

## REGULAMIN PROJEKTU PN. „KLUB SENIORA PRZY KPCEEiS” NR 1/G/2020/055

### § 1

#### INFORMACJE OGÓLNE

1. Projekt pn. „Klub Seniora przy KPCEEiS” realizowany jest przez Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Ekologicznej i Sportu (KPCEEiS).
2. Działania stacjonarne, realizowane w ramach projektu pn. „Klub Seniora przy KPCEEiS” będą odbywały się w siedzibie Kujawsko-Pomorskiego Centrum Edukacji Ekologicznej i Sportu, na terenie Leśnego Parku Kultury i Wypoczynku Myślęcinek (ul. Gdańska 173-175, 85-674 Bydgoszcz - budynek Kujawsko-Pomorskiego Centrum Edukacji Ekologicznej i Sportu znajduje się przy Polanie Zacisze, na terenie Leśnego Parku Kultury i Wypoczynku Myślęcinek), a także (w odniesieniu do spotkań integracyjnych) w innych częściach Bydgoszczy.
3. Część działań, realizowanych w ramach projektu pn. „Klub Seniora przy KPCEEiS” odbywała będzie się poza siedzibą, wskazaną w §1, ust. 2, przede wszystkim na terenie Leśnego Parku Kultury i Wypoczynku Myślęcinek, w granicach Bydgoszczy.
4. W ramach Projektu świadczone będzie wielowymiarowe wsparcie, z zakresu szeroko pojętej aktywizacji i integracji społecznej, w tym w postaci m.in.: wyjazdów rekreacyjnych, warsztatów grupowych czy ekologicznych spacerów badawczych.
5. „Klub Seniora przy KPCEEiS” funkcjonował będzie średnio w wymiarze 22 godzin w miesiącu w okresie od stycznia do czerwca 2022 r.
6. W trakcie zajęć w „Klubie Seniora przy KPCEEiS” uczestnicy Projektu będą mieli do dyspozycji Opiekuna Klubu, który dbać będzie o porządek i dobrą atmosferę w klubie, wspomagał uczestników, angażował ich w realizowane działania, rozwijał ich kreatywność, a także pomagał w budowaniu relacji interpersonalnych.
7. W projekcie założony jest udział 17 osób, w tym 15 osób należących do grupy osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym oraz 2 osób należących do otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym.
8. Średnio w jednych zajęciach grupowych, dedykowanych wszystkim uczestnikom Projektu (tj. zarówno osobom zagrożonym ubóstwem lub wykluczeniem społecznym oraz otoczeniu osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym) będzie brało udział 14 osób. Z kolei w zajęciach skierowanych wyłącznie do otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym, średnio w jednych zajęciach będą brały udział 2 osoby.
9. Z usług „Klubu Seniora przy KPCEEiS” skorzystać można po pozytywnym przejściu procesu rekrutacji i zakwalifikowaniu się do projektu, a następnie podpisaniu dokumentów rekrutacyjnych, tj.:  
-umowy uczestnictwa w Projekcie,

- regulaminu Projektu,
- oświadczenia uczestnika Projektu objętego grantem,
- zakresu danych osobowych uczestnika Projektu powierzonych do przetwarzania.

10. W przypadku osób uczestniczących w „Klubie Seniora przy KPCEEiS” personel placówki nie bierze odpowiedzialności za ewentualne konsekwencje zdrowotne w zakresie przebywania uczestników w placówce oraz ich udziału w prowadzonych zajęciach.

11. Wsparcie w ramach Projektu „Klub Seniora przy KPCEEiS” jest współfinansowane ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020.

