
Dofinansowano z budżetu Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

REGULAMIN PROJEKTU

„Pomagasz innym- zadbaj o siebie”

realizowanym przez Fundację Uzdrawiska Solanki Pro Zdrowie,
ul. Solankowa 77, 88-100 Inowrocław,
współfinansowany ze środków budżetu
Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

Dofinansowano z budżetu Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

§ 1 Informacje o projekcie

1. Projekt **„Pomagasz innym- zadbaj o siebie”** jest realizowany przez Fundację Uzdrawiska Solanki Pro Zdrowie, ul. Solankowa 77, 88-100 Inowrocław.
2. Celem projektu jest kompleksowe wsparcie dla 10 mieszkańców województwa kujawsko-pomorskiego, powiatu inowrocławskiego lub mogileńskiego którzy są opiekunami osób przewlekle chorych.
3. Projekt jest współfinansowany ze środków budżetu Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego.
4. Liczbę uczestników w projekcie ustalono na poziomie **10 osób- mieszkańców województwa kujawsko-pomorskiego, powiatu inowrocławskiego lub mogileńskiego**.
5. Okres realizacji Projektu: **1 maja 2025 r. do 4 lipca 2025 r.**
6. Obszar realizacji projektu obejmuje teren: województwa kujawsko-pomorskiego, powiatu inowrocławski lub mogileński
7. Szczegółowe informacje związane z projektem, informacje o rekrutacji wraz z dokumentami rekrutacyjnymi będą dostępne w biurze projektu oraz na stronie internetowej projektu: www.fundacijaprozdrowie.solanki.pl
8. Projekt przewiduje realizację następujących form wsparcia dla każdego uczestnika:
 - 1) spotkanie początkowe (na nim uczestnicy otrzymają harmonogram projektu, omówione zostaną podstawowe założenia projektu)
 - 2) wizytę fizjoterapeutyczną początkową- fizjoterapeuta oceni stan fizyczny uczestnika
 - 3) 8 masażów wielostrumieniowy (2 razy w tygodniu x 4 tygodnie)
 - 4) 8 relaksacji w grocie solnej (2 razy w tygodniu x 4 tygodnie)
 - 5) 8 gimnastyk wzmacniających gorset mięśniowy, odbywających się na siłowni gimnastycznej lub basenie (2 razy w tygodniu x 4 tygodnie)
 - 6) jedna gimnastyka funkcjonalna z plastrowaniem dynamicznym
 - 7) dwie jednogodzinne grupowe sesje relaksacyjne z psychologiem
 - 8) jednogodzinną sesję indywidualną z psychologiem
 - 9) dwugodzinne warsztaty z fizjoterapeutą (uczestnicy nabędą kompetencje, dzięki którym mogą poprawić jakość życia chorego- nabędą wiedza i umiejętności w zakresie rehabilitacji oraz profilaktyki zdrowotnej osoby przewlekle chorej)
 - 10) wizyta fizjoterapeutyczna końcowa
 - 11) spotkanie na zakończenie projektu- (podsumowanie projektu, rozdanie materiałów promocyjno-informacyjnych)

§ 2. Definicje związane z projektem

1. **„Projekt”** – należy przez to rozumieć projekt **„Pomagasz innym- zadbaj o siebie”** jest realizowany przez Fundację Uzdrawiska Solanki Pro Zdrowie, ul. Solankowa 77, 88-100 Inowrocław i współfinansowany ze środków budżetu Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego.
2. **„Beneficjent (Realizator projektu)”** - należy przez to rozumieć Fundację Uzdrawiska Solanki Pro Zdrowie, ul. Solankowa 77, 88-100 Inowrocław.
3. **„Biuro projektu”** – na potrzeby niniejszego projektu dokumenty rekrutacyjne oraz udzielanie informacji na temat realizacji projektu osobom zainteresowanym udziałem w projekcie oraz

Dofinansowano z budżetu Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

Uczestnikom Projektu, będzie się odbywało w pokoju nr 33 lub 206, al. Sienkiewicza 50, 88-100 Inowrocław, w dniach roboczych od poniedziałku do piątku, w godzinach od 9:00-13:00.,

4. „Strona internetowa projektu” – należy przez to rozumieć stronę, na której będą umieszczone informacje na temat Projektu, tj. www.fundacjaprozdrowie.solanki.pl
5. **Kandydat/ka** – należy przez to rozumieć: osobę fizyczną, zainteresowaną udziałem w projekcie, która zamierza wziąć udział w projekcie i złożyć dokumenty rekrutacyjne, wskazane w niniejszym regulaminie oraz spełnia kryteria kwalifikowalności do udziału w projekcie.

