Ogłoszenie o rekrutacji uczestników do projektu „Zielony Czas”

Data publikacji ogłoszenia: 01.08.2026 r.

Map-Press s.c. Biuro Badań Prasowych Małgorzata Nadrowska-Kuśmierek i Artur Kuśmierek zaprasza seniorów z powiatu bydgoskiego (gminy: Białe Błota, Dobrcz, Koronowo, Osielsko, Nowa Wieś Wielka, Sicienko, Solec Kujawski) do udziału w projekcie objętym grantem pt. **„Zielony Czas”** w ramach którego utworzony zostanie klub seniora dla osób 60+.
Klub seniora to przestrzeń tworzona z myślą o osobach starszych, w której jest miejsce na wymianę doświadczeń, aktywne spędzanie czasu wolnego, a także rozwój kulturalny i fizyczny seniorów.

Kto może zostać uczestnikiem projektu?
Osoby starsze, będące mieszkańcami obszarów wiejskich objętych LSR, tj. powiatu bydgoskiego (gminy: Białe Błota, Dobrcz, Koronowo, Osielsko, Nowa Wieś Wielka, Sicienko, Solec Kujawski).
Za osobę starszą należy rozumieć osobę, która ukończyła 60. rok życia.
Ze wsparcia w klubie seniora wyłączone są osoby będące uczestnikami dziennych domów pomocy i innych ośrodków wsparcia dziennego przewidzianych w ustawie o pomocy społecznej.

Do kiedy trwa rekrutacja uczestników?
Chęć udziału w projekcie, za pomocą „Formularza rekrutacji uczestników”, należy zgłosić do dnia 30.09.26 r. włącznie. Wypełniony i podpisany Formularz wraz z wymaganymi załącznikami należy dostarczyć do firmy Map-Press s.c. Biuro Badań Prasowych Małgorzata Nadrowska-Kuśmierek i Artur Kuśmierek na adres Zielonka, ul. Dzięciołowa 2, 86-005 Białe Błota
- za pomocą operatora pocztowego lub
- elektronicznie na adres e-mail: kontakt@szczuplejemy.pl
- osobiście - na spotkaniu informacyjnym
O zachowaniu terminu decyduje data wpływu dokumentów do biura Map-Press s.c.
„Formularz rekrutacji uczestników” można pobrać:
- w wersji elektronicznej z niniejszego artykułu (pliki do pobrania u dołu strony) lub
- w wersji papierowej w biurze projektu.

Kryteria udziału w projekcie:

a. **Kryteria dostępowe:**
   - **Kryterium 1**, tj. wszyscy mieszkańcy (**osoby starsze**) obszarów wiejskich objętych lokalną strategią rozwoju – oświadczenie uczestnika projektu (wiek uczestnika jest określany na podstawie daty urodzenia w momencie przystępowania do projektu – w tym celu uczestnik projektu powinien okazać grantobiorcy dokument tożsamości);

- **Kryterium 2**, tj. **zamieszkiwanie na obszarze LSR** – weryfikowane na podstawie wystawionych na uczestnika i jego adres zamieszkania dokumentów zobowiązaniowych np. kserokopie decyzji w sprawie wymiaru podatku od nieruchomości, kopie rachunków lub faktur za media, ścieki, odpady komunalne lub inne równoważne dokumenty, np. umowa najmu, karta pobytu. W uzasadnionych przypadkach, za zgodą IZ – oświadczenie.

- **Kryterium 3** – punktowe – preferencyjne,
  - osoba samotna - oświadczenie – 5 pkt;
  - pozostałe osoby z obszaru LSR – 0 pkt

UWAGA: Jedna osoba może być uczestnikiem tylko jednego projektu objętego grantem w ramach projektu grantowego nr FEKP.07.04-IZ.00-0017/24 pt. „Trzy Doliny z Seniorami" realizującego Lokalną Strategię Rozwoju dla obszaru powiatu bydgoskiego na lata 2023-2029 „Trzy Doliny". W sytuacji stwierdzenia przez LGD, że osoba uczestniczyła/uczestniczy w innym projekcie objętym grantem ze środków LSR, uczestnik taki uznany zostanie jako niekwalifikowalny.

O przyjęciu do projektu będzie decydowało spełnienie przez uczestnika kryteriów kwalifikowalności oraz uzyskanie największej liczby punktów w ramach kryteriów preferencyjnych. W przypadku uzyskania takiej samej liczby punktów przez potencjalnych uczestników, o udziale w projekcie decydować będzie kolejność zgłoszeń.

Planowana liczba uczestników projektu: 15 osób

Oferowane w ramach projektu formy wsparcia:

- **"Zdrowi i piękni 60+"** w ramach zadania zaplanowano spotkania: z lekarzem, dietetykiem, kosmetyczką, pedagogiem.
  Razem 30 godzin.
- **"Czuj, czuj czuwaj 60+"** – warsztaty z pierwszej pomocy, warsztaty bezpieczeństwa, spotkanie z policjantem, pracownikiem ZUS, specjalistą IT.
  Razem 17 godzin.
- **"Sprawni i giętcy 60+"** – joga dla seniorów, spacer z kijkami, basen oraz Wieczorek Taneczny.
  Razem 42 godziny.
- **"Spokojny umysł 60+"** w ramach zadania warsztaty grupowe z psychologiem.
  Razem 7 godzin.
- **"Wrażliwi na sztukę 60+"** wyjazdy kulturalne do Bydgoszczy, Torunia, Brzózek oraz 1 spotkanie z ludźmi kultury – wieczorek autorski.
  Razem 19 godzin.
- **"Kreatywni 60+"** w ramach tego zadania: klub gier, spotkania z ciekawymi ludźmi, zajęcia artystyczne.

