

Regulamin Projektu

„Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy. Profilaktyka i edukacja Antystresowa – „Stop! Nie stresuj się.”” w ramach realizacji zadania publicznego, zgodnie z umową z Powiatem Wołomińskim z siedzibą w Wołominie zawartą w dniu 16.02.2023 r.

Postanowienia ogólne

§1

1. Projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy. Profilaktyka i edukacja Antystresowa – „Stop! Nie stresuj się.”” realizowany jest przez Fundację Instytut Psychologii Stresu z siedzibą pod adresem: 95 - 010 Stryków, ul. Brzezińska 5/6, wpisaną do rejestru stowarzyszeń, innych organizacji społecznych i zawodowych, fundacji oraz samodzielnych publicznych zakładów opieki zdrowotnej Krajowego Rejestru Sądowego pod nr KRS 0000659414, NIP 7282813113.
2. Projekt jest sfinansowany z budżetu Powiatu Wołomińskiego z siedzibą w Wołominie.
3. Biuro Projektu mieści się w Łodzi na ul. Strzelców Kaniowskich 71/73.
4. Zasięg terytorialny Projektu: powiat wołomiński.
5. Celem Projektu jest zmniejszenie poziomu stresu i skutków wypalenia zawodowego dla 100 uczestników projektu (osoby pracujące, w tym pracujące z młodzieżą i dziećmi lub osobami starszymi, będące rodzicami dzieci niepełnosprawnych, mieszkańcy powiatu wołomińskiego).
6. Okres realizacji projektu: od 1 marca 2023 r. do 31 grudnia 2023 r.
7. Spodziewane efekty realizacji Projektu:
 - 1) poprawa stanu zdrowia psychicznego uczestników Projektu w zakresie świadomego relaksu oraz rozluźnienia,
 - 2) wzrost poczucia relaksu i rozluźnienia uczestników Projektu,
 - 3) poznanie metod obniżania poziomu stresu,

**POWIAT
WOŁOMIŃSKI**



Projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy. Profilaktyka i edukacja Antystresowa - Stop! Nie stresuj się.”
dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego.



- 4) wzrost świadomości społecznej na temat stresu i wypalenia zawodowego poprzez realizację Kampanii Społecznej „Stop! Nie stresuj się.” oraz przeprowadzenie warsztatów/webinariów dla mieszkańców powiatu wołomińskiego.

Definicje

§2

Ilekoć w niniejszym Regulaminie jest mowa o:

- 1) **Realizatorze Projektu** oznacza to Fundację Instytut Psychologii Stresu z siedzibą pod adresem: 95 - 010 Stryków, ul. Brzezińska 5/6, wpisaną do rejestru stowarzyszeń, innych organizacji społecznych i zawodowych, fundacji oraz samodzielnych publicznych zakładów opieki zdrowotnej Krajowego Rejestru Sądowego pod nr KRS 0000659414, NIP 7282813113.
- 2) **Projekcie** oznacza to projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy. Profilaktyka i edukacja Antystresowa – „Stop! Nie stresuj się.””.
- 3) **Uczestniku Projektu** oznacza to osobę fizyczną zakwalifikowaną do Projektu, o której mowa w §4 Regulaminu.
- 4) **Mieszkańcu** oznacza to osobę fizyczną, które miejscem zamieszkania jest miejscowość, w której osoba ta przebywa z zamiarem stałego pobytu.

POWIAT
WOŁOMIŃSKI



Projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy.
Profilaktyka i edukacja Antystresowa - Stop! Nie stresuj się.”
dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego.



Planowane działania

§3

W Projekcie przewidziano następujące działania:

- 1) Uruchomienie kampanii społecznej „Stop! Nie stresuj się.” oraz promocja projektu.
- 2) Rekrutacja do projektu – projekt przewiduje 100 mieszkańców powiatu wołomińskiego (osoby pracujące, w tym pracujące z młodzieżą i z dziećmi lub osobami starszymi, będące rodzicami dzieci niepełnosprawnych, osoby aktywne zawodowo narażone na stres zawodowy).
- 3) Przeprowadzenie dwudziestu, dwugodzinnych warsztatów/webinarów edukacyjnych.
- 4) Stworzenie raportu podsumowanie Projektu.

