

REGULAMIN

rekrutacji i warunków uczestnictwa w inicjatywach edukacyjnych organizowanych w ramach projektu pn. „Przeprowadzenie w 2026 roku 6 inicjatyw edukacyjnych dla mieszkańców powiatu mieleckiego w ramach koncepcji «Uniwersytet Samorządności»”

§ 1.

Postanowienia ogólne

1. Zadanie pod tytułem „Przeprowadzenie w 2026 roku 6 inicjatyw edukacyjnych dla mieszkańców powiatu mieleckiego w ramach koncepcji «Uniwersytet Samorządności»”, zwane dalej „projektem”, współfinansowane jest ze środków budżetu Województwa Podkarpackiego.
2. Projekt realizowany jest do dnia 31 października 2026 r. zgodnie z umową o dofinansowanie.
3. Celem projektu jest przeprowadzenie inicjatyw edukacyjnych w ramach koncepcji „Uniwersytet Samorządności” objętej „Podkarpackim Programem Odnowy Wsi na lata 2026-2031”.
4. Niniejszy Regulamin określa zasady rekrutacji i warunki uczestnictwa w inicjatywach edukacyjnych organizowanych w ramach projektu.

§ 2.

Słownik pojęć

Ilekroć w niniejszym Regulaminie jest mowa o:

1. Inicjatywie edukacyjnej – należy przez to rozumieć szkolenia, warsztaty, wykłady seminaria lub konferencje o tematyce historycznej, samorządowo – obywatelskiej, ekologicznej, etnograficznej, promocyjno-gospodarczej lub zajęć praktycznych realizowaną w ramach projektu ,
2. Organizatorze – należy przez to rozumieć Gminę Mielec, która przeprowadzi szkolenia,
3. Kandydacie/Kandydatce – należy przez to rozumieć osobę aplikującą do udziału w szkoleniu,
4. Uczestniku/Uczestniczce – należy przez to rozumieć kandydata/kandydatkę, który/-a został/-a zakwalifikowany/-a do udziału w szkoleniu.

§ 3.

Kandydaci/Kandydatki

Kandydatami do udziału w inicjatywie edukacyjnej mogą być wyłącznie mieszkańcy powiatu mieleckiego z terenu gmin wiejskich: Borowa, Czermin, Gawłuszowice, Mielec, Padew Narodowa, Tuszów Narodowy, Wadowice Górne, miejsko-wiejskich: Przecław i Radomyśl Wielki oraz miasta Mielec.

§ 4.

Proces rekrutacji

1. Kandydat/-ka zgłasza Organizatorowi deklarację udziału w projekcie poprzez wypełnienie załącznika nr 1 do regulaminu podając: tytuł inicjatywy, imię i nazwisko kandydata/-tki, miejscowość zamieszkania, telefon kontaktowy, adres e-mailowy.
2. Informacje, o których mowa w ust. 1 należy zgłosić:
 - 1) telefonicznie pod numerem: 17 774 56 30,
 - 2) drogą elektroniczną na adres: anna.niziolek@ug.mielec.pl,
 - 3) pocztą tradycyjną na adres: Gmina Mielec, ul. Głowackiego 5, 39-300 Mielec,
 - 4) osobiście w Urzędzie Gminy Mielec w Mielcu, ul. Głowackiego 5, pokój nr 15.
3. Przyjmowanie zgłoszeń odbywać się będzie od 15.07.2026 r. (środa) do dnia organizacji inicjatywy edukacyjnej lub do wyczerpania miejsc.
4. Przyjmowanie zgłoszeń do udziału w inicjatywie edukacyjnej odbywa się poprzez wpisanie Kandydata/-tki na listę uczestników/-czek projektu.
5. Kandydat/-ka zgłaszając swój udział w inicjatywie edukacyjnej wyraża zgodę na przetwarzanie danych osobowych oraz wykorzystanie wizerunku w celu promocji i rozliczenia projektu zgodnie z załącznikiem nr 2 do regulaminu.
6. Zgłoszenie przez Kandydata/-tkę udziału w inicjatywie edukacyjnej nie jest równoznaczne z zakwalifikowaniem się do projektu.

§ 5.

Zasady rekrutacji

1. Rekrutacja ma charakter otwarty i powszechny wobec wszystkich osób, które spełnią warunek określony w § 3 niniejszego Regulaminu.
2. Działania rekrutacyjne poprzedzone będą kampanią informacyjną i promocyjną prowadzoną na terenie powiatu mieleckiego.
3. Rekrutacja odbywa się w sposób ciągły i według kolejności zgłoszeń.
4. Dopuszcza się możliwość, aby jeden/-na Uczestnik/-czka wziął/wzięła udział w kilku inicjatywach edukacyjnych.
5. W przypadku większego zainteresowania udziałem w danej inicjatywie szkoleniowej utworzona zostanie lista rezerwowa.
6. W momencie rezygnacji Uczestnika/-czki z listy podstawowej, na jego/jej miejsce rekrutowana będzie kolejna osoba z listy rezerwowej.
7. Od decyzji o zakwalifikowaniu lub niezakwalifikowaniu do projektu nie przysługuje odwołanie.