§ 3. Uczestnicy projektu

1. Uczestnikiem Projektu mogą być osoby spełniające łącznie następujące warunki, tj.:
 - a) osoby, które są opiekunami osób przewlekle chorych
 - b) osoby zamieszkujące w rozumieniu Kodeksu Cywilnego na terenie: **województwa kujawsko-pomorskiego, powiatu inowrocławskiego lub mogileńskiego**
2. Uczestnicy Projektu uczestniczą w realizacji poszczególnych form wsparcia na własną odpowiedzialność.

§ 4. Rekrutacja

1. Nabór Kandydatów do udziału w projekcie „**Pomagasz innym- zadbaj o siebie**” jest realizowany przez Fundację Uzdrawiska Solanki Pro Zdrowie i współfinansowany ze środków.
2. Rekrutacja do projektu będzie prowadzona od 1 maja 2025 r. do 4 lipca 2025 r. Beneficjent zastrzega sobie możliwość zmiany terminów rekrutacji bez konieczności zmiany niniejszego regulaminu.
3. Informacje o rekrutacji i terminach będą dostępne w Biurze projektu oraz na stronie internetowej projektu: www.fundacjaprozdrowie.solanki.pl
4. O naborze do projektu decyduje kolejność zgłoszeń.
5. Rekrutacja do projektu odbywać się będzie z zachowaniem zasad równego dostępu i równego traktowania wszystkich osób zainteresowanych udziałem w projekcie.
6. Rekrutacja i formy wsparcia realizowane będą zgodnie z zasadą niedyskryminacji ze względu na płeć, rasę lub pochodzenie etniczne, narodowość, obywatelstwo, religię (wyznanie) lub światopogląd, niepełnosprawność, wiek, orientację seksualną, przynależność do grup społeczno-zawodowych, sytuację materialną i prawną, wykształcenie, zawód, pochodzenie społeczne.

§ 5. Dokumenty rekrutacyjne

1. **Dokumenty rekrutacyjne** można składać osobiście w biurze projektu (**przy al. H. Sienkiewicza 50, 88-100 Inowrocław, pokój 33 lub 206**), drogą pocztową lub elektronicznie.
2. W przypadku wysłania dokumentacji rekrutacyjnej drogą pocztową lub kurierem za termin złożenia dokumentacji rekrutacyjnej uznaje się datę jej wpływu odpowiednio do biura projektu (a nie datę stempla pocztowego lub odpowiednio nadania przesyłki kurierskiej), w przypadku wysłania dokumentów drogą elektroniczną decyduje data przesłania dokumentów na wskazany adres elektroniczny, tj. FundacjaUzdrawiska@tlen.pl

Dofinansowano z budżetu Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

3. Osoby zainteresowane udziałem w Projekcie są zobowiązane do wypełnienia i złożenia **Dokumentów Rekrutacyjnych** (wzory dostępne w biurze oraz na stronie internetowej projektu – www.fundacjaprozdrowie.solanki.pl) czyli:
 - a) Formularz zgłoszeniowy
 - b) Oświadczeń
 - c) Klauzuli informacyjnej o przetwarzaniu danych osobowych
4. Dokumenty można składać w Biurze projektu, od poniedziałku do piątku od godziny **9.00 –13.00**.
5. Beneficjent zastrzega sobie, że wypełnienie i złożenie dokumentów rekrutacyjnych nie jest jednoznaczne z udziałem w projekcie.
6. Dokumenty rekrutacyjne złożone w Biurze projektu nie podlegają zwrotowi.
7. Istnieje możliwość uzupełnienia brakujących dokumentów lub błędów wynikających z niepoprawnego wypełnienia dokumentów rekrutacyjnych, w postaci: podpisu, ręcznego wypełnienia nieuzupełnionego wymaganego pola lub ręcznej poprawy błędnie wypełnionego pola, na etapie przyjmowania.
8. W ramach projektu obowiązuje wymóg sporządzenia dokumentów rekrutacyjnych w języku polskim. Dokumenty powinny być wypełnione w sposób czytelny.