Rekrutacja do Projektu i przewidziane formy udziału w Projekcie

§4

1. Udział w Projekcie dla uczestników Projektu jest bezpłatny.
2. Do Projektu Realizator planuje zrekrutować łącznie 100 mieszkańców powiatu wołomińskiego (miejszem zamieszkania osoby fizycznej jest miejscowość, w której osoba ta przebywa z zamiarem stałego pobytu), osób fizycznych, aktywnych zawodowo, pracujących na terenie powiatu wołomińskiego zwłaszcza które:
 - pracują z młodzieżą i dziećmi,
 - pracują z osobami starszymi,
 - są pracującymi rodzicami dzieci niepełnosprawnych,
 - są aktywne zawodowo i są narażone na stres zawodowy (np. kierowcy komunikacji miejskiej, urzędnicy).
3. Rekrutacja odbywać się będzie na terenie powiatu wołomińskiego.
4. Warunkiem uczestnictwa w Projekcie jest spełnienie warunków, o których mowa w ust. 2 i wypełnienie deklaracji uczestnictwa wg wzoru załączonego



Projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy.
Profilaktyka i edukacja Antystresowa - Stop! Nie stresuj się.”
dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego.



do Regulaminu i złożenie go w formie papierowej Realizatorowi Projektu – termin składania, godziny i miejsce składania zostaną podane przez Realizatora Projektu w ogłoszeniu. Dopuszcza się skan zgłoszenia na maila: biuro@redukujemystres.pl i dostarczenie oryginału podczas warsztatów.

5. Do Projektu zostaną zakwalifikowane osoby według kolejności złożenia formularza uczestnictwa do wyczerpania miejsca w Projekcie.
6. W przypadku rezygnacji uczestnika z udziału w Projekcie bądź opuszczenia Projektu z innych względów do Projektu zostanie zakwalifikowana osoba z listy rezerwowej.
7. Uczestnik Projektu może w każdej chwili zrezygnować z udziału w Projekcie bez żadnych konsekwencji finansowych.
8. Każdy uczestnik Projektu może wziąć udział w:
 - 1) **jednym warsztacie dwugodzinnym z redukcji stresu oraz w jednym warsztacie dwugodzinnym z wypalenia zawodowego.**
9. Wszyscy użytkownicy strony internetowej projektu i uczestnicy Projektu, którzy zrobią test na stres, zostaną poproszeni o podanie adresu e-mail w celu podania im dostępu do platformy edukacyjnej.
10. Miejsce realizacji Projektu – Kampania społeczna: Wołomin, Kobyłka, Marki, Radzymin, Ząbki, Zielonka.

Spotkania edukacyjne stacjonarne odbędą się w wynajmowanych salach. W tych miejscowościach, gdzie będzie największa ilość uczestników, zostaną zorganizowane grupy, a uczestnicy z pobliskich miast zostaną poproszeni o dojechanie do danej miejscowości. W sytuacji braku możliwości uczestniczenia w warsztatach stacjonarnych z powodu szczególnych potrzeb uczestnika (dotyczy m. in. osób z niepełnosprawnością, starszych, chorych, kobiet w ciąży) lub obostrzeń związanych z epidemią, proponujemy webinaria poprzez platformę Microsoft Teams. Zakładamy też, by wynajmowane sale, były dostosowane do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami, tak by warsztaty odbyły się stacjonarnie.



Projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy. Profilaktyka i edukacja Antystresowa - Stop! Nie stresuj się.”
dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego.



11. Obowiązki uczestnika Projektu:

- 1) wzięcie udziału w zadeklarowanej formie udziału w Projekcie w ustalonym czasie i miejscu,
- 2) potwierdzenie obecności w ramach wybranej formy udziału poprzez podpisanie listy obecności,
- 3) przestrzegania wytycznych sanitarnych,
- 4) wypełnienie ankiety.

12. W przypadku niewywiązywania się z obowiązków, o których mowa w ust. 11 Realizator Projektu może nie dopuścić uczestnika Projektu do udziału w Projekcie bądź usunąć go od udziału w zadeklarowanej formie.

Ochrona danych osobowych, klauzula informacyjna

§5

1. Dane osobowe uczestników Projektu, Realizator przetwarza zgodnie z Rozporządzeniem 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) (dalej: RODO), w tym z zachowaniem odpowiednich zabezpieczeń.
2. Mając na uwadze art. 13 ust. 1 i 2 Realizator Projektu informuje, że:
 - 1) Administratorem danych osobowych uczestnika Projektu jest Realizator Projektu,
 - 2) Realizator Projektu nie powołał Inspektora Ochrony Danych Osobowych we wszystkich sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych, uczestnik Projektu oraz przedstawiciele instytucji współpracujących mogą kontaktować się z Realizatorem Projektu pod adresem email: biuro@redukujemystres.pl



Projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy.
Profilaktyka i edukacja Antystresowa - Stop! Nie stresuj się.”
dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego.



