



Projekt „Wsparcie zdrowotne pracowników Centrum Usług Miejskich w Kielcach” realizowany w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027 współfinansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus

|                    |                                                                   |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Program            | Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027               |
| Priorytet          | FESW.7 Zdrowi i aktywni zawodowo                                  |
| Działanie          | 07.01 Wsparcie zdrowotne świętokrzyskich pracowników              |
| Tytuł projektu     | Wsparcie zdrowotne pracowników Centrum Usług Miejskich w Kielcach |
| Numer projektu     | FESW.07.01-IZ.00-0022/24                                          |
| Nazwa Beneficjenta | Ośrodek Kształcenia i Promowania Kadr THETA                       |

## **REGULAMIN REKRUTACJI I UCZESTNICTWA W RAMACH PROJEKTU „Wsparcie zdrowotne pracowników Centrum Usług Miejskich w Kielcach”**

### **§1**

#### **POSTANOWIENIA OGÓLNE**

1. Niniejszy regulamin określa zasady rekrutacji i uczestnictwa w ramach projektu „Wsparcie zdrowotne pracowników Centrum Usług Miejskich w Kielcach”, numer projektu FESW.07.01-IZ.00-0022/24 współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027, Priorytet FESW. 7 Zdrowi i aktywni zawodowo, Działanie 07.01 Wsparcie zdrowotne świętokrzyskich pracowników.
2. Realizatorem projektu jest Ośrodek Kształcenia i Promowania Kadr THETA ul. Leszczyńska 45, 25-321 Kielce.
3. Partnerem Projektu jest DAR-MEDICA Monika Mazurczak Spółka Komandytowa al. J. Szajnowicza-Iwanowa 13F, 25-636 Kielce.
4. Projekt realizowany jest w terminie od 01.10.2024 r. do 31.12.2025 r. obejmuje swym zasięgiem województwo świętokrzyskie.
5. Realizator Projektu publikuje Regulamin w formie elektronicznej na Stronie Projektu oraz udostępni go w Biurze Projektu w formie papierowej.
6. Instytucja Zarządzająca Zarząd Województwa Świętokrzyskiego.
7. Celem głównym projektu jest wsparcie profilaktyki zdrowotnej i przeciwdziałanie zbyt wczesnemu opuszczaniu rynku pracy przez 60 osób, w tym 50 kobiet i 10 mężczyzn – pracowników CUM Kielce w wieku aktywności zawodowej, poprzez wdrożenie programu zdrowotnego ukierunkowanego na eliminowanie czynników ryzyka w pracy, w tym z zakresu ergonomii pracy oraz działania wspierające równe traktowanie i niedyskryminację wśród pracowników. Regulamin uczestnictwa w projekcie określa najważniejsze założenia projektu, rodzaj wsparcia jaki oferowany jest dla osób zainteresowanych, zasady rekrutacji i kwalifikacji, a także prawa i obowiązki uczestników/uczestniczek projektu (UP).

### **§2**

#### **PODSTAWOWE POJĘCIA**

**Beneficjent/Realizator Projektu** - Ośrodek Kształcenia i Promowania Kadr THETA w Kielcach.

**Partner** DAR-MEDICA Monika Mazurczak Spółka Komandytowa al. J. Szajnowicza-Iwanowa 13F, 25-636 Kielce.

**Biuro projektu** – oznacza miejsce, w którym realizowany jest projekt przez zespół projektowy. Biuro projektu znajduje się przy ul. Leszczyńska 45, 25-321 Kielce mail: [biuro@thetakielce.pl](mailto:biuro@thetakielce.pl), czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00 -16:00.

**Dokumenty rekrutacyjne** – dokumenty, o których mowa w §4 niniejszego Regulaminu.



**Dzień przystąpienia do projektu** – za dzień przystąpienia do projektu uważa się rozpoczęcie udziału w pierwszej formie wsparcia zaplanowanej w projekcie.

**Kandydat na uczestnika projektu** – osoba fizyczna, która ubiega się o zakwalifikowanie do udziału w projekcie i złożyła Formularz zgłoszeniowy wraz z wymaganymi dokumentami.

**Komisja Rekrutacyjna (KR)** – komisja powołana w celu oceny formalnej i merytorycznej złożonych Formularzy zgłoszeniowych przez Kandydatów na uczestników projektu zgodnie z procedurą określoną w niniejszym Regulaminie. Komisja składa się z Kierownika Projektu i specjalista ds. merytorycznych, dyrektor CUM.

