

REGULAMIN REKRUTACJI ORAZ UCZESTNICTWA W PROJEKCIE

„AKTYWNY I ZDROWY SENIOR”

nr POWR.03.01.00-00-T225/18-00 współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego
w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020

§1

Słownik terminów i skrótów

1. **Projekt** - projekt pt. „Aktywny i zdrowy senior” realizowany w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020, Oś priorytetowa III. Szkolnictwo Wyższe dla gospodarki i rozwoju. Działanie: 3.1 Kompetencje w szkolnictwie wyższym, współfinansowany przez Unię Europejską z Europejskiego Funduszu Społecznego na podstawie umowy zawartej z Narodowym Centrum Badań i Rozwoju
2. **Organizator** – Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie, Al. Jana Pawła II 78, 31-571 Kraków;
3. **Kierownik Projektu** – osoba zarządzająca projektem;
4. **Koordynator ds. organizacyjnych Projektu** – osoba współzarządzająca projektem;
5. **Zespół Ekspertów** – kadra odpowiedzialna za prawidłową realizację projektu;
6. **Kadra dydaktyczna** – osoby odpowiedzialne za prowadzenie zajęć w ramach Projektu
7. **Biuro Projektu** – Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie, Al. Jana Pawła II 78, 31-571 Kraków, (sekretariat Biura Projektu: Pawilon A pok. 406, tel. 12-683-14-98; mail: aktywnysenior@awf.krakow.pl;
8. **Instytucja Pośrednicząca** – Narodowe Centrum Badań i Rozwoju z siedzibą przy ul. Nowogrodzkiej 47a, 00-695 Warszawa;
9. **Kandydat/ka** – osoba ubiegająca się o zakwalifikowanie do udziału w Projekcie na podstawie zasad ujętych w „Regulaminie rekrutacji i uczestnictwa w projekcie”;
10. **Komisja rekrutacyjna** – Zespół biorący udział w procesie rekrutacji w składzie: co najmniej Kierownik Projektu i Koordynator ds. organizacyjnych lub spec. ds. rekrutacji lub inna wskazana osoba z personelu projektu;
11. **Uczestnik/Uczestniczka Projektu** – osoba zakwalifikowana do udziału w projekcie;
12. **Dane osobowe** – dane w rozumieniu ustawy z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych /Dz. U. z 2014r. poz. 1182, z późn. zm./ dotyczące uczestników Projektu, które muszą być przetwarzane przez Instytucję Pośredniczącą oraz Beneficjenta;
13. **Przetwarzanie danych osobowych** - wszelkie operacje wykonywane na danych osobowych, takie jak: zbieranie, utrwalanie, przechowywanie, opracowywanie, zmienianie, udostępnianie i usuwanie, w tym te, które wykonuje się w systemach informatycznych.
14. **Strona internetowa Organizatora** - <http://www.awf.krakow.pl/>;
15. **Strona internetowa Projektu** - <http://www.awf.krakow.pl/aktywny-senior>

