem zysków i strat)	67 383,94 zł
a) przychody z działalności nieodpłatnej pożytku publicznego	67 383,94 zł
b) przychody z działalności odpłatnej pożytku publicznego	0,00 zł

c) przychody z działalności gospodarczej	0,00 zł
d) pozostałe przychody (w tym przychody finansowe)	0,00 zł
1.2. Łączna kwota dotacji ze źródeł publicznych ogółem	60 000,00 zł
1.3. Łączna kwota przychodów z darowizn (od osób fizycznych i osób prawnych) ogółem	508,50 zł

2. Informacja o kosztach organizacji	
2.1. Łączna kwota kosztów organizacji ogółem (zgodnie z rachunkiem zysków i strat)	67 791,80 zł
2.2. Informacja o poniesionych kosztach:	
a) koszty z tytułu prowadzenia nieodpłatnej działalności pożytku publicznego	67 791,79 zł
b) koszty z tytułu prowadzenia odpłatnej działalności pożytku publicznego	0,00 zł
c) koszty z tytułu prowadzenia działalności gospodarczej	0,00 zł
d) koszty administracyjne	0,00 zł
e) pozostałe koszty (w tym koszty finansowe)	0,01 zł
3. Wynik finansowy na całości działalności organizacji pożytku publicznego w okresie sprawozdawczym	-407,86 zł

4. Informacje o uzyskanym przychodzie z 1,5% podatku dochodowego od osób fizycznych oraz o poniesionych kosztach z tych środków	
4.1. Przychody z 1,5% podatku dochodowego od osób fizycznych	0,00 zł
4.2. Wysokość kwoty pochodzącej z 1,5% podatku dochodowego od osób fizycznych wydatkowanej w okresie sprawozdawczym ogółem	0,00 zł
4.3. Działania, w ramach których poniesiono koszty ze środków pochodzących z 1,5% podatku dochodowego od osób fizycznych w okresie sprawozdawczym (w szczególności określone w pkt II.1.1), oraz kwoty przeznaczone na te działania	

IV. Korzystanie z uprawnień w okresie sprawozdawczym	
1. Organizacja korzystała z następujących zwolnień *(Należy wskazać jedną lub więcej pozycji. W przypadku zwolnienia z podatku dochodowego od osób prawnych - dodatkowo podać kwotę)*	☐ z podatku dochodowego od osób prawnych 0,00 zł ☐ z podatku od nieruchomości ☐ z podatku od czynności cywilnoprawnych ☐ z podatku od towarów i usług ☐ z opłaty skarbowej ☐ z opłat sądowych ☐ z innych zwolnień, jakich: ☑ nie korzystała
2. Organizacja korzystała z prawa do nieodpłatnego informowania przez jednostki publicznej radiofonii i telewizji o prowadzonej działalności nieodpłatnej pożytku publicznego, zgodnie z art. 23a ust. 1 ustawy z dnia 29 grudnia 1992 r. o radiofonii i telewizji.	○ Tak ◉ Nie

3. Organizacja korzystała z uprawnienia do nabycia na szczególnych zasadach prawa własności lub prawa użytkowania wieczystego nieruchomości z zasobu Skarbu Państwa lub jednostek samorządu terytorialnego, lub zawarła na preferencyjnych warunkach z podmiotami publicznymi umowy użytkowania, najmu, dzierżawy lub użyczenia i przysługuje jej w odniesieniu do tych nieruchomości następujące prawo: *(Należy wskazać jedną lub więcej pozycji)*	☐ własność ☐ użytkowanie wieczyste ☐ najem ☐ użytkowanie ☐ użyczenie ☐ dzierżawa ☑ nie korzystała