## § 2

### CELE PROJEKTU

1. Celem projektu jest zwiększenie aktywności społecznej 15 osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym, zamieszkujących na obszarze LSR Miasta Bydgoszczy (jednostki urbanistyczne Bydgoszczy: Śródmieście, Bocianowo, Wilczak, Błonie, Fordon I, Fordon II, Okole) poprzez realizację wieloaspektowego wsparcia w zakresie aktywizacji społecznej, w tym wyjazdów rekreacyjnych, warsztatów grupowych, ekologicznych spacerów badawczych itd.
2. Celem projektu jest również podniesienie wiedzy i umiejętności 2 osób z otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym zamieszkujących na terenie obszaru LSR Miasta Bydgoszczy.
3. Cel ściśle łączy się ze zidentyfikowaną przez Realizatora projektu sytuacją problemową, tj. m.in.: brakiem możliwości aktywnego udziału w przedsięwzięciach o charakterze edukacyjnym, rekreacyjnym, animacyjnym, występowaniem barier psychologicznych, pogorszeniem jakości życia, w tym kondycji, problemami z dokonywaniem właściwych decyzji konsumenckich oraz barierami transportowymi, dotyczącymi grupę docelową projektu.
4. Wskazany cel wpisuje się w założenia Lokalnej Strategii Rozwoju Stowarzyszenia Bydgoska Lokalna Grupa Działania „Dwie Rzeki”. Realizator projektu planuje podejmować w jego ramach działania przeciwdziałające wykluczeniu społecznemu, rozumianemu m.in. jako: problem uczestnictwa w życiu zbiorowym, problem z dostępem do zasobów, kapitału i instytucji oraz rodzaj ubóstwa.

## § 3

### FORMY WSPARCIA W PROJEKCIE

W ramach „Klubu Seniora przy KPCEEiS” przewidziano następujące formy działań/wsparcia:

1. Wsparcie indywidualne – psycholog:

Indywidualne konsultacje z psychologiem, w trakcie których określony zostanie poziom aktywności społecznej poszczególnych uczestników w momencie rozpoczęcia i zakończenia projektu oraz przygotowany zostanie indywidualny plan wsparcia. W zajęciach wezmą udział wyłącznie osoby zagrożone ubóstwem lub wykluczeniem społecznym. Każda z osób należących do ww. grupy, weźmie udział we wsparciu dwa razy (na początku i na końcu projektu), otrzymując każdorazowo 1-godzinne wsparcie.

## 2. Ekologiczne spacerzy badawcze:

Warsztaty terenowe z przewodnikiem, odbywające się na terenie Leśnego Parku Kultury i Wypoczynku Myślęcinek, których celem będzie poznanie potencjału przyrodniczego okolicy (las, łąka), w szczególności w kontekście ziół i roślin jadalnych. Zajęcia połączone z warsztatami stacjonarnymi, w trakcie których m.in. wykonywane będą odlewy roślin polnych, i które ukierunkowane będą na integrację uczestników. Zajęcia realizowane dla osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym oraz osób należących do otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym. Zakłada się realizację 3 edycji zajęć, każdorazowo trwających po 6 godzin.

## 3. Warsztaty sportowo-relaksacyjne:

Zajęcia ukierunkowane na wzmacnianie kondycji fizycznej, np.: gimnastyka, elementy jogi, ćwiczenia wspomagające funkcjonowanie kręgosłupa, gry zespołowe, relaksacja i inne. Wsparcie nastawione będzie jednocześnie na integrację uczestników. Zajęcia realizowane dla osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym oraz osób należących do otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym. Zakłada się realizację 4 edycji zajęć, każdorazowo trwających po 3 godziny.

## 4. Warsztaty profilaktyczne:

Moderowane pogadanki i ćwiczenia praktyczne, obejmujące takie tematy jak np.: najczęściej stosowane próby oszustwa, możliwe rozwiązania prawne, zasady prawidłowego żywienia człowieka w różnych okresach życia. Wsparcie nastawione będzie jednocześnie na integrację uczestników. Zajęcia realizowane dla osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym oraz osób należących do otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym. Zakłada się realizację 4 edycji zajęć, każdorazowo trwających po 3 godziny.

## 5. Warsztaty Birdwatching:

Zajęcia prowadzone przez przyrodnika, polegające na obserwacji ptaków na terenie Leśnego Parku Kultury i Wypoczynku Myślęcinek, połączone z warsztatami stacjonarnymi. Wsparcie nastawione będzie jednocześnie na integrację uczestników. Zajęcia realizowane dla osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym oraz osób należących do otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym. Zakłada się realizację 3 edycji zajęć, każdorazowo trwających po 6 godziny.