§2

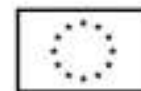
Postanowienia ogólne

1. Niniejszy regulamin określa warunki uczestnictwa w projekcie „Aktywny i zdrowy senior” (nr projektu POWR.03.01.00-00-T225/18) realizowanym przez Akademię Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie, w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, Oś Priorytetowa III. Szkolnictwo wyższe dla gospodarki i rozwoju, Działanie 3.1 Kompetencje w szkolnictwie wyższym.
2. Realizatorem Projektu jest Akademia Wychowania Fizycznego w Krakowie, al. Jana Pawła II 78, 31-571 Kraków, w skrócie AWF Kraków.
3. Projekt jest realizowany w okresie od: 2019-04-01 do: 2021-10-31 zgodnie z umową o dofinansowanie projektu numer POWR.03.01.00-00-T225/18.
4. Celem głównym projektu jest wzmocnienie kompetencji prozdrowotnych, społecznych i zawodowych 240 osób tzw. II i III wieku, poprzez uczestnictwo w zorganizowanych zajęciach rekreacyjnych o cechach treningu zdrowotnego oraz udział w wykładach i warsztatach jako działań AWF w Krakowie w zakresie trzeciej misji we współpracy z podmiotami działającymi na rzecz edukacji w okresie od 2019-04-01 do 2021-10-31.
5. Udział w Projekcie jest bezpłatny.
6. Kobiety i mężczyźni będą mieć zapewniony równy dostęp do wsparcia w ramach projektu.
7. Kandydat/ka ubiegająca się o udział w Projekcie zobowiązany jest do zapoznania się z treścią niniejszego Regulaminu i może rozpocząć udział w Projekcie, po wcześniejszej akceptacji wszystkich jego postanowień.
8. Regulamin Projektu określa zasady rekrutacji, realizacji oraz uczestnictwa w projekcie, w szczególności:
 - a) zakres wsparcia,
 - b) realizację projektu w ramach poszczególnych działań,
 - c) procedurę rekrutacji Uczestników,
 - d) prawa i obowiązki Uczestnika Projektu,
 - e) prawa i obowiązki Organizatora.

§3

Zakres wsparcia

1. W ramach projektu przewidziane są dla Uczestników projektu elementy wsparcia w postaci:
 - diagnozy parametrów somatycznych oraz oceny stabilności posturalnej
 - diagnozy sprawności i aktywności fizycznej.



- poprawy sprawności motorycznej i podniesienia poziomu aktywności fizycznej.
 - podniesienia poziomu wiedzy z zakresu profilaktyki zdrowia.
 - rozwoju kompetencji pozwalających na aktywację społeczną, zawodową, zapobieganiu wykluczeniu społecznemu.
2. Dodatkowo dla 40 uczestników projektu przewidziano podniesienie kompetencji poprzez uzyskanie uprawnień instruktorskich. Regulamin przystąpienia do kursu stanowić będzie osobny dokument.

§4

Realizacja Projektu w ramach poszczególnych zadań

1. Realizacja projektu rozpocznie się od przygotowania programu kształcenia przez Zespół Ekspertów oraz diagnozy sprawności fizycznej w konwencji H-RF (Health - Related Fitness) potencjalnych Uczestników projektu.
2. Projekt będzie realizowany w dwóch edycjach:
 - a) w latach 2019/2020 zostanie przeprowadzona pierwsza edycja programu skierowana do 120 osób, kobiet i mężczyzn;
 - b) w latach 2020/2021 zostanie przeprowadzona druga edycja programu skierowana do 120 osób, kobiet i mężczyzn.
3. Projekt obejmuje - dla każdego Uczestnika:
 - a) Diagnozę parametrów somatycznych, sprawności i aktywności fizycznej, wykonywane w każdej z edycji przed jej rozpoczęciem i na jej zakończenie;
 - b) Realizację trzech modułów wybranych przez Uczestników zajęć ruchowych, (wybór maksymalnie **trzech**, ale co najmniej **dwóch** różnych spośród proponowanych **czterech** form zajęć w projekcie tj.: **nordic walking** w terenie, **smovey** na sali i w terenie -ćwiczenia oparte na działaniu wibracji, **bodyART** - ćwiczenia psychofizyczne, **Aquafitness**- ćwiczenia kompensacyjno – korekcyjne na pływalni);
 - Zajęcia ruchowe będą realizowane w 3-miesięcznych modułach; Godzinowy wymiar pojedynczego modułu to 48 godz. na Uczestnika/grupy ćwiczebnej na edycję (2 godziny lekcyjne (2x45 min) x 2w tygodniu x 4 tygodnie x 3 miesiące);
 - Moduł to wybrany rodzaj zajęć (spośród przewidzianych 4 form oferowanych w projekcie) realizowane przez 3 miesiące dwa razy w tygodniu;
 - c) Realizację dla Uczestników wykładów edukacyjnych, popularyzujących zdrowy i aktywny tryb życia (1 wykład na miesiąc x 10wykładów)
4. Dodatkowo planuje się uzyskanie uprawnień instruktorskich dla 20 Uczestników Projektu na edycję (łącznie 40 osób).