§ 6.

Szkolenia

1. W ramach projektu przeprowadzone zostanie 6 inicjatyw edukacyjnych:
 - a) Kalendarz zielarski – jak zbierać i przetwarzać zioła (z użyciem materiałów własnych prowadzącego)

TERMIN: 1 sierpnia 2026 r. (sobota)

LICZBA GODZIN: 4

LICZBA UCZESTNIKÓW: 25

W ramach szkolenia Uczestnicy/Uczestniczki nauczą się rozpoznawać wybrane zioła, poznają podstawowe zasady zbioru, suszenia, przechowywania i przetwarzania ziół. Omówiony zostanie kalendarz zielarski uwzględniający każdą porę roku ze szczególnym uwzględnieniem roślin charakterystycznych dla sezonu, w którym odbywa się warsztat. Warsztaty będą zawierały część praktyczną. Uczestnicy/-czki szkolenia stworzą swój własny przepisnik ziołowy.

- b) Warsztaty Kiedy ktoś się rozsypuje – Podstawy reagowania na kryzys emocjonalny w społeczności lokalnej(z użyciem materiałów własnych prowadzącego)

TERMIN: 8 sierpnia 2026 r. (sobota)

LICZBA GODZIN: 4

LICZBA UCZESTNIKÓW: 25

Celem wykładu jest podniesienie kompetencji uczestników w zakresie rozpoznawania sygnałów świadczących o kryzysie emocjonalnym u osób z ich otoczenia oraz nabycie podstawowych umiejętności reagowania w sposób bezpieczny i adekwatny do sytuacji. W trakcie zajęć Uczestnicy/Uczestniczki zapoznają się z metodami wczesnego identyfikowania oznak przeciążenia emocjonalnego, poznają zasady stosowania tzw. mikrointerwencji oraz nauczą się właściwego reagowania w sytuacjach wymagających wsparcia. Uczestnicy/-czki zostaną także zapoznani/-e z procedurami bezpiecznego reagowania w kryzysie.

- c) Domowe malowanki – makijaż dla siebie (z użyciem materiałów własnych prowadzącego)

TERMIN: 29 sierpnia 2026 r. (sobota)

LICZBA GODZIN: 4

LICZBA UCZESTNIKÓW: 25

Podczas zajęć Uczestnicy/Uczestniczki zdobędą wiedzę oraz praktyczne umiejętności w zakresie podkreślania naturalnych atutów urody za pomocą makijażu. W trakcie warsztatów omówione zostaną aktualne trendy oraz praktyczne techniki wykonywania makijażu, a także zasady doboru kosmetyków odpowiednich do rodzaju i potrzeb cery. Uczestnicy/Uczestniczki zapoznają się również z podstawowymi przyborami i akcesoriami wykorzystywanymi w makijażu oraz sposobami ich prawidłowego stosowania. Uczestnicy/Uczestniczki szkolenia zdobędą wiedzę i umiejętności z zakresu dbania o własny wizerunek oraz podkreślania naturalnych atutów urody.

- d) Wykład Jak przeżyć w sytuacji zagrożenia, co zrobić gdy zawyją syreny (z użyciem materiałów własnych prowadzącego)

TERMIN: 5 września 2026 r. (sobota)

LICZBA GODZIN: 4

LICZBA UCZESTNIKÓW: 25

Podczas warsztatów Uczestnicy/Uczestniczki zostaną zapoznani z podstawowymi działaniami podejmowanymi przez Służby Zarządzania Kryzysowego, poznają m.in. sposoby ogłaszania zagrożenia, wyposażenie plecaka życia, zabezpieczenie przed

skutkami zagrożenia, ochronę przed skażeniem chemicznym i biologicznym. Celem wykładu jest zwiększenie świadomości oraz przygotowanie Uczestników/Uczestniczek do właściwego reagowania w sytuacjach kryzysowych i zagrożenia bezpieczeństwa. Zdobyta wiedza i umiejętności przyczynią się do zwiększenia poziomu bezpieczeństwa Uczestników/Uczestniczek oraz ich zdolności do podejmowania racjonalnych działań w sytuacjach nadzwyczajnych.

- e) Warsztaty Jak odzyskać energię i spokój w codziennym życiu – praktyczne techniki regulacji stresu (z użyciem materiałów własnych prowadzącego)

TERMIN: 12 września 2026 r. (sobota)

LICZBA GODZIN: 4

LICZBA UCZESTNIKÓW: 25

Celem warsztatu jest wyposażenie Uczestników/-czek w praktyczne, proste do zastosowania techniki radzenia sobie ze stresem, napięciem oraz zmęczeniem, które mogą być wykorzystywane samodzielnie w codziennym funkcjonowaniu. W trakcie zajęć Uczestnicy/Uczestniczki poznają metody wspierające regulację układu nerwowego, umożliwiające redukcję napięcia, poprawę samopoczucia oraz odzyskanie równowagi psychofizycznej. Przekazane narzędzia będą ukierunkowane na zwiększenie poziomu energii, wzmocnienie motywacji, budowanie pewności siebie oraz rozwijanie umiejętności świadomego reagowania na sytuacje stresowe.

