Ogłoszenie o rekrutacji uczestników do projektu

Klub Seniora "Równik z Seniorami"

Data publikacji ogłoszenia: 01.08.2026 r.

Fundacja „Równik” zaprasza seniorów zamieszkujących na obszarze LSR – z następujących gmin: Białe Błota, Dobrcz, Koronowo, Osielsko, Nowa Wieś Wielka, Sicienko, Solec Kujawski do udziału w projekcie objętym grantem pt. Klub Seniora "Równik z Seniorami" , 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 obszaru objętego LSR, tj. z następujących gmin: Białe Błota, Dobrcz, Koronowo, Osielsko, Nowa Wieś Wielka, Sicienko, Solec Kujawski, które ukończyły 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?
Rekrutacja trwa do dnia 30.09.2026 r. włącznie lub do wyczerpanie limitu miejsc. Chęć udziału w projekcie, za pomocą „Formularza rekrutacji uczestników”, należy zgłosić na adres biura projektu ul. Liściasta 9 w Łochowie - osobiście, pocztą, na adres e-mail: biuro@rownik.org.pl.O zachowaniu terminu decyduje data wpływu formularza do biura projektu.

Kryteria udziału w projekcie:

a. **Kryteria dostępowe:**
   - **Kryterium 1**, tj. wszyscy mieszkańcy (**osoby starsze**) obszaru objętego 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.

UWAGA: Jedna osoba może być uczestnikiem tylko jednego projektu objętego grantem realizowany na podstawie umowy nr UM.WR.433.3.281.2024 o dofinansowanie projektu grantowego „TRZY DOLINY Z SENIORAMI" w ramach Priorytetu 7 Fundusze Europejskie na Rozwój Lokalny: Działania 07.04 Wspieranie integracji społecznej programu Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza 2021-2027. W sytuacji stwierdzenia przez LGD, że osoba uczestniczyła/uczestniczy w innym projekcie objętym grantem ze środków LSR.

Planowana liczba uczestników projektu: 15 osób

Oferowane w ramach projektu formy wsparcia:

a. Integracja z mieszkańcami z obszaru LSR po przez spotkanie okolicznościowe – w gronie seniorów – odbędzie się 1 spotkania otwarte tzw. „Dzień Synergii" trwające 4 godz.

b. Zadanie „Trójpak dla zdrowia" obejmuje zajęcia grupowe dla 15 osób z obszaru „kultura fizyczna". Służyć będzie poprawie aktywności fizycznej osób starszych i składać się będzie z 3 elementów:

a) Gimnastyka dla seniorów – dla wszystkich uczestników, mające na celu ich usprawnienie fizyczne. Planuje się różnorodne formy zajęć m.in. ćwiczenia ogólnousprawniające z wykorzystaniem kij gimnastycznych, woreczki gimnastyczne, piłki gimnastyczne (różne wielkości), inne w zależności od zgłoszonych potrzeb i możliwości. Liczba godzin wsparcia: 2 godz. x 5 spotkań, w sumie 10 godz.

b) Spacer z kijkami – dla wszystkich uczestników, mające na celu ich usprawnienie ruchowe. Planuje się wyjścia do Planuje się wyjścia do otwartych przestrzeni oraz miejsca uzgodnione z seniorami. Liczba godzin wsparcia: 2 godz. x 5 spotkań, w sumie 10 godz.

c) Zajęcia na Sali SI (zajęcia ruchowe) – dla wszystkich uczestników. Liczba godzin wsparcia: 2 godz. x 5 spotkań, w sumie 10 godz.

c. „Wyjazd prozdrowotny" obejmuje wyjazd grupowy dla 15 osób z obszaru „zdrowie". Planuje się wyjazd do Inowrocławia. Liczba godzin wsparcia: 8 godz.

d. Zadanie Warsztaty "Publiczne e-usługi" obejmuje zajęcia grupowe dla 15 osób z obszaru „bezpieczeństwo". Służyć będzie poprawie bezpieczeństwa osób starszych i składać się będzie z 5 elementów:

a) Bezpieczne korzystanie z technologii teleinformacyjnej i Internetu,

b) mobywatel - dokument tożsamości przyszłości,

c) podatki.gov.pl,

d) pacjent.gov.pl,

e) profil zaufany.