## 6. Wyjazd rekreacyjny:

Warsztaty plenerowe, połączone z moderowaną dyskusją i warsztatami stacjonarnymi, dot. zrównoważonego rozwoju, ochrony środowiska, zmian klimatycznych itp. Wsparcie nastawione będzie jednocześnie na integrację uczestników. Zajęcia realizowane dla osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym oraz osób należących do otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym. Zakłada się realizację 3 edycji zajęć, każdorazowo trwających po 6 godziny.

## 7. Spotkanie integracyjne:

Spotkania, których celem będzie integracja uczestników projektu z lokalną społecznością (np. rodzina, sąsiedzi, znajomi uczestników itd.), przedstawienie efektów uczestnictwa w projekcie oraz ukazanie postępu w zakresie podniesienia aktywności społecznej i promocja działań BLGD „Dwie Rzeki”. LGD. Zajęcia realizowane dla osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym oraz osób należących do otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym. Zakłada się realizację 2 edycji zajęć, każdorazowo trwających po 6 godziny.

#### 8. Wsparcie grupowe psychologiczne:

Zajęcia, w trakcie których podejmowana będzie problematyka, dot. wspierania osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym. Wsparcie oparte zostanie na takich aspektach jak m.in.: trening umiejętności interpersonalnych, rozwiązywanie problemów oraz kształtowanie pozytywnych relacji. Zajęcia realizowane wyłącznie dla otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym. Zakłada się realizację 2 edycji zajęć, każdorazowo trwających po 4 godziny.

### § 3

#### PRAWA UCZESTNIKÓW PROJEKTU

1. Zajęcia, prowadzone w ramach Projektu, realizowane będą przy poszanowaniu godności i prywatności uczestników.
2. Uczestnicy mają prawo brać udział we wszystkich zajęciach organizowanych w ramach oferowanego wsparcia w „Klubie Seniora przy KPCEEiS”, przy zastrzeżeniu, iż część jest dostępna wyłącznie dla grupy osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym lub otoczenia osób zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym.
3. Udział w Projekcie jest całkowicie bezpłatny.

### § 4

#### OBOWIĄZKI UCZESTNIKÓW PROJEKTU

1. Współdziałanie z prowadzącymi zajęcia i Opiekunem „Klubu Seniora przy KPCEEiS”.
2. Przestrzeganie norm i zasad współżycia społecznego w „Klubie Seniora przy KPCEEiS” oraz w trakcie form wsparcia, odbywających się poza jego siedzibą.
3. Przestrzeganie zasad higieny osobistej i dbanie o wygląd zewnętrzny.
4. Regularne uczestnictwo w zajęciach proponowanych w ramach „Klubu Seniora przy KPCEEiS”, w tym udział w zajęciach przez cały okres trwania Projektu.
5. Przestrzeganie zakazu:
  - a. palenia tytoniu w pomieszczeniach, w których odbywało będzie się wsparcie w ramach „Klubu Seniora przy KPCEEiS”,
  - b. przychodzenia na zajęcia pod wpływem alkoholu i/lub innych środków odurzających, a także ich wnoszenie na zajęcia i spożywanie w trakcie,
  - c. wprowadzania na zajęcia osób postronnych i zwierząt,
  - d. stosowania przemocy (słownej, fizycznej i psychicznej).
6. Zapoznanie się i przestrzeganie przepisów BHP, przepisów przeciwpożarowych oraz zasad ustalonych w niniejszym Regulaminie.
7. Powstrzymanie się od zachowań oraz form aktywności, które mogą potencjalnie zagrażać bezpieczeństwu i zdrowiu własnemu oraz bezpieczeństwu i zdrowiu innych uczestników.

8. Wypełnianie niezbędnych dokumentów potwierdzających udział w Projekcie oraz umożliwiających rozliczenie Projektu, w tym udokumentowanie osiągnięcia wskaźników w Projekcie, a także poddanie się ewaluacji dokonywanej przez Realizatora projektu, Stowarzyszenie Bydgoska Lokalna Grupa Działania „Dwie Rzeki” lub IZ RPO WKP oraz jednostki działające na ich rzecz.