§5

Procedura rekrutacji Uczestników

1. W Projekcie mogą uczestniczyć kobiety i mężczyźni, w pierwszej kolejności z grupy tzw. III wieku powyżej 60 rż; następnie tzw. II wieku, powyżej 45 rż.
2. Proces rekrutacji rozpocznie się w chwili zamieszczenia informacji na stronie internetowej Projektu, gdzie zostaną udostępnione odpowiednie dokumenty aplikacyjne (*Załączniki*);
3. Kandydat/ka deklaruje udział w Projekcie, składając wypełnioną **Deklarację uczestnictwa/Formularz zgłoszeniowy** (*Załącznik nr 1*) z wykorzystaniem **elektronicznego** Formularza zgłoszeniowego dostępnego na stronie internetowej Projektu (<http://www.awf.krakow.pl/aktywny-senior>) lub do pobrania, **wersja do wydruku** i ręcznego wypełnienia również z ww. strony internetowej lub bezpośrednio w **Biurze Projektu** (§ 1, ust. 7).
4. O wstępnym zakwalifikowaniu **Kandydata/ki** do Projektu - na podstawie danych zawartych w ww. dokumencie - decyduje Komisja Rekrutacyjna w oparciu o następujące kryteria:
 - a) Wiek powyżej 45 lat;
 - b) Miejsce zamieszkania – Kraków i okolice umożliwiające systematyczny udział w zajęciach;
 - c) Brak przeciwwskazań zdrowotnych do zajęć ruchowych (w formie oświadczenia Kandydata/tki);
 - d) Kolejność zgłoszeń;
 - e) Pierwszeństwo w Projekcie przysługuje osobom nie korzystającym z innych form wsparcia dla seniorów w okresie 12 miesięcy przed przystąpieniem do Projektu.
5. Na podstawie złożonej **Deklaracji Uczestnictwa/Formularza zgłoszenia** (*Załącznik nr 1*) Komisja Rekrutacyjna sporządza **listę Kandydatów**, którzy w wyznaczonym terminie przystępują do **testów kwalifikacyjnych** (pomiarów diagnostycznych i sprawnościowych) o czym zostają **powiadomieni** drogą e-mailową lub telefoniczną;
6. Po zakończonych **testach kwalifikacyjnych** Komisja Rekrutacyjna sporządza **listę podstawową** osób zakwalifikowanych do Projektu (120 osób na edycję) oraz **listę rezerwową**, oraz przekazuje informacje Kandydatom/kom drogą e-mailową lub telefoniczną o przydziale do grup ćwiczebnych zgodnie z preferowanym wyborem **formy zajęć** jak również dostępnością miejsc (wg kolejności zgłoszeń);
7. Warunkiem uzyskania statusu **Uczestnika/czki** jest niezwłoczne dostarczenie (najpóźniej do 7 dni od uzyskania informacji o wynikach rekrutacji) do **Biura Projektu** kompletu podpisanych oryginalnych dokumentów w formie papierowej:
 - a) **Deklarację uczestnictwa/Formularz zgłoszeniowy** (*Załącznik nr1*)
 - b) **Oświadczenie** Uczestnika dotyczące danych osobowych (*Załącznik nr 2*)