Razem 34 godziny.

Na zajęciach cyklicznych wymagana jest frekwencja na poziomie 70% (do frekwencji wlicza się udokumentowaną nieobecność z powodu choroby uczestnika).

Korzyści z udziału w projekcie:

Udział w projekcie, to udział w wielu aktywnościach:

*tematyczny wieczorek taneczny – działanie integrujące, aktywizujące, sprzyjające budowaniu relacji społecznych i poprawie samopoczucia;

*spotkanie autorskie – rozwijające zainteresowania literackie, wspierające dialog międzypokoleniowy i kontakt z kulturą;

*warsztaty „Artystyczne pierniki”

*wspólna wigilia – sprzyjająca integracji, wymianie wspomnień oraz lepszemu poznaniu tradycji kulinarnych regionu

*cykl zajęć tematycznych, obejmujący:

- unikatowe warsztaty z zakresu bezpieczeństwa (mienia, pierwsza pomoc, pomoc prawna pracownika ZUS, bezpieczeństwo w sytuacjach ekstremalnych: pożary, huragany, nawalne opady, blackout, wojna; bezpieczeństwo w sieci)
- zajęcia zdrowotne i edukacyjne (profilaktyka chorób cywilizacyjnych, diety senioralne, „dieta dla planety”, warsztaty urody)
- warsztaty artystyczne (rękodzieło, plastyka)
- trzy wycieczki kulturalne (m.in. do Teatru Muzycznego w Toruniu, obiektu kultury w Bydgoszczy – w zależności od repertuaru, zwiedzanie murali w Brzózkach),
- spotkania z ciekawymi ludźmi
- zajęcia psychologiczno-pedagogiczne (radzenie sobie ze stresem, samotnością, wspomaganie pamięci)
- aktywności fizyczne (basen, nordic walking, joga).

Udział w projekcie pokaże, iż życie w każdym wieku życie może być zielone, a nie szare. Hasło "Zielono Czas" oznacza tu również: dbaj o siebie – ćwicz, walcz ze stresem, wspieraj pamięć, jedz tak, by nie szkodzić sobie ani planecie. „Zielony czas” nie oznacza bycia „zielonym” – czyli bezradnym wobec wyzwań współczesności. Dlatego projekt stawia również na edukację w zakresie bezpieczeństwa osobistego, ochrony mienia oraz zachowań w sytuacjach nadzwyczajnych, takich jak pożary,

nawałnice czy wojna. Uczestnicy nabędą też praktyczne umiejętności w zakresie pierwszej pomocy.

Udział w projekcie objętym grantem, a tym samym w zajęciach klubu seniora, jest **bezpłatny**.

Termin realizacji projektu:

01.08.2026 r. do 31.05.2027 r.

Miejsce realizacji projektu: Świetlica Wiejska, ul. Agatowa 2, 86-005 Murowaniec. Klub będzie usytuowany w miejscu dostępnym dla seniorów i przystosowanym do potrzeb oraz możliwości osób z niepełnosprawnościami, w szczególności ruchowymi. W sytuacji wystąpienia innych specjalnych potrzeb istnieje możliwość skorzystania z usług dostępowych takich jak np.: tłumacz języka migowego, asystent osoby z niepełnosprawnością, materiały szkoleniowe w formie dostępnej (np. elektronicznej z możliwością powiększenia druku lub odwrócenia kontrastu).

Spotkanie informacyjne dot. udziału w projekcie:

26.08.2026 r o godzinie 15:00 godzinie w Świetlicy Wiejskiej ul. Agatowa 2, 86-005 Murowaniec.

Miejsce spotkania dostosowane jest do potrzeb osób z dysfunkcją ruchową. W przypadku wystąpienia innych potrzeb organizacyjnych, wynikających z niepełnosprawności, prosimy o podanie takiej informacji najpóźniej na 2 dni robocze przed terminem spotkania, w celu odpowiedniego przygotowania miejsca. Przed budynkiem znajdują się miejsca parkingowe dla osób z niepełnosprawnością. Do budynku i wszystkich jego pomieszczeń można wejść z psem asystującym i psem przewodnikiem.

Zachęcamy do udziału w projekcie!

Kontakt:
Map-Press s.c.
Klub Seniora „Zielono żyj”
adres e-mail: malgorzata.kusmierek@map-press.pl; kontakt@szczuplejemy.pl
nr telefonu: 508 284 929

Pliki do pobrania:

1. Formularz rekrutacji uczestników.

Cel projektu: Aktywizacja i integracja społeczna osób starszych zamieszkujących na obszarze LSR.
Całkowita wartość projektu: 101.000,00 zł
Kwota grantu (dofinansowania projektu): **95.920,00 zł**

Projekt objęty grantem **Klub Seniora „Zielono żyj”** został wybrany do realizacji przez Stowarzyszenie „Trzy Doliny”, będące lokalną grupą działania dla obszaru powiatu bydgoskiego i jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza 2021-2027.

Efekty/rezultaty projektu:
- całkowita liczba osób objętych wsparciem – 15 os.;
- liczba osób starszych objętych wsparciem w klubach seniora, gospodarstwach opiekuńczych i Uniwersytetach Trzeciego Wieku – 15 os.;
- liczba osób, których sytuacja społeczna uległa poprawie po opuszczeniu programu – 11 os.;
- liczba objętych wsparciem klubów seniora, gospodarstw opiekuńczych i Uniwersytetów Trzeciego Wieku – 1 szt.

#FunduszeEuropejskie #TrzyDoliny