**REGULAMIN PROJEKTU**

**„Małopolski senior - zdrowy, aktywny, pomocny - edycja 3”**

**Par. 1**

**Postanowienia ogólne**

1. Regulamin określa zasady rekrutacji i uczestnictwa w aktywnościach organizowanych w ramach zadania „Małopolski senior - zdrowy, aktywny, pomocny - edycja 2”, zwanego dalej Projektem.
2. Zadanie jest realizowane przy wsparciu finansowym Województwa Małopolskiego w ramach Otwartego konkursu ofert na realizację zadań publicznych Województwa Małopolskiego w obszarze działalność na rzecz osób w wieku emerytalnym pn. „Małopolska uczy i pomaga przez całe życie”.
3. Projekt jest realizowany przez Fundację Tarnowskiej Agencji Rozwoju Regionalnego zwaną dalej Fundacją.
4. Odbiorcami Projektu są osoby w wieku emerytalnym, tj. kobiety i mężczyźni, którzy ukończyli 60 rok życia[[1]](#footnote-1).
5. Minimalna liczba odbiorców Projektu uczestniczących w przynajmniej jednej aktywności to 120.
6. Aktywności oferowane w ramach projektu to:
   1. Zabawa taneczne z nauką tańca i konkursami,
   2. 2 wycieczki Szlakiem Orlich Gniazd,
   3. Wycieczka do Krakowa
   4. Wycieczka szlakiem małopolskich zamków
   5. Wycieczka do Krynicy
7. Warunkiem udziału w Projekcie jest złożenie Karty zgłoszenia, stanowiącej załącznik do niniejszego regulaminu.
8. Rekrutacja będzie prowadzona w okresach podanym na stronie internetowej <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/> odrębnie dla aktywności przewidzianych w 2025 i 2026 r.
9. Fundacja zastrzega sobie prawo przedłużenia terminów rekrutacji lub wyznaczenia kolejnego naboru kandydatów aż do czasu zakwalifikowania grupy o oczekiwanej liczebności.
10. Jeden Odbiorca może uczestniczyć w więcej niż jednej aktywności.
11. Kartę zgłoszeniową 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.
12. Jedna osoba może złożyć maksymalnie dwie karty zgłoszeniowe. Zasada ta dotyczy również maili (maksymalnie dwie karty zgłoszeniowe z jednego adresu). Jeśli do jednej wiadomości e-mail załączone będą więcej niż dwie karty zgłoszeniowe, to żadna z nich nie zostanie uznana za złożoną.
13. Karty zgłoszeniowe składane osobiście i mailowo, będą wprowadzane na listę rankingową naprzemiennie (karta złożona osobiście, karta przesłana e-mailem, karta złożona osobiście, karta przesłana e-mailem etc.).
14. O udziale w Projekcie decyduje kolejność zgłoszeń wg zasad: 1 zgłoszenie osobiste, 1 mailowe (naprzemiennie) oraz następująca zasady:
    1. W przypadku drugiej i trzeciej wycieczki w danym roku, pierwszeństwo udziału będzie przysługiwać osobom, które nie uczestniczyły we wcześniejszych wycieczkach objętym niniejszym regulaminem w danym roku.
    2. Udział w zabawie tanecznej w 2026 r. nie wpływa na możliwość udziału w wycieczkach.
15. Fundacja może odmówić uczestnikowi udziału w części aktywności, którymi uczestnik jest zainteresowany, jeżeli spowodowałoby to nieosiągnięcie minimalnej liczby osób uczestniczących, o której mowa w ust. 5.
16. O zakwalifikowaniu do udziału w Projekcie odbiorca Projektu zostanie poinformowany drogą mailową, telefoniczną lub bezpośrednio.
17. Listy osób zakwalifikowanych do udziału w drugiej i trzeciej Wycieczce zostaną sporządzone po zakończeniu Wycieczki poprzedniej, tak aby uwzględnić zasadę pierwszeństwa osób, które nie uczestniczyły w poprzednich Wycieczkach.
18. 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.
19. Udział we wszystkich aktywnościach jest bezpłatny.
20. Wszystkie aktywności będą organizowane zgodne z zasadą równości szans, w tym równości płci, dostępności dla osób niepełnosprawnych i zasadą niedyskryminacji.

**Par. 2**

**Zabawa taneczna z nauką tańca i konkursami**

1. W ramach Projektu zorganizowana zostanie jedna zabawa taneczna z nauką tańca i konkursami w 2026 r.
2. Zabawa będzie miała charakter integracyjny oraz będzie zachęcać do aktywności fizycznej poprzez taniec i zabawy ruchowe.
3. Na program zabawy złożą się:
   1. spotkanie z instruktorem tańca: krótki instruktaż, rozgrzewka,
   2. taniec przy muzyce, zabawy ruchowe,
   3. konkursy dla uczestników z nagrodami - bonami do sklepu ze zdrową żywnością,
   4. poczęstunek dla uczestników.
4. Zabawa odbędzie się w auli Tarnowskiej Agencję Rozwoju Regionalnego S.A. w Tarnowie przy ul. Szujskiego 66.
5. W zabawie może wziąć udział 50 odbiorców.
6. Szczegółowy termin oraz program zabawy zostaną podane na stronie <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/> .