**Osoby z niepełnosprawnościami (OzN)** – Osoba niepełnosprawna w rozumieniu ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 2011 r. Nr 127, poz. 721, z późn. zm.), a także osoba z zaburzeniami psychicznymi, o których mowa w ustawie z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. 1994 nr 111, poz. 535), tj. osoba z odpowiednim orzeczeniem lub innym dokumentem poświadczającym stan zdrowia.

**Strona internetowa** – strona internetowa, na której umieszczane będą informacje dotyczące projektu, dostępna pod adresem <http://www.thetakielce.pl/> oraz aktualne informacje dotyczące realizowanego Projektu oraz na FB pod adresem <https://www.facebook.com/WsparcieZdrowotneKielce/>

**Uczestnik projektu (UP)** – osoba fizyczna, która została zakwalifikowana do udziału w projekcie.

### §3

#### PODSTAWOWE KRYTERIA UCZESTNICTWA W PROJEKCIE

**1. Uczestnikami projektu będzie 60 osób w tym 50 kobiet i 10 mężczyzn, które spełniają łącznie następujące kryteria:**

- a. są osobami zatrudnionymi w Centrum Usług Miejskich w Kielcach.
- b. są mieszkańcami województwa świętokrzyskiego (w rozumieniu Kodeksu Cywilnego);

**2. Kryteria dodatkowe (punktowane):**

- a. **osoba w wieku 50 lat i więcej** (weryfikowane na podstawie daty urodzenia) – 15 punktów;
- b. **osoba z deficytem narządu wzroku** (weryfikowane na podst. okresowych badań pracowników u okulisty) – 10 punktów;
- c. **osoba z deficytem kostno-szkieletowym/stawowym i/lub problemy z sercem, naczyniami krwionośnymi, układem krążenia** (weryfikowane na podst. zaświadczeń lekarskich) – 10 punktów;
- d. **osoba z niepełnosprawnościami** (weryfikowane na podst. orzeczenia o stopniu niepełnosprawności/dokument poświadczający stan zdrowia) – 15 punktów.

W razie większego zainteresowania niż przewidziana liczba miejsc, pierwszeństwo będą miały osoby spełniające dodatkowe warunki, które będą punktowane w następujący sposób:

- e. **staż pracy powyżej 6 lat** (weryfikowane na podstawie zaświadczenia od pracodawcy/ kopii umowy o pracę/cywilnoprawnej) - 5 punktów;
- f. **data złożenia formularza** – 3 punkty.

**3. Kwalifikowalność osób zgłaszających chęć udziału w projekcie weryfikowana jest przez Beneficjenta na etapie rekrutacji do projektu na podstawie informacji zawartych w wypełnionym przez Kandydata/tkę Formularzu zgłoszeniowym i złożonych przez niego**



Projekt „Wsparcie zdrowotne pracowników Centrum Usług Miejskich w Kielcach” realizowany w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027 współfinansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus

oświadczeń/zaświadczeń i pozostałych wymaganych dokumentów, opisanych w §4 niniejszego Regulaminu. Kryterium kwalifikowalności weryfikowane jest również w dniu przystąpienia uczestnika do projektu tj. w dniu rozpoczęcia pierwszej formy wsparcia.

4. Osoba będąca uczestnikiem niniejszego projektu nie może równolegle korzystać z tego samego typu wsparcia ze środków publicznych w ramach innych projektów.
5. W sytuacji gdy uczestnik/-czka otrzymuje równolegle tożsame wsparcie w więcej niż jednym projekcie następuje skreślenie z listy uczestników projektu. Beneficjent ma wówczas prawo do roszczeń regresowych w stosunku do takiego uczestnika/czki w odniesieniu do kosztów, które poniósł na jego/jej udział w projekcie.
6. W projekcie nie mogą uczestniczyć:
  - a. osoby, które nie kwalifikują się do grupy wskazanej jako możliwa do objęcia wsparciem tzn. nie spełniają kryteriów, o których mowa w pkt 1 niniejszego paragrafu;
  - b. osoby, które nie zapoznały się z Regulaminem rekrutacji uczestników projektu i nie zaakceptowały jego warunków;
  - c. osoby, które nie wyraziły zgody na przetwarzanie swoich danych osobowych w celu realizacji monitoringu i ewaluacji projektu.

