

UMOWA UCZESTNICTWA nr..... W PROJEKCIE „HOLISTYCZNA ŚCIEŻKA ZDROWIA”

realizowanego w ramach Rządowego Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO 2021-2030

zawarta w dniu pomiędzy:

Realizatorem Projektu: Fundacją Kurs w Przyszłość z siedzibą w Lublinie, ul. Dożynkowa 21/39, 20-223 Lublin, reprezentowanym przez **Iwonę Mazur – Koordynatorkę projektu**

a

Uczestnikiem/Uczestniczką Projektu o następującej treści:

§ 1

Postanowienia ogólne

1. Niniejsza Umowa określa warunki udziału w Projekcie „**HOLISTYCZNA ŚCIEŻKA ZDROWIA**” a w szczególności prawa i obowiązki Realizatora Projektu oraz Uczestnika/Uczestniczki Projektu.
2. Zasady uczestnictwa w Projekcie zostały ujęte w Regulaminie projektu dostępnym w Biurze projektu oraz na stronie internetowej <https://www.kurswprzyszosc.pl>
3. Uczestnik/Uczestniczka Projektu oświadcza, że zapoznał się z Regulaminem projektu, jak i postanowieniami niniejszej Umowy, akceptuje zawarte w nich warunki i zobowiązuje się do ich przestrzegania.

§ 2

Prawa i obowiązki Realizatora Projektu

1. Realizator Projektu udziela Uczestnikowi/Uczestniczce Projektu wsparcia, mającego na celu zwiększenie z jednej strony kondycji fizycznej, obejmującej poprawę parametrów zdrowia oraz poprawa zdrowia psychicznego poprzez zwiększenie odporności psychicznej i redukcję poziomu doświadczanego stresu z drugiej strony zwiększenie świadomości znaczenia natury (i jej terapeutycznej roli) w życiu człowieka poprzez popularyzację ekoterapii i kąpiele leśnych wśród 30-tu pracujących mieszkanek i mieszkańców Lublina powyżej 35 r. ż. aktywnie uczestniczących w zaplanowanych zajęciach do 31.12.2023r.
2. Wsparcie jest udzielane w oparciu o zapisy Regulaminu uczestnictwa w projekcie, Umowy uczestnictwa w Projekcie oraz zapisy umowy podpisanej między Realizatorem Projektu a Narodowym Narodowym Instytutem Wolności - Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego.
3. Realizator Projektu zobowiązuje się do udzielenia Uczestnikowi/Uczestniczce Projektu w okresie **05. 2023 r. - 12.2023 r.** wsparcia w postaci zajęć:
 - a) **SLOW JOGGING** (15.05. -15.12.2023). 3 gr x 24 spotkania x 1 h, zajęcia realizowane w środowisku naturalnym, średnio 1 x w tygodniu.
 - b) **EKOTERAPIA** (1.06.- 30.11.2023) 3 gr x 3 spotkania x 2 h, zajęcia realizowane w środowisku naturalnym, średnio 1 x w miesiącu.
 - c) **SHRINRIN- YOKU (KĄPIELE LEŚNE)** (15.05.-30.11.2023) 3 gr x 5 spotkań x 3 h, zajęcia realizowane w środowisku naturalnym, średnio 1 x w miesiącu.
 - d) **TECHNIKI RELAKSACYJNE MINDFULNESS** (1.06.-30.11.2023) 3 gr x 5 spotkań x 2 h, zajęcia realizowane w salach szkoleniowych, średnio 1 x w miesiącu.
 - e) **DIET COACHING/PSYCHODIETETYKA** (1.06. - 31.12.2023) 3 gr x 5 spotkań x 2 h, zajęcia realizowane w salach szkoleniowych, średnio 1 x w miesiącu

Realizator projektu:

Fundacja Kurs w Przyszłość
ul. Narutowicza 62, 20 – 013 Lublin
Tel. 785 948 312
www.kurswprzyszosc.pl

4. Realizator Projektu zobowiązuje się do:
 - a) zapewnienia wykwalifikowanej kadry realizującej zajęcia,
 - b) zapewnienia odpowiedniej Sali, w której realizowane będą zajęcia TECHNIKI RELAKSACYJNE MINDFULNESS i DIET COACHING/PSYCHODIETETYKA
 - c) objęcia Uczestników/Uczestniczek zajęć ubezpieczeniem NNW,
 - d) zapewnienia poradnika do samodzielnej praktyki,
 - e) zapewnienia książki z zakresu zdrowego stylu życia,
 - f) zapewnienia 3 biletów wstępu do Ogrodu Botanicznego w ramach zajęć EKOTERAPIA,
 - g) zapewnienia poczęstunku na zajęciach SHINRIN –YOKU
5. Realizator Projektu zastrzega sobie prawo do swobodnej zmiany szczegółowego harmonogramu realizacji wsparcia szkoleniowego, przy czym jednocześnie zobowiązuje się niezwłocznie poinformować Uczestnika/Uczestniczkę Projektu o każdej takiej zmianie.
6. Uczestnik/Uczestniczka Projektu nie może domagać się rekompensaty za szkody, w tym utracone korzyści wynikłe z powodu zmiany terminu lub miejsca szkolenia.