- f) Detoks - oczyszczanie organizmu kluczem do naszego zdrowia (z użyciem materiałów własnych prowadzącego)

TERMIN: 26 września 2026 r. (sobota)

LICZBA GODZIN: 4

LICZBA UCZESTNIKÓW: 25

Warsztaty mają na celu wprowadzenie Uczestników/Uczestniczek w zagadnienia związane z naturalnymi sposobami wspierania procesów detoksykacyjnych organizmu. W trakcie spotkania omówione zostaną wybrane metody wykorzystywane w profilaktyce zdrowotnej, w tym zastosowanie ziół, elementów diety, okresowych postów oraz innych praktyk wspierających prawidłowe funkcjonowanie organizmu. Szczególna uwaga zostanie poświęcona roli roślin zielarskich w procesie wspierania naturalnych mechanizmów oczyszczania organizmu, w tym w kontekście ograniczania obciążenia organizmu substancjami szkodliwymi, takimi jak metale ciężkie czy czynniki sprzyjające rozwojowi pasożytów. Podczas warsztatów Uczestnicy/-czki poznają właściwości wybranych ziół wspomagających procesy detoksykacyjne oraz dowiedzą się, w jaki sposób prawidłowo przygotowywać ziołowe napary, mieszanki, toniki oraz koktajle wspierające organizm w procesach regeneracyjnych. Zajęcia będą miały charakter zarówno teoretyczny, jak i praktyczny – Uczestnicy/-czki zapoznają się z zasadami bezpiecznego stosowania ziół oraz sposobami ich łączenia w celu uzyskania optymalnego działania. Istotnym elementem warsztatów będą zajęcia praktyczne, podczas których Uczestnicy/-czki samodzielnie przygotowują wybrane mieszanki ziołowe wspierające procesy oczyszczania organizmu. Dzięki temu zdobędą praktyczne umiejętności, które będą mogli wykorzystać w codziennym dbaniu o zdrowie, samopoczucie oraz profilaktykę zdrowotną.

2. Organizator zastrzega sobie prawo do zmiany terminu szkolenia, o czym Uczestnik/-czka zostanie poinformowany/-a co najmniej trzy dni przed planowanym szkoleniem.
3. Liczba osób uczestniczących w poszczególnych szkoleniach może ulec zmianie w zależności od ilości osób zainteresowanych.
4. Szkolenia zostaną przeprowadzone w Samorządowym Ośrodku Kultury i Sportu w Chorzelowie, Chorzelów 307, 39-331 Chorzelów. Budynek jest dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami i ze specjalnymi potrzebami, a obok budynku znajdują się miejsca parkingowe.

§ 7.

Prawa i obowiązki Uczestników/Uczestniczek

1. Osobie, która uzyskała informację o zakwalifikowaniu do projektu przysługują prawa i obowiązki określone niniejszym Regulaminem.
2. Potwierdzenie uczestnictwa w projekcie stanowi dla Uczestnika/-czki zobowiązanie do udziału w wybranym szkoleniu.
3. Uczestnik/Uczestniczka szkoleń ma prawo do:
 - a) bezpłatnego udziału w szkoleniu,
 - b) otrzymania materiałów szkoleniowych,
 - c) korzystania z dostępnego cateringu,
4. Uczestnik/Uczestniczka projektu jest zobowiązany/-a do:
 - a) zapoznania się i przestrzegania niniejszego Regulaminu,
 - b) potwierdzenia swojej obecności w szkoleniu,
 - c) wypełniania ankiet i innych dokumentów związanych z realizacją projektu i monitoringiem jego późniejszych rezultatów,
 - d) współpracy ze wszystkimi podmiotami zaangażowanymi w realizację projektu,
 - e) dojazdu na szkolenie na własny koszt.
5. W przypadku rażącego naruszenia zapisów niniejszego Regulaminu, a także zasad współżycia społecznego, Uczestnik/-czka może zostać usunięty/-a z listy uczestników/uczestniczek projektu.

§ 8.

Zasady rezygnacji z udziału w szkoleniu: istnieje możliwość rezygnacji z udziału w szkoleniu pod warunkiem telefonicznego powiadomienia Organizatora na 2 dni przed planowanymi zajęciami.

§ 9.

Postanowienia końcowe

1. Sprawy nieregulowane niniejszym Regulaminem rozstrzyga Organizator.
2. Organizator zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian w treści Regulaminu.
3. Regulamin obowiązuje w okresie trwania projektu.

4. Decyzje Organizatora są ostateczne i nie przysługuje od nich odwołanie.
5. Regulamin dostępny jest w siedzibie Organizatora oraz na stronie internetowej www.gmina.mielec.pl w zakładce Uniwersytet Samorządności.