## § 5

### ZAKOŃCZENIE I PRZERWANIE UDZIAŁU W PROJEKCIE

1. Zakończenie Projektu zaplanowane jest zgodnie ze ścieżką udziału uczestnika w Projekcie i nastąpi najpóźniej do 30.06.2022 r.
2. Realizator projektu zastrzega sobie prawo skreślenia uczestnika z listy uczestników Projektu w przypadku naruszenia postanowień niniejszego regulaminu.
3. W przypadku rezygnacji z udziału w Projekcie w trakcie jego trwania, Uczestnik jest zobowiązany wskazać pisemnie przyczynę rezygnacji.

## § 6

### ZASADY REGULUJĄCE WYJAZDY NA WYCIECZKI, WYJŚCIA W TEREN ITP.

1. Uczestnicy Projektu mogą korzystać ze wsparcia, odbywającego się poza siedzibą „Klubu Seniora przy KPCEEiS”.
2. Wśród form wsparcia, odbywających się poza siedzibą „Klubu Seniora przy KPCEEiS” znajdują się:
  - a. ekologiczne spacerowanie badawcze,
  - b. warsztaty Birdwatching,
  - c. wyjazdy rekreacyjne,
  - d. spotkania integracyjne.
2. Wyjścia i wyjazdy realizowane są zgodnie z programem „Klubu Seniora przy KPCEEiS”.
3. Podczas realizacji wsparcia poza siedzibą „Klubu Seniora przy KPCEEiS” o których mowa wyżej, Uczestników obowiązuje przestrzeganie norm i zasad współżycia społecznego w tym szczególna dyscyplina.
4. Realizator projektu przygotowuje program wsparcia, odbywającego się poza siedzibą „Klubu Seniora przy KPCEEiS”, a także w razie potrzeby zapewnia opiekę specjalistów (np.: przyrodnik).

## § 7

### POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Realizator projektu zastrzega sobie prawo wniesienia zmian do Regulaminu lub wprowadzenia dodatkowych postanowień.

2. Zmiany niniejszego regulaminu dokonywane są w formie pisemnej i podawane do wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń w biurze projektu, a także stronie internetowej Projektu oraz w mediach społecznościowych Realizatora projektu.
3. W kwestiach nieujętych w niniejszym Regulaminie ostateczną decyzję podejmuje Realizator projektu.
4. Ostateczna interpretacja niniejszego Regulaminu należy do Realizatora projektu.
5. Regulamin wchodzi w życie z dniem 1 stycznia 2022 r.

.....  
Data i podpis Uczestnika Projektu

## Słownik pojęć

IPD – Indywidualny Plan Działania, sporządzany na rzecz uczestników Projektu przed przystąpieniem do grupowych form wsparcia.

IZ RPO WKP – Instytucja Zarządzająca Regionalnym Programem Operacyjnym Województwa Kujawsko-Pomorskiego, tj. Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko-Pomorskiego.

LSR – Lokalna Strategia Rozwoju Stowarzyszenia Bydgoska Lokalna Grupa Działania „Dwie Rzeki”.

Obszar LSR – obszar Lokalnej Strategii Rozwoju, tj. obszar miasta Bydgoszczy uznany za wymagający szczególnego wsparcia, wyznaczony w Lokalnej Strategii Rozwoju Stowarzyszenia Bydgoska Lokalna Grupa Działania „Dwie Rzeki”.

Projekt - Projekt pn. „Klubu Seniora przy KPCEEiS” realizowany przez Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Ekologicznej i Sportu (KPCEEiS), współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020.

Realizator projektu - Kujawsko-Pomorskie Centrum Edukacji Ekologicznej i Sportu (KPCEEiS)

RPO WKP – Regionalny Program Operacyjny Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020.

Uczestnik projektu – osoba, która pozytywnie przeszła proces rekrutacji i zakwalifikowała się do Projektu, a następnie podpisała dokumenty rekrutacyjne.