REGULAMIN

Projektu „Dobre miejsce do życia”

**Par. 1**

**Postanowienia ogólne**

1. Regulamin określa zasady rekrutacji i uczestnictwa w projekcie pn. „Dobre miejsce do życia”, zwanym dalej Projektem.
2. Projekt jest realizowany przez Fundację Tarnowskiej Agencji Rozwoju Regionalnego, zwaną dalej Fundacją.
3. Projekt uzyskał dofinansowanie w naborze wniosków o udzielenie grantu w ramach projektu grantowego pn. „MAŁOPOLSKA TARCZA HUMANITARNA. FUNDUSZE EUROPEJSKIE DLA UKRAINY. WSPARCIE GRANTOWE EFS DLA NGO i JST – integracja społeczna, rynek pracy, edukacja i zdrowie” w ramach 15 Osi Priorytetowej: REACT-EU (EFS) dla sprostania wyzwaniom migracyjnym Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Małopolskiego na lata 2014-2020, Działanie 15.1 REACT-EU dla sprostania wyzwaniom migracyjnym - wsparcie grantowe dla NGO oraz JST.
4. Uczestnikami/uczestniczkami Projektu mogą być uchodźcy/uchodźczynie z Ukrainy, tj. osoby uciekające z terenu Ukrainy w związku z atakiem Federacji Rosyjskiej na Ukrainę, które przybyły legalnie na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej od dnia 24 lutego 2022 r., oraz które w momencie składania Karty zgłoszenia przebywają na terenie Tarnowa oraz powiatu tarnowskiego, brzeskiego lub dąbrowskiego.
5. Formy wsparcia oferowane w ramach Projektu to:
   1. Wycieczki krajoznawcze pn. "Ukrainiec na szlaku";
   2. Cykl zajęć dla dzieci "Sportowe pasje" na terenie obiektów sportowych w Tarnowie;
   3. Zajęcia ruchowe dla kobiet z zapewnieniem opieki nad dziećmi na terenie obiektów sportowych w Tarnowie;
   4. Dyżury eksperckie: psychologa, fizjoterapeuty i prawnika;
   5. Polsko-ukraiński turniej sportowy;
   6. Ukraińska uczta integracyjna;
   7. Szkolenie Opieka nad osobą starszą z podstawą języka polskiego.
6. W przypadku form wsparcia określonych w ust. 5 pkt. a) – d) oraz g) warunkiem udziału w Projekcie jest złożenie Karty zgłoszenia, stanowiącej załącznik do niniejszego regulaminu.
7. Rekrutacja będzie prowadzona w okresie podanym na stronie internetowej <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/>
8. Fundacja zastrzega sobie prawo przedłużenia terminu rekrutacji lub wyznaczenia kolejnego naboru kandydatów aż do czasu zakwalifikowania grupy spełniającej wartości założone dla grupy uczestników Projektu.
9. Kartę można złożyć w następujący sposób:
   1. Mailowo na adres: [fundacja@tarr.tarnow.pl](mailto:fundacja@tarr.tarnow.pl)
   2. Osobiście pod adresem: ul. Szujskiego 66, 33-100 Tarnów, pokój 107, w godzi. 07:30 – 15:30.
10. O udziale w Projekcie decyduje kolejność zgłoszeń.
11. O zakwalifikowaniu do udziału w Projekcie uczestnik Projektu zostanie poinformowany drogą mailową, telefoniczną lub bezpośrednio.
12. Osoby, które nie zakwalifikują się do udziału w Projekcie, zostaną umieszczone na liście rezerwowej i w razie zwolnienia miejsca będą mogły zostać zakwalifikowane do udziału w Projekcie.
13. Udział we wszystkich formach wsparcia jest bezpłatny.
14. Wszystkie działania będą prowadzone zgodne z zasadą równości szans, w tym równości płci, dostępności dla osób niepełnosprawnych i zasadą niedyskryminacji.

