

## REGULAMIN PROJEKTU

### **"Tworzenie grup wsparcia dla osób z otyłością"**

Celem projektu jest podniesienie stanu wiedzy na temat konsekwencji otyłości, znajomości zasad prawidłowego żywienia oraz wprowadzenie trwałych zmian w nawykach żywieniowych mieszkańców.

#### **§ 1. Postanowienia ogólne.**

1. Organizatorem projektu "Tworzenie grup wsparcia dla osób z otyłością" jest Urząd Miejski w Białymstoku, zwana dalej "Organizatorem".
2. Zadanie z zakresu zdrowia publicznego realizowane zgodnie z art. 14 ust. 1 ustawy z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym (Dz.U. z 2017 r. poz. 2237) NARODOWY PROGRAM ZDROWIA 2016-2020
3. Zadanie finansowane ze środków Ministerstwa Zdrowia
4. Projekt będzie trwał w okresie lipiec - grudzień 2018 r.
5. Zajęcia grupowe będą odbywały się do lipca do grudnia 2018 rok:
  - zajęcia grupowe z trenerem personalnym odbywać się będą 3 x w tygodniu w okresie lipiec – grudzień 2018 r. (dotyczy osób powyżej 40 r.ż.)
  - zajęcia grupowe na basenie odbywać się będą 1 x w tygodniu w okresie lipiec – grudzień 2018 r. (dotyczy osób powyżej 60 r.ż.)
  - zajęcia grupowe z trenerem Nordic Walking odbywać się będą 2 x w tygodniu w okresie lipiec – grudzień 2018 r. (dotyczy osób powyżej 60 r.ż.)
  - zajęcia grupowe z dietetykiem odbywać się będą 2 x w miesiącu w okresie lipiec – grudzień 2018 r.
  - zajęcia grupowe z psychologiem odbywać się będą 1 x w miesiącu w okresie lipiec – grudzień 2018 r.

- warsztaty kulinarne odbędą się w sierpniu i październiku 2018 r.
- 6. Regulamin stanowi podstawę Projektu, określa prawa i obowiązki Uczestników Projektu.

## **§ 2. Uczestnictwo w Konkursie.**

1. Uczestnictwo w Projekcie jest bezpłatne.
2. Oferta skierowana do:
  - mieszkańców miasta Białegostoku;
  - osób z potwierdzoną otyłością  $BMI \geq 30$ ;
  - osób powyżej 40 r.ż. (2 grupy po 15 osób. Zajęcia na siłowni);
  - osób powyżej 60 r.ż. (2 grupy po 15 osób. Zajęcia na basenie i Nordic Walking);
  - osób nie posiadających przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania aktywności fizycznej;
  - osób chcących podnieść stan wiedzy na temat konsekwencji otyłości, znajomości zasad prawidłowego żywienia oraz wprowadzenie trwałych zmian w nawykach żywieniowych;
  - osób, które sumiennie będą uczęszczały na zajęcia wg zaplanowanego harmonogramu.
3. Aby wziąć udział w Projekcie należy wysłać zgłoszenie na adres mailowy: [grupawsparcia@um.bialystok.pl](mailto:grupawsparcia@um.bialystok.pl) w terminie do 06 lipca 2018 r. bądź złożyć osobiście w Departamencie Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego w Białymstoku przy ul. Bema 60/1, pok. nr 10. Druki można pobrać na stronie [www.bialystok.pl](http://www.bialystok.pl) zakładka ochrona zdrowia lub w Sekretariacie Departamentu Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego w Białymstoku przy ul. Bema 60/1. Przystąpienie do Projektu jest równoznaczne z akceptacją przez uczestnika Regulaminu w całości. Uczestnik zobowiązuje się do przestrzegania określonych w nim zasad, jak również potwierdza, iż spełnia wszystkie warunki, które uprawniają go do udziału w Projekcie.
4. Uczestnictwa w Projekcie, jak i praw i obowiązków z nimi związanych nie można przenosić na inne osoby.

5. Uczestnicy Projektu zobowiązują się rzetelnie realizować cele treningowe oraz założenia żywieniowe określone przez swojego trenera, oraz zobowiązują się do podejmowania regularnych treningów w miesiącu wg wyznaczonego harmonogramu zajęć.
6. Uczestnicy projektu zobowiązują się do uczestnictwa wg ustalonego harmonogramu:
  - w trzech treningach grupowych w tygodniu (dot. osoby powyżej 40 r.ż);
  - w zajęciach na basenie 1 raz w tygodniu (dot. grupy osób powyżej 60 r.ż.);
  - w zajęciach Nordic Walking 2 raz w tygodniu (dot. grupy osób powyżej 60 r.ż.);
  - w spotkaniach grupowych z dietetykiem (2 razy w miesiącu podczas trwania Projektu);
  - w spotkaniach grupowych z psychologiem (1 raz w miesiącu podczas trwania Projektu);
  - w warsztatach kulinarnych (2 razy w czasie trwania Projektu).