## §4

### DOKUMENTY REKRUTACYJNE

1. Rekrutacja do projektu prowadzona jest z zachowaniem równych szans i niedyskryminacji. Kryteria wyboru Uczestników projektu określone zgodnie z zasadą równości są jawne i przejrzyste. Uczestnicy projektu zostaną wybrani zgodnie z zasadą niedyskryminacji ze względu na płeć, wiek, niepełnosprawność, status społeczny, pochodzenie, rasę, orientację i inne czynniki różnicujące.
2. Dokumenty rekrutacyjne będą dostępne:
  - a) w Biurze Projektu: ul. Leszczyńska 45, 25-321 Kielce;
  - b) na stronie internetowej projektu: <http://www.thetakielce.pl>
3. Osoby zainteresowane uczestnictwem w projekcie składają dokumenty rekrutacyjne w formie papierowej lub elektronicznej, osobiście lub za pośrednictwem poczty tradycyjnej lub elektronicznej, kuriera lub osoby uprawnionej. Korespondencję należy kierować na adres Biura Projektu. Osobiście dokumenty można składać w: Biurze Projektu: ul. Leszczyńska 45, 25-321 Kielce e-mail: [biuro@thetakielce.pl](mailto:biuro@thetakielce.pl), biuro czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00 - 16:00. (można wrzucić do skrzynki pocztowej przy bramie Ośrodka).
4. Na etapie składania Formularza zgłoszeniowego Kandydat/ka zobowiązany/a jest do przedłożenia odpowiednich dokumentów potwierdzających spełnianie warunków udziału w projekcie w postaci np. zaświadczeń, orzeczeń, itp.
5. Przez dokumenty rekrutacyjne należy rozumieć:
  - a) Formularz zgłoszeniowy, którego wzór stanowi załącznik do niniejszego Regulaminu, w którym kandydaci/cki złożą obligatoryjne oświadczenia potwierdzające spełnienie kryteriów grupy docelowej projektu.
  - b) Dokumenty potwierdzające spełnianie warunków udziału w projekcie na dzień rozpoczęcia udziału w nim:



Projekt „Wsparcie zdrowotne pracowników Centrum Usług Miejskich w Kielcach” realizowany w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027 współfinansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus

- w przypadku osób z niepełnosprawnościami kserokopia dokumentu potwierdzającego status osoby z niepełnosprawnościami: w rozumieniu Ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych.
  - osoba z deficytem narządu wzroku (weryfikowane na podst. okresowych badań pracowników u okulisty).
  - osoba z deficytem kostno-szkieletowym/stawowym i/lub problemy z sercem, naczyniami krwionośnymi, układem krążenia (weryfikowane na podst. zaświadczeń lekarskich).
6. W przypadku wątpliwości co do przedłożonych w ramach Formularza zgłoszeniowego oświadczeń, Beneficjent ma prawo na każdym etapie rekrutacji zażądać przedłożenia dokumentów potwierdzających ich zgodność ze stanem faktycznym (np. zaświadczeń, itp.).

