

ZASADY REKRUTACJI I UCZESTNICTWA W PROJEKCIE

„AKTYWNI.ZDROWO.MIĘDZYPOKOLENIOWO”

§ 1 Postanowienia ogólne

1. Realizatorem Projektu jest Caritas Diecezji Zielonogórsko-Gorzowskiej.
2. Biuro Projektu mieści się w Zielonej Górze 65-170, ul. Generała Józefa Bema 32-34, tel. 575 026 358, dostępne dla Uczestników Projektu od poniedziałku do piątku, w godz. 7:00 – 15:00, strona internetowa: caritaszg.pl, e-mail: senior.zgora@caritas.pl
3. Projekt jest dofinansowany ze środków budżetu państwa w ramach Programu Wieloletniego na rzecz Osób Starszych „Aktywni+” na lata 2021–2025- Edycja 2024.
4. Projekt realizowany jest zgodnie z umową o dofinansowanie w okresie od sierpnia do grudnia 2024 r.
5. Całkowita wartość projektu wynosi 274 590,00 zł, tym wartość dofinansowania 247 050,00 zł.
6. Projekt skierowany jest do 250 osób, spełniających wymagania określone w § 3 niniejszych Zasad Rekrutacji i Uczestnictwa w Projekcie.
7. Celem głównym Projektu jest przyczynienie się do budowania pozytywnego wizerunku starości poprzez realizację działań edukacyjnych, informacyjnych i społecznych, mających na celu zmianę postrzegania starości oraz podkreślenie jej wartości i znaczenia w społeczeństwie, m.in. poprzez:
 - promocję pozytywnych wzorców starzenia,
 - organizację działań, promujących współpracę i wzajemne zrozumienie między pokoleniami,
 - organizację wydarzeń, umożliwiających osobom starszym dzielenie się swoją wiedzą, doświadczeniami i umiejętnościami z młodszym pokoleniem,
 - organizację działań, pomagających utrzymać aktywność fizyczną, intelektualną i społeczną,
 - organizację działań, dostarczających wiedzy nt. zdrowego żywienia.
8. Udział w projekcie jest bezpłatny.

§ 2 Zasady realizacji projektu

1. Uczestnicy wezmą udział w warsztatach tematycznych z zakresu:
 - Cyfryzacji pt. "Senior w Sieci: Bezpiecznie i Sprawnie"
 - Geriatrii/gerontologii/pierwszej pomocy pt. "Starzenie się z Godnością"
 - Zdrowego żywienia pt. "Kuchnia Pełna Zdrowia: Żywnie dla Długowieczności"Warsztaty będą prowadzone w grupach średnio 17 osobowych. Czas trwania każdego warsztatu wyniesie 3 godziny zegarowe.
2. Uczestnicy będą uczestniczyli w warsztacie edukacyjno – rozrywkowym z zakresu treningu mózgu pt. "Ćwiczy Umysł z Planszówkami". Warsztat będzie przeprowadzony w grupach średnio 17 osobowych. Dla każdej grupy zaplanowano dwa trzygodzinne warsztaty.
3. Uczestnicy wezmą udział w zajęciach z aktywności fizycznej z zakresu:
 - treningu ciała pt. „Nordic Walking - Marsz po Zdrowie” – łącznie 4 godziny, dwa dwugodzinne treningi, w grupach średnio 17 osobowych
 - treningu ciała pt. „Gra w Boule: Aktywność Fizyczna i Towarzyska” - łącznie 6 godzin, dwa trzygodzinne warsztaty, w grupach średnio 17 osobowych.
4. Uczestnicy wezmą udział w Międzypokoleniowym Wydarzeniu Plenerowym w jednym z n/w miejsc:
 - Pszczelarnia Słodnik w Zaborze
 - Palarnia Kawy PROGUSTA w Rogach
 - Centrum Hortiterapii-Ogrody Zmysłów na Wzgórzach Dalkowskich w Dalkowie

Ze względu na znaczną ilość osób, które biorą udział w projekcie, uczestnicy zostaną podzieleni na grupy ze względu na miejsce zamieszkania.

Podczas każdego z wydarzeń Uczestnicy pozyskają wiedzę na temat produktu, w którym specjalizuje się dane miejsce.

Dojazd do poszczególnych miejsc na Międzypokoleniowe Wydarzenia Plenerowe zapewnia realizator Projektu.

5. Wszystkie warsztaty będą prowadzone z uwzględnieniem zasady równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami oraz zasady równości szans kobiet i mężczyzn.
6. Zajęcia odbywać się będą zgodnie z przyjętym harmonogramem i planem zajęć.
7. Organizator zapewnia zaplecze lokalowe, techniczne i kadrowe, niezbędne do realizacji Projektu.