Uczestnik ma prawo do tygodniowego urlopu, winien wcześniej zgłosić swoją nieobecność dla trenera w jakim okresie go nie będzie.
7. Każdy uczestnik projektu zobowiązuje się do prowadzenia dziennika żywieniowego, który będzie kontrolowany na bieżąco przez trenera prowadzącego. Zalecamy korzystanie z bezpłatnej aplikacji mobilnej na telefon.

## 8. Proces kwalifikacyjny.

Aby wziąć udział w Projekcie, kandydaci na Uczestników zobowiązani są pomyślnie przejść etap rekrutacji.

### 1. Etap I – Zgłoszenie:

a) W celu rozpoczęcia procesu rekrutacji, kandydaci zobowiązani są przesłać swoje zgłoszenie na adres [grupawsparcia@um.bialystok.pl](mailto:grupawsparcia@um.bialystok.pl) lub dostarczyć je osobiście do Departamentu Spraw Społecznych Urzędu Miejskiego w Białymstoku przy ul. Bema 60/1. w terminie do 06 lipca 2018 roku.

Zgłoszenie musi zawierać co najmniej imię, nazwisko oraz numer telefonu do kontaktu.

### 2. Etap II – Dokonanie pomiarów oraz rozmowa kwalifikacyjna:

W II etapie kandydaci na wstępie zobowiązani będą wypełnić i podpisać Ankiętę Zgłoszeniową udostępnioną kandydatom. Ankieta zgłoszeniowa do udziału w Projekcie zawierać będzie:

- dane Uczestników, tj.: imię i nazwisko, wiek, adres zamieszkania, kontakt telefoniczny.
- Oświadczenie o zapoznaniu się z Regulaminem Projekcie.
- Oświadczenie zezwalające na wykorzystywanie imienia i nazwiska, miejsca zamieszkania, Uczestników na potrzeby Projektu oraz promocji i reklamy Projektu i jej partnerów, a także potwierdzające m.in. zgodę na przetwarzanie danych osobowych Uczestnika przez Urząd Miejski w Białymstoku i realizatorów Projektu.

### **§ 3. Warunki udziału w Projekcie.**

Uczestnicy konkursu zostaną zakwalifikowani do udziału w projekcie na podstawie wykonanej analizy składu ciała, pomiarów obwodów oraz rozmowy kwalifikacyjnej z trenerem.

Kryteria:

- mieszkańcy miasta Białegostoku;
- osób z potwierdzoną otyłością  $BMI \geq 30$ ;
- osób powyżej 40 r.ż (2 grupy po 15 osób);
- osób powyżej 60 r.ż. (2 grupy po 15 osób);
- osób nie posiadających przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania aktywności fizycznej;
- osób chcących podnieść stan wiedzy na temat konsekwencji otyłości, znajomości zasad prawidłowego żywienia oraz wprowadzenie trwałych zmian w nawykach żywieniowych;
- osób, które sumiennie będą uczęszczały na zajęcia wg zaplanowanego harmonogramu.

### **§ 4. Ochrona danych osobowych.**

1. Dane osobowe uczestników Konkursu będą przetwarzane w celach przeprowadzenia Projektu.
2. Dane osobowe uczestników Konkursu będą wykorzystywane zgodnie z zasadami Rozporządzenie 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) (Dz. Urz. UE L 119 z 2016 r.)

1. Dane osobowe uczestników Konkursu będą wykorzystywane zgodnie z warunkami określonymi w ustawie z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (tekst jednolity: Dz. U. z 2018 r., poz. 1000).
2. Administratorem danych jest Prezydent Miasta Białegostoku, Urząd Miejski w Białymstoku, ul. Słonimska 1, 15-950 Białystok;
3. Kontakt do Inspektora Ochrony Danych: Urząd Miejski w Białymstoku, ul. Słonimska 1, 15-950 Białystok, tel. 85 879 79 79, e-mail: [bbi@um.bialystok.pl](mailto:bbi@um.bialystok.pl);
4. Dane osobowe są zbierane w celu realizacji projektu finansowanego ze środków Ministra Zdrowia pod nazwą „Tworzenie grup wsparcia dla osób z otyłością”;
5. Dane nie będą udostępniane podmiotom innym, niż uprawnione na podstawie przepisów prawa;
6. Pozyskane dane będą przechowywane przez okres 13 lat od daty zakończenia projektu;
7. Przysługuje Pani/Panu do żądania dostępu do własnych danych, prawo do sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania lub wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania;
8. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, lecz ich niepodanie uniemożliwia udział w Projekcie;
9. Przysługuje Pani/Panu prawo do wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym jest Urząd Ochrony Danych;
10. Dane nie będą zbierane/przetwarzane/przekazywane w sposób zautomatyzowany.
11. Przetwarzanie danych, o których mowa w ustępie 1 niniejszego paragrafu obejmuje także publikację imienia i nazwiska uczestnika.
12. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, lecz ich niepodanie uniemożliwia udział w Projekcie.

## **§ 5. Postanowienia końcowe.**

1. Regulamin Konkursu jest dostępny jest w Urzędzie Miejskim w Białymstoku.
2. W sprawach nieuregulowanych Regulaminem, zastosowanie mają przepisy Kodeksu Cywilnego