**Par. 3**

**Wycieczka Szlakiem Orlich Gniazd**

1. W ramach Projektu zorganizowane zostaną dwie edycje wycieczki Szlakiem Orlich Gniazd, przy czym jedna edycja wycieczki odbędzie się w roku 2025, a druga w 2026.
2. Wycieczka będzie obejmowały zwiedzanie Zamku w Ojcowie oraz Jaskini Nietoperzowej a także okolicy tych obiektów. Wycieczki będą miały charakter krajoznawczy, rekreacyjny i integracyjny.
3. Fundacja zapewni uczestnikom transport autokarem z Tarnowa i z powrotem oraz między zwiedzanymi lokalizacjami a także wstęp do zwiedzanych obiektów. Uczestnicy wycieczki zostaną ubezpieczeni przez Fundację.
4. Uczestnikom towarzyszyć będzie przewodnik oraz 2 wolontariuszy.
5. Podczas wycieczki uczestnicy otrzymają ciepły posiłek - obiad.
6. W każdej edycji wycieczki może wziąć udział 45 odbiorców, przy czym 1 osoba może wziąć udział w więcej niż jednej edycji wycieczki.
7. Szczegółowe terminy wycieczek zostaną podane na stronie <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/> .

**Par. 4**

**Wycieczka do Krakowa**

1. W ramach Projektu zorganizowana zostaną jedna edycja wycieczki do Krakowa w 2025 r.
2. Wycieczka będzie obejmowała zwiedzanie Drogi Królewskiej – w tym najważniejszych zabytków Starego Miasta: smok wawelski, wzgórze Wawel, dziedziniec arkadowy, przejście najstarszymi ulicami miasta, Collegium Maius, okno papieskie, rynek i Sukiennice, wstęp do Kościoła Mariackiego. Wycieczka będzie miała charakter krajoznawczy, rekreacyjny i integracyjny.
3. Fundacja zapewni uczestnikom transport autokarem z Tarnowa i z powrotem oraz między zwiedzanymi lokalizacjami a także wstęp do zwiedzanych obiektów. Uczestnicy wycieczki zostaną ubezpieczeni przez Fundację.
4. Uczestnikom towarzyszyć będzie przewodnik oraz 2 wolontariuszy.
5. Podczas wycieczki uczestnicy otrzymają ciepły posiłek - obiad.
6. W wycieczce może wziąć udział 45 odbiorców.
7. Szczegółowy termin wycieczki zostanie podany na stronie <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/> .

**Par. 5**

**Wycieczka szlakiem małopolskich zamków**

1. W ramach Projektu zorganizowana zostaną jedna edycja wycieczki szlakiem małopolskich zamków w 2025 r.
2. Wycieczka będzie obejmowała zwiedzenie zamków (lub ich pozostałości) leżących wzdłuż Dunajca: w Melsztynie, Czchowie i Wytrzyszczce. Wycieczka będzie miała charakter krajoznawczy, rekreacyjny i integracyjny.
3. Fundacja zapewni uczestnikom transport autokarem z Tarnowa i z powrotem oraz między zwiedzanymi lokalizacjami a także wstęp do zwiedzanych obiektów. Uczestnicy wycieczki zostaną ubezpieczeni przez Fundację.
4. Uczestnikom towarzyszyć będzie przewodnik oraz 2 wolontariuszy.
5. Podczas wycieczki uczestnicy otrzymają ciepły posiłek - obiad.
6. W wycieczce może wziąć udział 45 odbiorców.
7. Szczegółowy termin wycieczki zostanie podany na stronie <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/> .

**Par. 6**

**Wycieczka do Krynicy**

1. W ramach Projektu zorganizowana zostaną jedna edycja wycieczki do Krynicy w 2026 r.
2. Wycieczka będzie obejmowała wjazd na Jaworznę Krynicką, wizytę w pijalni wód oraz spacer po centrum miasta. Wycieczka będzie miała charakter krajoznawczy, rekreacyjny i integracyjny.
3. Fundacja zapewni uczestnikom transport autokarem z Tarnowa i z powrotem oraz między zwiedzanymi lokalizacjami a także wstęp do zwiedzanych obiektów. Uczestnicy wycieczki zostaną ubezpieczeni przez Fundację.
4. Uczestnikom towarzyszyć będzie przewodnik oraz 2 wolontariuszy.
5. Podczas wycieczki uczestnicy otrzymają ciepły posiłek - obiad.
6. W wycieczce może wziąć udział 45 odbiorców.
7. Szczegółowy termin wycieczki zostanie podany na stronie <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/> .

**Par. 7**

**Postanowienia końcowe**

1. Uczestnik aktywności Projektu zobowiązuje się do potwierdzania obecności oraz podpisania wszystkich dokumentów niezbędnych do prawidłowej realizacji Projektu.
2. Osoby zakwalifikowane do udziału w aktywnościach Projektu, które potwierdziły chęć udziału, 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 zwrotu kosztów poniesionych przez Fundację, spowodowanych przez tę nieobecność.
3. Fundacja zastrzega sobie prawo dokonywania zmian lub dodatkowych postanowień w niniejszym Regulaminie.
4. Niniejszy regulamin jest dostępny na stronie internetowej <https://tarr.tarnow.pl/fundacja-tarr/> .
5. W sprawach nieuregulowanych regulaminem mają zastosowanie obowiązujące przepisy prawa polskiego.

**Załączniki:**

1. Karta zgłoszenia udziału w projekcie

1. Na potrzeby projektu wiek emerytalny określono na podstawie powszechnego wieku emerytalnego dla kobiet obowiązującego w 2024 roku. [↑](#footnote-ref-1)