- 3) Realizator Projektu przetwarza dane osobowe uczestnika Projektu w celu:
- a) rekrutacji do Projektu na podstawie art. 6 ust. 1 lit. b RODO przetwarzanie danych jest niezbędne do podjęcia działań na żądanie uczestnika Projektu,
 - b) udziału w Projekcie na podstawie art. 6 ust. 1 lit. b RODO przetwarzanie jest niezbędne do wykonania umowy, której stroną jest uczestnik Projektu,
 - c) kontroli prawidłowości realizacji Projektu w tym wydatkowania otrzymanej przez Realizatora Projektu dotacji zgodnie z Umową o dofinansowanie na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c i e RODO przetwarzanie jest niezbędne do wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na Realizatorze Projektu, w tym
 - d) profilaktyki zdrowotnej na podstawie art. 9 ust. 2 lit h RODO, tj. niezbędności przetwarzania w ramach świadczonych przez Realizatora Projektu działań w Projekcie,
 - e) ewentualnego ustalenia, dochodzenia lub obrony przed roszczeniami na podstawie art. 6 ust. 1 lit f RODO oraz art. 9 ust. 2 lit f RODO,
 - f) utrzymywania z Państwem kontaktu na podstawie art. 6 ust. 1 lit f RODO.
- 4) Dane uczestnika Projektu, przedstawiciela instytucji mogą zostać udostępnione:
- a) podmiotom świadczącym na rzecz Realizatora Projektu:
 - usługi hostingowe (udostępnienia miejsca na serwerze),
 - usługi informatyczne (IT)
 - usługi doradztwa prawnego i zastępstwa procesowego,
 - usługi pocztowe,
 - usługi finansowe,



Projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy.
Profilaktyka i edukacja Antystresowa - Stop! Nie stresuj się.”
dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego.



- usługi księgowo,
 - usługi ubezpieczenia,
- b) Powiatowi Wołomińskiemu z siedzibą w Wołominie.
- 5) Dane uczestnika Projektu nie będą przekazywane do państwa trzeciego,
czyli poza Europejski Obszar Gospodarczy ani organizacji międzynarodowej,
- 6) W związku z przetwarzaniem danych osobowych uczestnika Projektu jakiego dokonuje Realizator Projektu przysługują uczestnikowi Projektu, przedstawicielowi instytucji następujące prawa:
- a) dostępu do danych osobowych, w tym do uzyskania ich kopii
 - b) poprawiania danych osobowych,
 - c) żądania usunięcia danych osobowych,
 - d) ograniczenia przetwarzania danych osobowych,
 - e) wniesienia sprzeciwu co do przetwarzania danych osobowych,
 - f) wniesienia skargi do organu nadzorczego, którym w Polsce jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
- 7) Dane osobowe uczestnika Projektu, przedstawiciela instytucji przetwarzane przez okres obowiązywania umowy, tj. trwania Projektu, a po jego upływie, przez okres pięciu lat licząc od dnia 01.03.2023 r.
- 8) Uczestnik Projektu podaje swoje dane osobowe dobrowolnie i to jedynie w zakresie niezbędnym do realizacji celów, o których mowa w pkt. 3 powyżej. Podanie danych jest wymogiem zakwalifikowania do Projektu i udziału w nim (zawarcia umowy). Niepodanie danych osobowych będzie skutkowało odmową zakwalifikowania przez Realizatora Projektu zainteresowanej osoby fizycznej do Projektu, tym samym odmową zawarcia umowy.

**POWIAT
WOŁOMIŃSKI**



Projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy.
Profilaktyka i edukacja Antystresowa - Stop! Nie stresuj się.”
dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego.



- 9) Realizator Projektu nie podejmuje decyzji na podstawie danych osobowych uczestników Projektu w sposób zautomatyzowany, również nie dokonuje profilowania.

Postanowienia końcowe

§ 6

1. Realizator Projektu zastrzega możliwość zmiany Regulaminu o czym poinformuje uczestników Projektu.
2. Regulamin został zatwierdzony uchwałą Zarządu Fundacji nr 6/III/2023 z dnia 24 marca 2023 r.

**POWIAT
WOŁOMIŃSKI**



Projekt „Radzenie sobie ze stresem i wypaleniem zawodowym w miejscu pracy.
Profilaktyka i edukacja Antystresowa - Stop! Nie stresuj się.”
dofinansowany jest ze środków Powiatu Wołomińskiego.