**Par. 2**

**Wycieczki krajoznawcze „Ukrainiec na szlaku”**

1. W ramach Projektu zorganizowane zostaną trzy wycieczki obejmujące turystyczne obszary województwa małopolskiego. Program każdej z wycieczek będzie obejmował wędrówkę (np. lekki szlak górski), zwiedzanie (np. muzeum, zabytki), prelekcje przewodnika poświęcone historii i kulturze zwiedzanego obszaru.
2. Podczas wycieczki zapewniony zostanie przewodnik/pilot wraz z tłumaczem, transport autokarem, wyżywienie.
3. W każdej wycieczce może wziąć udział 45 uczestników/uczestniczek.
4. Warunkiem udziału w wycieczkach jest ukończony 10 rok życia. Osoby niepełnoletnie mogą brać udział w wycieczce jedynie pod opieką rodzica lub opiekuna prawnego. Wówczas rodzic/opiekun również jest uczestnikiem/uczestniczką wycieczki i wlicza się do liczby wskazanej w ust. 3.
5. Miejsca startu wycieczek zlokalizowane będą na terenie Tarnowa.
6. Szczegółowe terminy oraz programy wycieczek zostaną podane na stronie https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/.

**Par. 3**

**Cykl zajęć dla dzieci "Sportowe pasje"**

1. W ramach Projektu zorganizowane zostaną trzy cykle zajęć sportowych dla dzieci.
2. Każdy z cykli zajęć będzie trwał tydzień i obejmował następujące rodzaje aktywności:
   1. zajęcia ruchowe typu OCR (4 spotkania po 60 min),
   2. zajęcia ze wspinaczki na ściance (4 spotkania po 120 min),
   3. tenis ziemny (4 spotkania po 90 min).
3. Każdy z trzech cykli zajęć będzie obejmował wszystkie trzy aktywności.
4. Zajęcia będą się odbywać w obecności ukraińskojęzycznego asystenta. Każde dziecko otrzyma pamiątkowy dyplom udziału w cyklu ćwiczeń i upominek – bon zakupowy o wartości 50 zł do wykorzystania w sklepie sportowym.
5. W zajęciach mogą uczestniczyć osoby w wieku 7-14 lat.
6. W każdym cyklu zajęć może wziąć udział 15 uczestników/uczestniczek.
7. Zajęcia będą się odbywać we wskazanych obiektach na terenie Tarnowa.
8. Szczegółowe grafiki zajęć zostaną podane na stronie https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/.

**Par. 4**

**Zajęcia ruchowe dla kobiet wraz z zapewnieniem opieki nad dziećmi**

1. W ramach Projektu zorganizowane zostaną zajęcia fitness dla kobiet. Ich charakter i intensywność będą dostosowywane do potrzeb uczestniczek. Zajęcia będą się odbywać przez trzy miesiące 2 razy w tygodniu po 60 minut.
2. W czasie zajęć zapewniona zostanie opieka nad dziećmi w wieku 3-7 lat - podopiecznymi kobiet biorących udział w zajęciach.
3. W zajęciach mogą uczestniczyć pełnoletnie kobiety.
4. W każdych zajęciach może wziąć udział 15 uczestniczek.
5. Szczegółowe grafiki zajęć zostaną podane na stronie https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/.

**Par. 5**

**Dyżury eksperckie**

1. W ramach Projektu zorganizowane zostaną trzy Rodzaje dyżurów eksperckich. Poszczególne dyżury pełnić będą:
   1. Psycholog - możliwość uzyskania porady dot. trudnych stanów emocjonalnych związanych z doświadczeniem wojny, ucieczki, adaptacją do nowych realiów, radzenia sobie z lękiem, tęsknotą za bliskimi;
   2. Fizjoterapeuta - możliwość uzyskania porady dot. dbania o zdrowy kręgosłup, postepowania z nabytymi urazami i zwyrodnieniami, zalecanych ćwiczeń fizycznych;
   3. Prawnik - możliwość uzyskania porady z zakresu prostych spraw dotyczących głównie prawa cywilnego.
2. Dyżury będą się odbywać w obecności osoby tłumaczącej.
3. Łącznie odbędzie się 9 dyżurów (po 3 z każdego rodzaju) trwających po 2 godziny każdy.
4. Szczegółowe grafiki dyżurów zostaną podane na stronie https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/.

**Par. 6.**

**Polsko-ukraiński turniej sportowy**

1. W ramach Projektu zorganizowany zostanie jednodniowy turniej sportowy pod nazwą „RAMIĘ W RAMIĘ” z prostymi konkurencjami, zarówno dla dzieci jak i dla dorosłych.
2. W turnieju wezmą udział zarówno Ukraińcy/Ukrainki, jak i Polacy/Polki, przy czym Ukraińcy/Ukrainki będą stanowić min. 50% uczestników/uczestniczek.
3. Turniej odbędzie się w Tarnowie na terenie Góry św. Marcina w terminie podanym na stronie https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/.
4. Szczegóły Turnieju zostaną określone w odrębnym regulaminie.

