



Fundusze Europejskie  
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita  
Polska

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Samorząd Województwa  
Kujawsko-Pomorskiego

## REGULAMIN KLUBU SENIORA

utworzonego i funkcjonującego w ramach projektu objętego grantem  
pn. „**Dobre Życie Na Emerycie**”

### § 1

#### Postanowienia ogólne

1. Niniejszy regulamin określa warunki uczestnictwa w projekcie objętym grantem pn. „Dobre Życie Na Emerycie”, zwanego dalej Klubem.
2. Projekt objęty grantem, o którym mowa w pkt. 1, realizowany jest przez Stowarzyszenie Działamy ul. Fabryczna 26a, 88-210-Dobre zwanym dalej grantobiorcą – w ramach projektu grantowego Nr II/ EFS+/KS/2025/5, Program Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza 2021-2027, Priorytet 7. Fundusze europejskie na rozwój lokalny w ramach Działania FEKP.07.04 Wspieranie integracji społecznej, Nr umowy LGD/II/EFS+/KS/2025/05.
3. Działalność Klubu – dofinansowana jest z Programu Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza 2021-2027 z Unii Europejskiej i wynosi 100 000,00 zł. Wkład własny wynosi 5600,00 zł.
4. Celem projektu objętego grantem jest podnoszenie aktywności społecznej, kulturowej i fizycznej osób zamieszkujących gminę Dobre.
5. W ramach projektu objętego grantem utworzony został Klub Seniora , który funkcjonuje w oparciu o niniejszy regulamin.
6. Klub Seniora - funkcjonuje w okresie realizacji projektu objętego grantem, tj. w okresie 01.04.2026 r. do 30.11.2026 r.
7. Siedziba i biuro projektu Klubu Seniora zlokalizowane jest w biurze stowarzyszenia na ul. Fabrycznej 26a, 88-210 Dobre.

8. Budynek, w którym mieści się biuro wnioskodawcy i w którym będą odbywały się warsztaty, zajęcia posiada:

-wejście do budynku, które znajduje się na poziomie terenu wokół budynku,

- na kondygnacji biura i sali do zajęć znajduje się toaleta z przystosowaniem dla osób z niepełnosprawnością

- na korytarzach nie ma wystających gablot, reklam, elementów dekoracji, które mogłyby być przeszkodą dla osób z niepełnosprawnościami.

9. Zajęcia w klubie są bezpłatne.

10. Klub liczy 16 miejsc.

## § 2

### Uczestnicy klubu seniora

1. Odbiorcami wsparcia w ramach utworzonego Klubu Seniora – Akademia Seniora I są osoby starsze tj. osoby, które ukończyły 60 rok życia i zamieszkują obszar objęty LSR, gminę Dobrze.

2. Ze wsparcia w Klubie Seniora wyłączone będą osoby będące uczestnikami dziennych domów pomocy i innych ośrodków wsparcia dziennego przewidzianych w ustawie o pomocy społecznej.

3. Ze wsparcia w Klubie wyłączone będą osoby będące uczestnikami dziennych domów pomocy i innych ośrodków wsparcia dziennego przewidzianych w ustawie o pomocy społecznej.

## § 3

### Cele i ich realizacja

1. Celem Klubu jest podniesienie aktywności społecznej, kulturalnej i fizycznej osób starszych.

2. Klub Seniora realizuje swoje cele poprzez prowadzenie działań w następujących obszarach:

a) **W zdrowym ciele zdrowy duch.** W ramach tego działania odbędzie się cykl 16 spotkań z zakresu kultury fizycznej. Zajęcia te będą dostosowane do możliwości i potrzeb uczestników( pilates, taniec, spacer). Zajęcia będą prowadzone przez instruktorów. W ramach tego działania uczestnicy zostaną wyposażeni w niezbędne akcesoria do ćwiczeń. Działanie to uzupełnią 4 warsztaty kreatywne usprawniające dłonie i koordynację wzrokowo-ruchową. Efektem tych zajęć będą ozdoby 3d i prace rękodzielnicze.

b) **Z kulturą i sztuką na ty:** W ramach tego działania uczestnicy wezmą udział w 4 wydarzeniach kulturalnych w regionie (opera, filharmonia, teatr i koncert muzyczny). Seniorzy w trakcie dwudniowego wyjazdu będą uczestnikami warsztatów w Młynach Rothera w Bydgoszczy. Każdemu wyjazdowi będzie towarzyszył poczęstunek. Po każdej z tych aktywności odbędzie się spotkanie z poczęstunkiem i projekcją zdjęć oraz filmów z wydarzeń. Kolejna aktywność w tym zadaniu to udział w zajęciach artystycznych „Przed obiektywem”. W ramach tego działania uczestnicy wezmą udział w profesjonalnej sesji fotograficznej poprzedzonej stylizacją.