§ 6. Zasady monitoringu uczestników

1. Uczestnicy Projektu zobowiązani są do każdorazowego potwierdzania skorzystania ze wsparcia poprzez złożenie podpisu na liście obecności.
2. Uczestnicy Projektu zobowiązani są do wypełniania ankiet monitorujących w trakcie trwania i po zakończeniu Projektu.
3. Informacje, o których mowa w pkt. 1-2 będą wykorzystywane do wywiązania się Beneficjenta z obowiązków sprawozdawczych z realizacji Projektu wobec Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego.

§ 7. Rezygnacja z udziału w projekcie

1. Rezygnacja z udziału w projekcie możliwa jest tylko w uzasadnionych przypadkach. Uzasadnione przypadki mogą wynikać z przyczyn natury zdrowotnej lub działania siły wyższej i nie mogły być znane Uczestnikowi w momencie przystąpienia do Projektu.
2. W przypadku nieuzasadnionej rezygnacji z udziału w Projekcie w trakcie trwania wsparcia Beneficjent może wystąpić do Uczestnika o zwrot całości lub części kosztów związanych z uczestnictwem w projekcie.
3. Beneficjent zastrzega sobie prawo do skreślenia uczestnika z listy poszczególnych form wsparcia w przypadku naruszenia przez Uczestnika Projektu niniejszego Regulaminu oraz zasad współżycia społecznego, a w szczególności w przypadku naruszenia nietykalności cielesnej innego Uczestnika, pracownika lub współpracownika Beneficjenta, udowodnionego aktu kradzieży, obecności w stanie nietrzeźwym na zajęciach lub okazywaniem jawnej agresji względem osób wyżej wymienionych.

§ 8. Prawa i obowiązki Uczestnika Projektu

1. Na Uczestnikach Projektu spoczywają następujące obowiązki:
 - a) przestrzeganie niniejszego Regulaminu,

Fundacja Uzdrawiska Solanki Pro Zdowie
ul. Solankowa 77, 88-100 Inowrocław
KRS: 0000643609

Dofinansowano z budżetu Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego

- b) złożenie kompletu wymaganych dokumentów rekrutacyjnych,
- c) uczestniczenie we wszystkich formach wsparcia, które zostały dla Uczestnika Projektu przewidziane i tam gdzie to konieczne potwierdzenie tego faktu podpisem na liście obecności
- d) punktualne przychodzenia na przewidziane dla każdego Uczestnika projektu formy wsparcia,
- e) usprawiedliwienie nieobecności w Biurze projektu niezwłocznie od daty zaistnienia zdarzenia,

§ 9. Zakończenie udziału w projekcie

1. Uczestnik Projektu kończy udział w projekcie w przypadku realizacji całości programu wynikającego z powyższego Projektu.

§ 10. Postanowienia końcowe

1. Uczestnik Projektu jest zobowiązany do respektowania zasad niniejszego Regulaminu.
2. W sytuacjach nieuregulowanym w niniejszym Regulaminie, a odnoszących się do Projektu, decyzje podejmuje Koordynator Projektu.
3. Ostateczna interpretacja zapisów Regulaminu Projektu należy do Koordynatora Projektu.
4. Aktualna treść Regulaminu dostępna jest w Biurze Projektu oraz na stronie internetowej www.fundacjaprozdrowie.pl
5. Beneficjent zastrzega sobie prawo zmiany niniejszego Regulaminu w trakcie trwania Projektu. Regulamin z wprowadzonymi zmianami dostępny będzie w biurze Projektu oraz na stronie internetowej Projektu. Uczestnik zobowiązany jest do śledzenia zmian w Regulaminie, o których informacje będą zamieszczane na stronie internetowej Projektu.
6. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem zastosowanie mają odpowiednie reguły i zasady wynikające z ustawy kodeks cywilny, ustawy o rachunkowości, ustawie o prawie zamówień publicznych, ustawie o finansach publicznych, ustawa o odpowiedzialności za naruszenie dyscypliny finansów publicznych.

Oświadczam, że:

- 1) zapoznałam (em) się z powyższym Regulaminem
- 2) akceptuję warunki powyższego Regulaminu
- 3) zobowiązuję się do stosowania/przestrzegania powyższego Regulaminu

*Fundacja Uzdrowiska Solanki
Pro Zdrowie
ul. Solankowa 77, 88-100 Inowrocław
NIP 556-276-59-11*

*Prezes Fundacji
Anna Witkowska*

DATA, MIEJSCOWOŚĆ	PODPIS