**Par. 7**

**Ukraińska uczta integracyjna**

1. W ramach Projektu zorganizowane zostanie wydarzenie polegające na prezentacji potraw kuchni ukraińskiej podczas Targu Regionalnego organizowanego przez Tarnowską Agencję Rozwoju Regionalnego S.A.
2. Uczta odbędzie się na terenie Centrum Obrotu Rolno-Spożywczego przy ul. Giełdowej w Tarnowie.
3. Na wydzielonej przestrzeni Targu Regionalnego zorganizowane zostaną degustacje potraw ukraińskich, w których przygotowanie zaangażowani zostaną mieszkający w Polsce obywatele Ukrainy.
4. Podczas Uczty prowadzone będą rozmowy z przebywającymi w Polsce Ukraińcami/Ukrainkami nt. tradycji kulinarnych.
5. Wydarzenie będzie miało charakter otwarty.
6. Uczta odbędzie się w terminie podanym na stronie https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/.

**Par. 8**

**Szkolenie Opieka nad osobą starszą z podstawą języka polskiego**

1. W ramach Projektu zorganizowane zostanie szkolenie pt. Opieka nad osobą starszą z podstawą języka polskiego.
2. Program nauczania będzie obejmował m.in zagadnienia takie jak:
   1. elementy pedagogiki specjalnej, społecznej i opiekuńczej;
   2. wybrane zagadnienia z psychologii, metodyki pracy z osobami starszymi;
   3. rola i obowiązki opiekuna;
   4. umiejętności interpersonalne;
   5. elementy pierwszej pomocy przedmedycznej;
   6. zagadnienia higieny osobistej oraz najbliższego środowiska;
   7. higiena żywienia;
   8. aktywizacja podopiecznych;
   9. podstawy języka polskiego /z zakresu tematyki szkolenia/.
3. W szkoleniu mogą uczestniczyć osoby pełnoletnie.
4. W szkoleniu może wziąć udział 15 uczestników/uczestniczek.
5. Zajęcia będą się odbywać we wskazanych lokalizacjach na terenie Tarnowa.
6. Szczegółowe grafiki zajęć zostaną podane na stronie <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/> .

Par. 9

1. Uczestnik Projektu zobowiązuje się do potwierdzania obecności oraz podpisania wszystkich dokumentów niezbędnych do prawidłowej realizacji Projektu.
2. Osoby zakwalifikowane do udziału w poszczególnych formach wsparcia są zobowiązane do uczestniczenia w nich. Nieobecność może być usprawiedliwiona jedynie działaniem siły wyższej (np. choroba, nieprzewidziane zdarzenie losowe). Usprawiedliwiony charakter nieobecności za każdym razem będzie rozpatrywany indywidualnie. W przypadku nieobecności nieusprawiedliwionej Fundacja może domagać się od uczestnika/uczestniczki Projektu zwrotu kosztów poniesionych przez organizatora, spowodowanych przez tę nieobecność.
3. Realizator zastrzega sobie prawo skreślenia uczestnika z listy uczestników w przypadku naruszenia przez niego niniejszego regulaminu oraz zasad współżycia społecznego.
4. W przypadku rezygnacji lub skreślenia uczestnika, udział w Projekcie proponowany jest kolejnemu kandydatowi z listy rezerwowej.
5. Fundacja zastrzega sobie prawo dokonywania zmian lub dodatkowych postanowień w niniejszym Regulaminie.
6. Uczestnicy/uczestniczki poszczególnych form wsparcia pisemnie potwierdzają zapoznacie się z niniejszym Regulaminem.
7. Niniejszy regulamin jest dostępny na stronie internetowej <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/> .
8. W sprawach nieuregulowanych regulaminem mają zastosowanie obowiązujące przepisy prawa polskiego.

**Załączniki:**

1. Karta zgłoszenia udziału w projekcie – wycieczki krajoznawcze,
2. Karta zgłoszenia udziału w projekcie – zajęcia ruchowe dla kobiet,
3. Karta zgłoszenia udziału w projekcie – zajęcia sportowe dla dzieci,
4. Karta zgłoszenia udziału w projekcie – pozostałe formy wsparcia.