§ 3 Kryteria uczestnictwa w Projekcie

1. Projekt skierowany jest do 250 osób (pełnoletnich), w tym 225-ciu w wieku 60+ i 25-ciu poniżej 60 r.ż.
2. Uczestnicy projektu muszą zamieszkiwać teren jednej z następujących miejscowości: Gorzów Wlkp., Głogów, Gubin, Nowa Sól, Ogardy, Sulechów, Sulęcín, Tuplice, Zielona Góra.
3. Warunkiem uczestnictwa w Projekcie jest złożenie formularza zgłoszeniowego i ankiety rekrutacyjnej dostępnej na stronie www. realizatora Projektu oraz w biurze Projektu do dnia 10.09.2024 r.
4. Dokumenty rekrutacyjne można złożyć osobiście w siedzibie Caritas Diecezji Zielonogórsko-Gorzowskiej, ul. Gen. Józefa Bema 32-34, 65-170 Zielona Góra, za pomocą poczty tradycyjnej lub poczty elektronicznej: senior.zgora@caritas.pl
5. Złożenie formularza i ankiety rekrutacyjnej nie jest jednoznaczne z zakwalifikowaniem do udziału w projekcie.

§ 4 Kryteria rekrutacji do Projektu

1. Rekrutacja do Projektu będzie prowadzona do dnia 10.09.2024 r.
2. Weryfikację złożonych ankiet przeprowadzi powołany Zespół Projektu.
3. Wszyscy Uczestnicy zakwalifikowani do Projektu zostaną niezwłocznie poinformowani o wynikach telefonicznie lub za pośrednictwem poczty elektronicznej.
4. W przypadku większej ilości kandydatów, aniżeli dostępnych, miejsc zostanie utworzona lista rezerwowa.
5. Kandydat z listy rezerwowej będzie kwalifikowany do udziału w Projekcie w przypadku rezygnacji osoby z listy podstawowej.
6. Kandydaci zakwalifikowani do udziału w Projekcie są zobowiązani do poinformowania telefonicznie lub za pośrednictwem poczty elektronicznej, Realizatora projektu, czy podtrzymują chęć uczestnictwa w Projekcie, niezwłocznie po otrzymaniu informacji o wynikach rekrutacji, nie później jednak niż 5 dni przed terminem pierwszego zaplanowanego działania.

§ 5 Zasady monitoringu Uczestników

1. Uczestnik jest zobowiązany każdorazowo do potwierdzenia swojej obecności na zajęciach poprzez podpisanie listy obecności.
2. Uczestnik zobowiązany jest do udziału w badaniach ankietowych dla potrzeb monitoringu realizacji wskaźników Projektu i sprawozdawczości.
3. Uczestnik zobowiązany jest do podania aktualnych i zgodnych ze stanem faktycznym danych osobowych oraz do niezwłocznego informowania o wszelkich zmianach dotyczących powyższego.

§ 6 Prawa i obowiązki Uczestników

1. Uczestnik ma prawo do:
 - udziału w Projekcie zgodnie z postanowieniami niniejszych Zasad Rekrutacji i Uczestnictwa w Projekcie,
 - otrzymania akcesoriów sportowych niezbędnych do wykonywania ćwiczeń w ramach zaplanowanych zajęć z aktywności fizycznej.
2. Uczestnik jest zobowiązany do:
 - przestrzegania zasad niniejszych Zasad Rekrutacji i Uczestnictwa w Projekcie,
 - udziału w zajęciach w wyznaczonych terminach, godzinach i miejscu,
 - udziału w badaniach ankietowych w trakcie trwania projektu.

§ 7 Zasady rezygnacji z uczestnictwa w Projekcie

1. Rezygnacja z udziału w Projekcie możliwa jest wyłącznie w uzasadnionych przypadkach i następuje poprzez złożenie pisemnego oświadczenia.
2. Uzasadnione przypadki, o których mowa powyżej mogą wynikać z ważnych przyczyn osobistych lub z przyczyn zdrowotnych/działania siły wyższej i z zasady nie mogą być znane Uczestnikowi w momencie rozpoczęcia udziału w Projekcie.
3. W przypadku rezygnacji z udziału w Projekcie, Uczestnik jest zobowiązany niezwłocznie powiadomić Realizatora o tym fakcie.

4. W przypadku rezygnacji Uczestnika na jego miejsce jest przyjmowana pierwsza osoba z listy rezerwowej, pod warunkiem, że rezygnacja nastąpiła przed rozpoczęciem działań.
5. W przypadku odmowy wzięcia udziału w Projekcie przez tę osobę do udziału w Projekcie jest kwalifikowana kolejna osoba z listy rezerwowej.