8. Formularze wszystkich dokumentów aplikacyjnych (stanowiące załączniki do niniejszego Regulaminu) dostępne są na stronie internetowej Projektu pod adresem <http://www.awf.krakow.pl/aktywny-senior> oraz w **Biurze Projektu**.
9. Po przeprowadzeniu przez Komisję Rekrutacyjną oceny złożonych przez Kandydatów dokumentów papierowych zostaje sporządzona ostateczna **lista rankingowa** Uczestników Projektu
10. W razie niedostarczenia w wyznaczonym terminie kompletu dokumentów (wskazanych w ust. 7;), Kandydat/ka jest usuwany z **listy rankingowej** Uczestników, a jego miejsce zajmuje osoba z **listy rezerwowej** wg kolejności zgłoszeń.
11. W sytuacji, gdy dokumenty nie spełniają wymagań formalnych, możliwych do usunięcia, wzywa się Kandydata/kę do usunięcia braków formalnych w ciągu 3 dni od dnia wezwania za pomocą poczty elektronicznej lub telefonicznie; Nieuzupełnienie tych braków skutkuje usunięciem Kandydata z listy **rankingowej**, a jego miejsce zajmuje pierwsza w kolejności osoba z **listy rezerwowej**;
12. W przypadku rezygnacji zakwalifikowanego Uczestnika przed rozpoczęciem zajęć w ramach Projektu, jego miejsce zajmuje pierwsza w kolejności osoba z **listy rezerwowej**; O rezygnacji przed rozpoczęciem wsparcia w projekcie zakwalifikowany Uczestnik zobowiązany jest powiadomić Organizatora w formie mailowej lub w formie pisemnej.
13. Rekrutacja będzie prowadzona zgodnie z harmonogramem rekrutacji umieszczonym na stronie internetowej Projektu
14. Rekrutacja przeprowadzana jest zgodnie z następującymi zasadami:
 - a) Równych szans dla kobiet i mężczyzn
 - b) Braku dyskryminacji ze względu na: wiek, niepełnosprawność (nie wykluczającą udział w zajęciach ruchowych), rasę, płeć, religię, światopogląd, itp.;
15. W przypadku nie zgłoszenia się wymaganej liczby kandydatów, rekrutacja zostanie przedłużona. Informacja o przedłużeniu rekrutacji dostępna będzie na tablicy ogłoszeń Biura Projektu lub na stronie internetowej projektu, instytucjach współpracujących, a także w mediach społecznościowych;
16. Kierownik projektu lub osoba przez niego wskazana kontaktuje się pocztą elektroniczną na adres e-mail podany w formularzu zgłoszeniowym lub telefonicznie do udziału w Projekcie ze wszystkimi kandydatami z informacją o zakwalifikowaniu lub niezakwalifikowaniu danej osoby do udziału w Projekcie w terminie 14 dni roboczych od zakończenia rekrutacji.
17. Z osobami ostatecznie zakwalifikowanymi do Projektu zostanie podpisane **Porozumienie** dotyczące udziału w Projekcie. Wzór Porozumienia stanowi *Załącznik nr 3*.

§6

Prawa i obowiązki Uczestnika Projektu

1. Udział Uczestników w projekcie jest dobrowolny i bezpłatny;
2. Uczestnik/Uczestniczka ma prawo do:
 - a) Otrzymania nieodpłatnych materiałów edukacyjnych;
 - b) Otrzymania zaświadczenia o ukończeniu Projektu;
 - c) Konsultacji z Kierownikiem i Koordynatorami Projektu
 - d) W uzasadnionych przypadkach do rezygnacji z udziału w Projekcie (np. względy zdrowotne lub losowe). W przypadku rezygnacji Uczestnik/Uczestniczka jest zobowiązany do złożenia pisemnego oświadczenia o rezygnacji wraz z podaniem jej przyczyn (*Załącznik nr 4*)
3. Uczestnik Projektu ma obowiązki:
 - a) Wzięcia udziału w zaplanowanych badaniach będących przedmiotem Projektu w jego początkowym i końcowym etapie (pomiarów parametrów somatycznych, ocena stabilności posturalnej, diagnoza sprawności i aktywności fizycznej);
 - b) Uczestniczyć we wszystkich zadeklarowanych zajęciach ruchowych, wykładach akceptując terminy i miejsce, które wyznaczy Organizator, podpisując własnoręcznie listę obecności;
 - c) Poddania się badaniom ankietowym w celu monitoringu i ewaluacji Projektu w czasie jego trwania i do 6 miesięcy po jego zakończeniu;
 - d) Informowania organizatora o ewentualnych zmianach istotnych danych osobowych i kontaktowych (np. nr telefonu, adresu e-mail, adresu korespondencyjnego);
 - e) Wyrażenia zgody na przetwarzanie przez Organizatora danych osobowych, niezbędnych do zamieszczenia w centralnym systemie informatycznym SL 2014, zgodnie z wymogami wynikającymi z przepisów ustawy z dnia 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych (Dz.U z 2014.poz. 1182, z późn. zm.);
 - f) Wyrażenia zgody na przetwarzanie danych osobowych Uczestników Projektu zgodnie z prawem i w oparciu o warunki, o których mowa w art. 6, ust.1 lit. G Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady UE 2016/679.
4. Organizator Projektu dopuszcza absencję w zajęciach z przyczyn zdrowotnych i ważnych sytuacji losowych. W takich przypadkach Uczestnik zobowiązany jest do pisemnego usprawiedliwienia swojej nieobecności.
5. W przypadku opuszczenia przez Uczestnika więcej niż 20% zajęć i nie przedstawienia stosownego usprawiedliwienia osoba taka może zostać wykreślona z listy uczestników Projektu.