## §5

### REKRUTACJA DO PROJEKTU

1. Rekrutacja rozpocznie się w 11.2024 i będzie prowadzona do 06.12.2024.
2. Rekrutacja zostanie przeprowadzana zgodnie z zasadą bezstronności, jawności, przejrzystości i równości szans (w tym równości płci) oraz równości szans dla osób z niepełnosprawnościami.
3. Kandydaci do udziału w projekcie zobowiązani są do zapoznania się z regulaminem projektu.
4. W przypadku większej liczby chętnych zostanie utworzona lista rezerwowa.
5. Formularz zgłoszeniowy powinien być wypełniony **elektrycznie (na komputerze) lub odręcznie (wypełniony czytelnie, DRUKOWANYMI literami)**, w języku polskim we wszystkich wymaganych polach.
6. Przyjęte dokumenty rekrutacyjne są kierowane do oceny formalnej i merytorycznej, prowadzonej przez Komisję Rekrutacyjną.
7. Posiedzenia Komisji Rekrutacyjnej odbywać się będą na bieżąco w zależności od potrzeb.
8. Dokumenty złożone przez kandydata/tkę do projektu w trakcie procedury rekrutacyjnej pozostają własnością Beneficjenta i nie podlegają zwrotowi. Dokumenty stanowią dokumentację Projektu i przechowywane będą przez Beneficjenta zgodnie z zapisami umowy o dofinansowanie projektu. Dostęp do w/w dokumentów będzie ograniczony tylko do uprawnionego personelu zarządzającego Projektem, członków Komisji Rekrutacyjnej oraz organów uprawnionych do dokonywania kontroli.
9. Formularze będą weryfikowane pod kątem spełnienia kryteriów formalnych, tj.
  - oświadczenie o zamieszkaniu na terenie woj. świętokrzyskiego.
  - osoby zatrudnione w Centrum Usług Miejskich w Kielcach –zaświadczenie pracodawcy.
10. Dokumenty kandydatów ubiegających się o udział w projekcie, które nie spełnią w/w wymagań uzyskują weryfikację negatywną.
11. **Za błąd formalny, kwalifikujący się do korekty, uznaje się m.in.:**
  - nie wypełnienie wszystkich wymaganych pól,
  - brak podpisów w wyznaczonych miejscach przez uprawnioną osobę,
  - brak odpowiedzi na którekolwiek z oświadczeń zawartych w Formularzu zgłoszeniowym,
  - niezgodność Formularza z wymaganym wzorem np. usunięcie/zmiana logotypów bądź zapisów ze wzoru Formularza zgłoszeniowego;



12. Korekcie formalnej nie podlegają złożone oświadczenia, wyjątek stanowi korekta, która nie ma wpływu na treść merytoryczną oświadczenia (np. brak podpisu) oraz oczywiste błędy pisarskie.
  13. W przypadku braków formalnych Kandydat zostanie jednokrotnie wezwany do ich uzupełnienia w terminie 3 dni roboczych od otrzymania wezwania.
  14. Kandydat/ka zobowiązany jest do naniesienia poprawek/uzupełnienia złożonych dokumentów, a nie ponownego złożenia kompletu wymaganych dokumentów.
  15. Po dokonaniu poprawek/uzupełnień Formularz zgłoszeniowy jest przekazywany do ponownej oceny formalnej.
  16. W przypadku niedokonania bądź błędnego dokonania poprawek/uzupełnień w terminie wskazanym w pkt 5 zgłoszenie zostaje odrzucone z przyczyn formalnych, co wyklucza kandydata/tkę z dalszego procesu rekrutacji.
  17. Osoba, której zgłoszenie zostanie odrzucone po kolejnej ocenie z przyczyn formalnych, nie będzie miała możliwości ponownego uzupełnienia braków formalnych w Formularzu. Ponowna ocena formalna jest ostateczna i nie przysługuje od niej odwołanie.
  18. Formularz zgłoszeniowy, który przejdzie pozytywnie ocenę formalną będzie podlegał ocenie merytorycznej.
  19. Po spełnieniu kryteriów formalnych formularze będą oceniane pod kątem kryteriów premiujących.
    - **osoba w wieku 50 lat i więcej** (weryfikowane na podstawie daty urodzenia) – 15 punktów;
    - **osoba z deficytem narządu wzroku** (weryfikowane na podst. okresowych badań pracowników u okulisty) – 10 punktów;
    - **osoba z deficytem kostno-szkieletowym/stawowym i/lub problemy z sercem, naczyniami krwionośnymi, układem krążenia** (weryfikowane na podst. zaświadczeń lekarskich) – 10 punktów;
    - **osoba z niepełnosprawnościami** (weryfikowane na podst. orzeczenia o stopniu niepełnosprawności/dokument poświadczający stan zdrowia) – 15 punktów.
- W razie większego zainteresowania niż przewidziana liczba miejsc, pierwszeństwo będą miały osoby spełniające dodatkowe warunki, które będą punktowane w następujący sposób:
- **staż pracy powyżej 6 lat** (weryfikowane na podstawie zaświadczenia od pracodawcy/ kopii umowy o pracę/cywilnoprawnej) - 5 punktów;
  - **data złożenia formularza** – 3 punkty.
20. W przypadku skreślenia, rezygnacji uczestnika projektu przed rozpoczęciem wsparcia szkoleniowego lub niepodjęcia uczestnictwa w ramach tego wsparcia, miejsce takiego uczestnika Projektu zajmie pierwsza osoba z listy rezerwowej, a w razie braku jej zgody (udzielonej w terminie do 2 dni roboczych), kolejna osoba z listy rezerwowej. O zakwalifikowaniu się do projektu kandydat/ka zostanie poinformowany/a telefonicznie lub mailowo.
  21. W przypadku złożenia przez kandydata/uczestnika fałszywych dokumentów lub oświadczeń mających wpływ na zakwalifikowanie do projektu następuje skreślenie z listy kandydatów/uczestników. Beneficjent ma również prawo do roszczeń regresowych w stosunku do



kandydata/ uczestnika w odniesieniu do kosztów, które poniósł na jego udział w rekrutacji/ w projekcie.