Liczba godzin wsparcia: 3 godz. x 5 spotkań, w sumie 15 godz.

e. Zadanie „Laboratorium Umysłu" obejmuje zajęcia grupowe dla 15 osób z obszaru „nabywanie nowych umiejętności". Służyć będzie nabywaniu nowych umiejętności osób starszych i składać się będzie z 3 elementów:

a) szkolenie – smartfon od podstaw, nauka korzystania z aplikacji systemowych w smartfonie (kalendarz, budzik itp.), korzystanie z wifi, danych komórkowych, lokalizacji i innych, instalowanie aplikacji;

Liczba godzin wsparcia: 3 godz. x 7 spotkań, w sumie 21 godz.

b) fotografia smartfonem (edycja fotografii, instalowanie aplikacji do edycji zdjęć, edycja zdjęć przy użyciu jednej z aplikacji, wykorzystanie sztucznej inteligencji do edycji fotografii);

Liczba godzin wsparcia: 3 godz. x 3 spotkań, w sumie 9 godz.

c) nauka języka angielskiego z wykorzystaniem sztucznej inteligencji i przy użyciu smartfona;

Liczba godzin wsparcia: 2 godz. x 10 spotkań, w sumie 20 godz.

f. Zadanie "Magia kultury" obejmuje zajęcia grupowe dla 15 osób z obszaru „Udział w kulturze i uwrażliwienie na sztukę". Zajęcia służyć będą rozwijaniu wrażliwość estetycznej, dostarczą niezapomnianych przeżyć emocjonalnych i pozwoli na oderwanie się od codzienności i składać się będzie z 1 wydarzenia – wyjazd do Gostycyna pow. tucholski; na pokaz tradycji weselnych z lat 30. XX wieku

Liczba godzin wsparcia: 7 godz. x 1 spotkanie, w sumie 7 godz.

g. Zadanie „Harmonia duszy i ciała" obejmuje zajęcia grupowe oraz indywidualne dla 15 osób z obszaru „wsparcie psychologiczne". Służyć będzie kształtowaniu

poczucia własnej wartości oraz umiejętności współdziałania i składać się będzie z 3 elementów:

a) Spotkania indywidualne z psychologiem;

Liczba godzin wsparcia: 4 spotkania x 1 godz., w sumie 4 godz. na 1 uczestnika.

b) Warsztaty grupowe z psychologiem;

Liczba godzin wsparcia: 3 godz. x 5 spotkań, w sumie 15 godz.

c) Warsztaty grupowe zarządzania stresem i radzenie sobie z emocjami.

Liczba godzin wsparcia: 3 godz. x 5 spotkań, w sumie 15 godz.

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

Korzyści udziału w projekcie:

Każdy uczestnik projektu (senior) otrzyma na własność zestaw składający się z materiałów szkoleniowych: notatnik, długopis, teczka.

Efekty i rezultaty projektu 👇

🔢Całkowita liczba osób objętych wsparciem - 15

🔢Liczba osób starszych objętych wsparciem w klubach seniora, gospodarstwach opiekuńczych i Uniwersytetach Trzeciego Wieku-15

🔢Ludność objęta projektami w ramach strategii zintegrowanego rozwoju terytorialnego -15

🔢Liczba osób, których sytuacja społeczna uległa poprawie po opuszczeniu programu (min. 40% całkowitej liczby osób objętych wsparciem) - 8

🔢Liczba objętych wsparciem klubów seniora, gospodarstw opiekuńczych i Uniwersytetów Trzeciego Wieku - 1

Termin realizacji projektu: 01.08.2026 r. – 30.06.2027 r.

Miejsce realizacji projektu: Fundacja „Równik” ul. Liściasta 9, 86-065 Łochowo. 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:

03.08.2026 r o 10:00 godzinie w Fundacja „Równik" ul. Liściasta 9, 86-065 Łochowo,

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:
Fundacja „Równik"
Fundacja „Równik" ul. Liściasta 9, 86-065 Łochowo
Czynne w poniedziałek i środę:17:00 – 19:00
adres e-mail: biuro@rownik.org.pl
nr telefonu: 509 633 635

Pliki do pobrania:

1. Formularz rekrutacji uczestników.

Cel projektu: Aktywizacja i integracja społeczna osób starszych zamieszkujących na obszarze LSR.
Całkowita wartość projektu: 110 275,00
Kwota grantu (dofinansowania projektu): 99 975,00 zł EFS+

Projekt objęty grantem „Równik pomiędzy Seniorami" został wybrany do realizacji przez LGD „Trzy Doliny", będące lokalną grupą działania dla obszaru z następujących gmin: Białe Błota, Dobrcz, Koronowo, Osielsko, Nowa Wieś Wielka, Sicienko, Solec Kujawski, i jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza 2021-2027.

#FunduszeEuropejskie #TrzyDoliny

Trzy Doliny
Lokalna Grupa Działania