V. Personel organizacji pożytku publicznego w okresie sprawozdawczym

1. Pracownicy oraz osoby zatrudnione na podstawie umowy cywilnoprawnej

1.1. Liczba osób zatrudnionych w organizacji na podstawie stosunku pracy *(Należy uwzględnić wszystkie osoby zatrudnione w organizacji na podstawie stosunku pracy (etat lub część etatu) w okresie sprawozdawczym, nawet jeżeli obecnie nie są już zatrudnione w organizacji)*	0 osób
1.2. Przeciętna liczba zatrudnionych w organizacji na podstawie stosunku pracy w przeliczeniu na pełne etaty *(Aby określić przeciętne zatrudnienie należy zsumować wszystkie osoby zatrudnione na podstawie stosunku pracy w poszczególnych miesiącach w okresie sprawozdawczym (wraz z ułamkami odpowiadającymi części etatu, np. 0,5 w przypadku osoby zatrudnionej na pół etatu), dodać do siebie sumy zatrudnionych z 12 miesięcy i podzielić przez 12. Wynik wpisać z dokładnością do 2 miejsca po przecinku)*	0,00 etatów
1.3. Liczba osób zatrudnionych w organizacji na podstawie umowy cywilnoprawnej *(Jeżeli kilka umów cywilnoprawnych było wykonywanych przez jedną osobę, to dana osoba powinna być policzona tylko raz)*	1 osób

2. Członkowie

2.1. Organizacja posiada członków	◉ Tak ○ Nie
2.2. Liczba członków organizacji wg stanu na ostatni dzień roku sprawozdawczego	14 osób fizycznych 0 osób prawnych

3. Wolontariat w okresie sprawozdawczym

3.1. Organizacja korzystała ze świadczeń wykonywanych przez wolontariuszy *(Zgodnie z ustawą z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, wolontariuszami są osoby wykonujące nieodpłatnie i dobrowolnie pracę na rzecz organizacji, niezależnie od tego, czy są to osoby niezwiązane z organizacją, członkowie, pracownicy, osoby świadczące usługi na podstawie umowy cywilnoprawnej czy przedstawiciele władz organizacji)*	◉ Tak ○ Nie
3.2. Liczba wolontariuszy wykonujących świadczenie na rzecz organizacji w okresie sprawozdawczym *(Każdy wolontariusz powinien być liczony tylko raz, niezależnie od liczby świadczeń wykonanych na rzecz organizacji w okresie sprawozdawczym i czasu pracy)*	186 osób

VI. Wynagrodzenia w okresie sprawozdawczym

1.Łączna kwota wynagrodzeń (brutto) wypłaconych przez organizację w okresie sprawozdawczym	18 316,00 zł
a) z tytułu umów o pracę	0,00 zł

b) z tytułu umów cywilnoprawnych	18 316,00 zł
2. Wysokość **przeciętnego** miesięcznego wynagrodzenia (brutto) wypłaconego pracownikom organizacji, wliczając wynagrodzenie zasadnicze, nagrody, premie i inne świadczenia, oraz osobom świadczącym usługi na podstawie umowy cywilnoprawnej *(Aby określić przeciętne miesięczne wynagrodzenie należy: 1. zsumować wszystkie kwoty wynagrodzeń wypłacone w ciągu roku sprawozdawczego (wliczając wynagrodzenie zasadnicze, nagrody, premie i inne świadczenia oraz umowy cywilnoprawne); 2. podzielić zsumowaną kwotę przez 12 (miesięcy) 3. podzielić przez liczbę pracowników)*	1 526,33 zł
3. Wysokość **najwyższego (jednostkowego)** miesięcznego wynagrodzenia (brutto) wypłaconego pracownikowi organizacji, wliczając wynagrodzenie zasadnicze, nagrody, premie i inne świadczenia, oraz osobie świadczącej usługi na podstawie umowy cywilnoprawnej	1 526,33 zł

VII. Informacja o działalności zleconej organizacji pożytku publicznego przez organy administracji publicznej w okresie sprawozdawczym

1. Organizacja realizowała zadania zlecone przez organy jednostek samorządu terytorialnego	○ Tak ◉ Nie
2. W okresie sprawozdawczym organizacja realizowała zadania zlecone przez organy administracji rządowej lub państwowe fundusze celowe	◉ Tak ○ Nie

VIII. Informacje o kontrolach przeprowadzonych w organizacji przez organy administracji publicznej w okresie sprawozdawczym

Lp	Organ kontrolujący	Liczba kontroli

IX. Dodatkowe informacje
(Można wpisać w poniższe pole inne informacje, którymi organizacja chciałaby podzielić się z opinią publiczną)

Imię i nazwisko osoby upoważnionej lub imiona i nazwiska osób upoważnionych do składania oświadczeń woli w imieniu organizacji	Mirosława Szczepańska	Data wypełnienia sprawozdania	2026-07-03