§7

Prawa i obowiązki Organizatora Projektu

1. Do obowiązków **Organizatora** należy:
 - a) Zapewnienia wykwalifikowanej kadry dydaktycznej do przeprowadzenia zajęć ruchowych i wykładów oraz kursów instruktorskich;
 - b) Zabezpieczenia bazy dydaktycznej (lokalu i pomieszczeń) oraz zaplecza technicznego niezbędnego do przeprowadzenia zadań w Projekcie;
 - c) Przestrzegania zasady równości szans w procesie rekrutacji, w tym równości płci;
 - d) Wydanie zaświadczenia lub podobnych dokumentów potwierdzających ukończenie udziału w Projekcie (w zajęciach ruchowych i wykładach) lub innych form wsparcia (uzyskanie kompetencji instruktorskich).
 - e) Archiwizowanie zgłoszeń i wszelkich pozostałych dokumentów Kandydatów przez okres wymagany stosownymi przepisami.
2. **Organizator** zastrzega sobie prawo do:
 - a) Gromadzenia i publikowania danych Uczestników Projektu zgodnie z obowiązującą ustawą z dn. 29 sierpnia 1997r. o ochronie danych osobowych oraz Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych);
 - b) Nieodpłatnego wykorzystania wizerunku Uczestników, do celów promocyjnych Projektu podczas jego trwania, a także wynikających z obowiązków sprawozdawczych, pod warunkiem, że dokumentacja fotograficzna zostanie wykonana podczas zajęć realizowanych w Projekcie. Wykorzystanie wizerunku przez **Organizatora** jest możliwe pod warunkiem wyrażenia zgody przez Uczestnika na wykorzystanie jego wizerunku,
 - c) Zmiany terminu zajęć z ważnych przyczyn,
 - d) Możliwości przeprowadzania ewaluacji Projektu i w związku z tym monitorowaniem postępów Uczestników biorących udział w projekcie,
 - e) Możliwości odbywania praktyk studenckich przez studentów kierunku Kultura Fizyczna Osób Starszych w trakcie realizowania Projektu.

§8

Postanowienia końcowe

1. Regulamin wchodzi w życie z dniem opublikowania na stronie projektu i obowiązuje w okresie realizacji projektu.
2. **Organizatora** zastrzega sobie prawo do wprowadzania zmian w Regulaminie lub wprowadzenia dodatkowych postanowień pomiędzy poszczególnymi edycjami szkoleń i warsztatów.
3. Zaistniałe zmiany będą publikowane na stronie internetowej Projektu
4. Wszelkie kwestie nieuregulowane niniejszym Regulaminem będą rozstrzygane przez Kierownika Projektu z uwzględnieniem obowiązujących przepisów prawa krajowego oraz przepisów i zarządzeń obowiązujących na AWF Kraków, jak również z uwzględnieniem wymogów Programu Operacyjnego – Wiedza Edukacja Rozwój.

Wykaz załączników:

1. *Załącznik nr 1* – Deklaracja Uczestnictwa/Formularz zgłoszeniowy;
2. *Załącznik nr 2* – Oświadczenie uczestnika Projektu, dotyczące ochrony danych; osobowych;
3. *Załącznik nr 3* – Porozumienia dotyczące udziału Uczestnika w projekcie;
4. *Załącznik nr 4* – Oświadczenie o rezygnacji Uczestnika z udziału w Projekcie.