## § 6

### OFEROWANE WSPARCIE

1. Uczestnicy projektu zostaną objęci kompleksowym systemem wsparcia, zawierającym etap diagnozy indywidualnej potrzeb zdrowotnych w oparciu o którą nastąpi kilkumiesięczny cykl kompleksowych działań służących poprawie stanu zdrowia i komfortu w wykonywaniu pracy, w tym przeciwdziałaniu wypaleniu zawodowemu i kontynuowaniu zatrudnienia.

#### Wsparcie oferowane w ramach projektu:

- Doposażenie 30 stanowisk pracy zgodnie z potrzebami zgłaszanymi przez uczestników.
- Przeprowadzenie badań diagnostycznych 60 pracowników CUM Kielce.
- Działania na rzecz ochrony narządu ruchu – pakiety rehabilitacyjne.
- Przeciwdziałanie wypaleniu zawodowemu i walka ze stresem – warsztaty/szkolenia.
- Konsultacje dietetyczne.
- Pakiet „Rusz się z miejsca!”.
- Szkolenie antydyskryminacyjne.

- 1.1. **Doposażenie 30 stanowisk pracy zgodnie z potrzebami zgłaszanymi przez uczestników.** Doposażenie ma na celu zapewnienie ergonomii stanowiska pracy oraz utrzymanie zatrudnienia. Pozwoli na wsparcie uczestników, którzy będą mogli kontynuować pracę na tym samym stanowisku pracy, ale w mniejszym stopniu obciążą przy tym zdrowie. Zostaną zakupione ergonomiczne fotele biurowe, biurka, klawiatury, myszki oraz monitory zapewniające ochronę oczu przed szkodliwym światłem niebieskim, co zminimalizuje szkodliwe efekty długotrwałej pracy przed monitorem.

- 1.2. **Przeprowadzenie badań diagnostycznych 60 pracowników CUM Kielce.**

Wsparcie obejmuje realizację świadczeń zdrowotnych dla 60 pracowników CUM. W ramach tych świadczeń przewidziano udział w badaniach profilaktycznych, które obejmują:

- konsultacje lekarskie dostępne w godzinach popołudniowych dla każdego uczestnika.
- badania laboratoryjne m.in badanie krwi i moczu, poziom cukru we krwi, cholesterolu całkowitego, HSL, LDL, poziom witaminy, oznaczenie PSA u mężczyzn powyżej 50 roku życia,
- badanie USG piersi u kobiet powyżej 40 roku życia,
- konsultacje z rehabilitantem (po 2 spotkania), który dobierze zabiegi w ramach pakietów rehabilitacyjnych realizowanych w kolejnym wsparciu (działania na rzecz ochrony narządu ruchu – pakiety rehabilitacyjne) i wyda ewentualne zalecenia odnośnie dalszej potrzeby kontynuowania rehabilitacji po zakończeniu pakietów dostępnych w ramach projektu.

- 1.3. **Działania na rzecz ochrony narządu ruchu – pakiety rehabilitacyjne.** Zaplanowano dla 60 uczestników pakiety rehabilitacyjne w skład których wchodzi po 10 dni zabiegów dobranych indywidualnie dla każdego uczestnika przez fizjoterapeutę podczas konsultacji realizowanej w poprzednim wsparciu (przeprowadzenie badań diagnostycznych). W ramach pakietów rehabilitacyjnych „szytych na miarę potrzeb” przewiduje się następujące zabiegi:



kontrola motoryki, terapia manualna, fizykoterapia, kinesiotaping. Po zrealizowaniu pakietów rehabilitacyjnych wszyscy uczestnicy zostaną ponownie zdiagnozowani a u 10 uczestników projektu, którzy dalej będą się borykać z problemami zostanie zastosowane dodatkowe wsparcie w postaci kolejnych spotkań. Pakiet rehabilitacyjny będą realizowane u Partnera Projektu DAR-MEDICA Monika Mazurczak Spółka Komandytowa Al. J. Szajnowicza-Iwanowa 13F, 25-636 Kielce. Przed przystąpieniem do zabiegów rehabilitacyjnych, Uczestnik projektu zobowiązany jest do zapoznania się z wewnętrznym regulaminem korzystania z usług fizjoterapeutycznych Ośrodka Rehabilitacji DAR-MEDICA Monika Mazurczak Spółka Komandytowa, Al. J. Szajnowicza-Iwanowa 13F, 25-636 Kielce.

**1.4. Przeciwdziałanie wypaleni zawodowemu i walka ze stresem – warsztaty/szkolenia.**

Na stres w pracy narażeni są wszyscy, niezależnie od miejsca zatrudnienia, branży czy stanowiska. Częściej niż inni doświadczają go jednak osoby młode, ludzie starsi, kobiety oraz nowozatrudnieni pracownicy. Stres w pracy prowadzi do rozwoju różnego rodzaju zaburzeń emocjonalnych, nerwic, depresji. Zestresowani pracownicy częściej wywołują konflikty i mniej wydajnie pracują. W ramach tego wsparcia przewidziano:

- warsztaty przeciwdziałające wypalaniu zawodowemu 60 pracowników podzielonych na 4 grupy po 16 h/gr.
  - szkolenie z zakresu zarządzania stresem i kontrolowania emocji 4 grupy po 8h/gr.
  - warsztat antystresowy z zakresu technik redukcji długotrwałego stresu 4 grupy 8h/gr.
- Zajęcia będą odbywać się w grupach 15 osobowych w siedzibie Beneficjenta.

**1.5. Konsultacje dietetyczne.**

Siedzący tryb życia sprzyja nadmiernemu przybieraniu na wadze, co z kolei zwiększa ryzyko chorób przewlekłych tj. cukrzyca, choroby serca czy nadciśnienie. W ramach konsultacji dietetyk opracuje spersonalizowany plan żywieniowy, który pomoże pracownikom utrzymać zdrową wagę. Odpowiednio dobierze produkty spożywcze, które pomogą w redukcji stresu i poprawie nastroju, a także w jaki sposób unikać pokarmów, które mogą przyczyniać się do wzrostu poziomu kortyzolu, hormonu stresu. W ramach wsparcia przewidziano po dwa indywidualne spotkania z dietetykiem.

**1.6. Pakiet „Rusz się z miejsca!”.**

Aktywność ruchowa przynosi wiele wymiernych korzyści zdrowotnych. Zaletą regularnego ruchu jest m.in. zmniejszenie napięcia i stresu, obniżenie ciśnienia tętniczego, wzrost odporności, poprawa metabolizmu i samopoczucia. Poprzez ruch polepsza się wydajność umysłu, czyli zwiększa się zdolność zapamiętywania i zorganizowania. Biorąc pod uwagę preferencje uczestników zaplanowano zakup 35 karnetów do siłowni (35UP × 12 miesięcy) oraz 25 karnetów na basen (25UP × 12 miesięcy – cotygodniowe zajęcia z instruktorem).

**1.7. Szkolenie antydyskryminacyjne – 8 h na grupę.**

Podniesienie świadomości pracowników CUM na temat różnorodności, równości i przeciwdziałania wszelkim formom dyskryminacji w miejscu pracy. Zajęcia będą odbywać się w siedzibie Beneficjenta.

2. Uczestnik zobowiązany jest uczestniczyć we wszystkich wymienionych formach wsparcia za wyjątkiem Pakietu „Rusz się z miejsca” do wyboru będą zajęcia na siłowni lub na basenie.

3. Nie ma możliwości wyboru poszczególnych form wsparcia.

## § 7



## **PRAWA I OBOWIĄZKI UCZESTNIKÓW PROJEKTU**

### **1. Uczestnik Projektu ma prawo do:**

- do uczestniczenia w formach wsparcia zgodnie z zapisami Projektu.