c) **Bezpieczni w sieci:** W ramach tego działania zaplanowano 5 spotkań w czasie których uczestnicy nabędą podstawowe umiejętności bezpiecznego korzystania z aplikacji w tym bankowych. Na spotkania zostanie też zaproszony pracownik banku, policjant i informatyk. Uczestnicy zostaną uwrażliwieni na bezpieczne korzystanie z internetu.

e) **Działanie uzupełniające – Wieczór andrzejkowy.** Zadanie to będzie podsumowaniem aktywności seniorów w trakcie trwania projektu. Zostanie przygotowana wystawa z pracami wykonanymi podczas warsztatów manualnych i portretami uczestników wykonanymi w trakcie realizacji zajęć artystycznych „Przed obiektywem”. Działanie to poprowadzi animator.

3. Klub będzie miejscem przyjaznym seniorom, dającym poczucie bezpieczeństwa i lokalnej wspólnoty, z empatyczną i kompetentną kadrami.
4. W klubie każdy ma równe prawo do wypowiedzi, decyzje podejmowane są wspólnie, a relacje opierają się na wzajemnym szacunku i tolerancji.

#### § 4

##### Organizacja Klubu

1. Klub będzie działać zgodnie z harmonogramem zajęć w godzinach, dostosowanych do potrzeb i możliwości uczestnictwa seniorów.
2. Klub czynny jest w ramach realizacji działań w terminach uzgadnianych z uczestnikami i prowadzącymi.
3. Na zajęciach wymagana jest frekwencja na poziomie 70%.
4. Kolejność działań pracy klubu zostanie ustalona wspólnie ze

zrekrutowanym członkami klubu- tak aby była optymalna.

5. Kolejność działań pracy klubu będzie przekazywana do informacji seniorów z co najmniej tygodniowym wyprzedzeniem.

6. Przewiduje się ograniczenie pracy klubu na przełomie lipca i sierpnia 2026 roku. Ze względu na sezon urlopowy i możliwość występowania upałów.

7. Zajęcia będą odbywały się od maja do listopada 2026r z uwzględnieniem potrzeb seniorów oraz warunków pogodowych.

8. W ramach wyjazdów seniorzy zostaną objęci ubezpieczeniem od nieszczęśliwych wypadków – polisa grupowa.

9. Zajęcia według potrzeb seniorów mogą odbywać się w dni robocze lub weekendy.

10. W klubie musi być obecna co najmniej 1 osoba z personelu (prowadzący zajęcia, kierownik klubu).

11. Klub liczy 16 miejsc.

12. Zajęcia w klubie są bezpłatne.

## § 5

### Prawa i obowiązki uczestników Klubu

1. Uczestnik Klubu uprawniony jest do nieodpłatnego udziału w zajęciach, wycieczkach oraz korzystania z usług, materiałów, serwisu kawowego, poczęstunku oferowanych w Klubie.

2. Uczestnik jest zobowiązany do wypełnienia formularza dotyczącego danych osobowych, ankiet, testów oraz podpisywania list obecności, kart doradczych i umów w trakcie realizacji projektu objętego grantem.

3. Uczestnik Zobowiązany jest do przestrzegania Regulaminu Klubu Seniora.

4. Uczestnik zostaje skreślony z listy uczestników w przypadku zaistnienia co najmniej jednej z następujących okoliczności:

a. rażącego naruszenia postanowień niniejszego Regulaminu oraz Regulaminu projektu lub zasad współżycia społecznego.

b. w przypadku nieobecności większej niż 30% godzin przewidzianych w projekcie na wsparcie, Uczestnik/Uczestniczka zobowiązuje się do zwrotu całkowitych kosztów związanych z organizacją i przebiegiem zajęć na konto wskazane przez Grantobiorcę.

c. zgonu uczestnika.

## § 6

### Postanowienia końcowe

1. Grantobiorca zastrzega sobie prawo zmiany niniejszego regulaminu w sytuacji zmiany wytycznych, warunków realizacji projektu objętego grantem lub dokumentów programowych.

2. Wszelkie zmiany niniejszego regulaminu wymagają formy pisemnej.

3. W sprawach nieujętych w niniejszym regulaminem decyduje grantobiorca.

4. Kontakt do grantobiorcy, tj. Stowarzyszenie Działamy

a. adres biura projektu: ul. Fabryczna 26a, 88-210 Dobrze

b. adres e-mail: [dzialamy33@gmail.com](mailto:dzialamy33@gmail.com)

c. nr telefonu: +48 726 368 274.

5. Regulamin wchodzi w życie z dniem 10.04.2026 r.

Dobrze, dn. 10.04.2026 r.

.....

(miejsce i data)

(pieczęć i podpis grantobiorcy)