### **2. Uczestnik Projektu zobowiązany jest do:**

- podpisania niezbędnych oświadczeń uczestnictwa w Projekcie oraz innych dokumentów niezbędnych do prawidłowej realizacji Projektu oraz monitorowania wskaźników kluczowych EFS+ 2021-2027,
- zapoznania się z Regulaminem,
- stosowania się do postanowień Regulaminu,
- regularnego i punktualnego uczestnictwa w wyznaczonych formach wsparcia,
- wypełniania ankiet i udzielania innych niezbędnych informacji w celu monitoringu i ewaluacji Projektu,
- dostosowania się do zaleceń lekarza i fizjoterapeuty,
- usprawiedliwiania nieobecności w ramach każdej z form wsparcia zaświadczeniem lekarskim na obowiązującym druku ZUS ZLA (wyjątkowo oświadczeniem o zdarzeniu losowym),
- niezwłocznego informowania o zmianach danych osobowych, kontaktowych i innych danych mających wpływ na realizację Projektu.

## **§ 8**

### **MONITORING I EWALUACJA**

1. Uczestnik Projektu zobowiązany jest do dobrowolnego poddania się procesowi monitoringu, kontroli i ewaluacji, mającego na celu przede wszystkim ocenę skuteczności działań podjętych w ramach Projektu.
2. Uczestnik Projektu zobowiązany jest każdorazowo potwierdzać swoją obecność w ramach różnych form wsparcia poprzez złożenie podpisu na liście obecności/karcie doradczej oraz do wypełniania ankiet, formularzy oraz innych dokumentów pozwalających ocenić działania prowadzone w ramach Projektu.
3. Realizator Projektu monitoruje w terminie 4 tygodni po zakończeniu udziału w Projekcie Uczestnika Projektu w zakresie danych dotyczących jego statusu na rynku pracy oraz informacji na temat udziału w kształceniu lub szkoleniu oraz uzyskania kwalifikacji lub nabycia kompetencji.

## **§ 9**

### **ZAKOŃCZENIE UDZIAŁU W PROJEKCIE**

1. Rezygnacja z udziału w Projekcie możliwa jest tylko w uzasadnionych przypadkach.
2. Uzasadnione przypadki, o których mowa w ust. 1 niniejszego paragrafu, mogą wynikać z przyczyn natury zdrowotnej lub działania siły wyższej i z zasady nie mogą być znane Uczestnikowi/ Uczestniczce w momencie rozpoczęcia udziału w Projekcie.
3. Uczestnik/Uczestniczka, który/a został/a zakwalifikowany/a może zrezygnować z udziału w Projekcie przed rozpoczęciem zajęć, informując o tym realizatora projektu nie później niż na trzy dni przed rozpoczęciem wsparcia.



Projekt „Wsparcie zdrowotne pracowników Centrum Usług Miejskich w Kielcach” realizowany w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Świętokrzyskiego 2021-2027 współfinansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus

4. W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w Projekcie jeszcze przed rozpoczęciem wsparcia, osoby znajdujące się kolejno na liście rezerwowej otrzymają propozycję przystąpienia do udziału w Projekcie.

## **§ 10**

### **POSTANOWIENIA KOŃCOWE**

1. Załączniki do niniejszego Regulaminu stanowią jego integralną część.
2. Regulamin może ulec zmianie np. w sytuacji zmiany dokumentów programowych dotyczących Projektu. Zmiana Regulaminu obowiązuje od dnia publikacji na stronie internetowej projektu.
3. W sprawach nieuregulowanych niniejszym regulaminem stosuje się zapisy Kodeksu Cywilnego, Wytycznych dotyczących realizacji projektów z udziałem środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w regionalnych programach na lata 2021–2027 i prawa krajowego dotyczącego EFS+.
4. Wykaz załączników:  
Załącznik nr 1. Formularz zgłoszeniowy;  
Załącznik nr 2. Oświadczenie dotyczące zamieszkania na terenie województwa świętokrzyskiego  
Załącznik nr 3. Zaświadczenie od pracodawcy  
Załącznik nr 4. Klauzula informacyjna  
Załącznik nr 5. Ankieta potrzeb dla osób z niepełnosprawnościami  
Załącznik nr 6. Oświadczenie o nie korzystaniu tego samego typu wsparcia  
Załącznik nr 7. Deklaracja uczestnictwa w projekcie  
Załącznik nr 8. Oświadczenie uczestnika projektu.  
Załącznik nr 9. Oświadczenie po zakończeniu udziału w projekcie.