§ 3

Prawa i obowiązki Uczestnika/Uczestniczki Projektu

1. Uczestnik/Uczestniczka Projektu oświadcza, że wszelkie dane zawarte w formularzu zgłoszeniowym do projektu są aktualne oraz zobowiązuje się bezzwłocznie informować Realizatora Projektu o wszelkich zmianach tych danych.
2. Uczestnik/Uczestniczka projektu zrzeka się wszelkich roszczeń majątkowych wobec Realizatora Projektu z tytułu jakiegokolwiek uszczerbku na zdrowiu poniesionego w związku z udziałem w projekcie, w szczególności związanych z uczestnictwem we wsparciu, o którym mowa w §2 pkt. 3 oraz przyjazdem i powrotem z tego wsparcia.
3. Udział Uczestnika/Uczestniczki w projekcie jest bezpłatny
4. Uczestnik/Uczestniczka Projektu zobowiązany jest do:
 - a) punktualnego i regularnego uczestnictwa w zaplanowanych formach wsparcia,
 - b) stosowania się do zaleceń personelu projektu,
 - c) przestrzegania zapisów Regulaminu,
 - d) potwierdzania uczestnictwa na poszczególnych zajęciach na liście obecności,
 - e) czynnego uczestnictwa i rzetelnego przygotowywania się do zajęć zgodnie z poleceniami trenerów,
 - f) przystępowania do testów przewidzianych w programie zajęć,
 - g) uczestnictwa w zajęciach w wymiarze w minimum 90% zaplanowanych wszystkich spotkań,
 - h) wypełniania ankiet związanych z realizacją projektu, monitoringiem i ewaluacją.
 - i) uczestniczeniu w pomiarach składu ciała za pomocą analizatora
 - j) przestrzegania zasad współżycia społecznego.
 - k) do informowania o zdarzeniach mogących zakłócić jego udział w projekcie.
 - l) do informowania Realizatora Projektu o wszystkich planowanych lub losowych nieobecnościach na zajęciach, minimum na 1 dzień przed udziałem we wsparciu telefonicznie i/lub za pośrednictwem poczty elektronicznej.

§ 4

Zasady rezygnacji z udziału w projekcie

1. W przypadku rezygnacji z udziału w projekcie Uczestnik/Uczestniczka projektu zobowiązany jest niezwłocznie do złożenia w biurze projektu pisemnej rezygnacji z podaniem przyczyny rezygnacji.
2. W przypadku rezygnacji z udziału w projekcie Uczestnik/Uczestniczka projektu zobowiązany jest do zwrotu książki z zakresu zdrowego stylu życia, którą otrzymał w ramach projektu.

Realizator projektu:

Fundacja Kurs w Przyszłość
ul. Narutowicza 62, 20 – 013 Lublin
Tel. 785 948 312
www.kurswprzyszlosc.pl

3. Rezygnacja z udziału w projekcie po przystąpieniu do niego jest możliwa jedynie w uzasadnionych przypadkach, tj. wynikać z przyczyn natury zdrowotnej lub działania siły wyższej, której nie dało się przewidzieć w momencie rozpoczęcia udziału w projekcie lub podjęcia zatrudnienia.
4. Uczestnik/Uczestniczka projektu może zostać skreślony z listy uczestników w przypadku:
 - a) przekroczenia limitu nieobecności,
 - b) naruszenia regulaminu rekrutacji i uczestnictwa w projekcie,
 - c) złożenia pisemnej rezygnacji z udziału w projekcie.

§ 5

Oświadczenie Uczestnika/Uczestniczki Projektu

Uczestnik/Uczestniczka Projektu oświadcza, że:

1. Dane zawarte w formularzu zgłoszeniowym do projektu są zgodne z prawdą.
2. Zapoznał się z Regulamin rekrutacji i uczestnictwa w projekcie oraz Umową uczestnictwa Projekcie i zobowiązuje się przestrzegać zapisów w nich zawartych.
3. Spełnia kryteria kwalifikowalności do Projektu.

§6

Postanowienia końcowe

1. Umowa uczestnictwa w Projekcie wchodzi w życie w dniu podpisania jej przez obie Strony.
2. W sprawach nieuregulowanych niniejszą Umową, zastosowanie mają postanowienia Regulaminu rekrutacji oraz przepisy Kodeksu Cywilnego.
3. Wszelkie powiadomienia i doręczenia związane z wykonywaniem Umowy muszą być dokonywane w formie pisemnej.
4. Strony Umowy zobowiązują się do niezwłocznego zawiadamiania o wszelkich zmianach adresów do doręczeń.
5. Strony zobowiązują się dążyć do polubownego załatwiania wszelkich sporów mogących wynikać w związku z realizacją Umowy.
6. W przypadku niemożności rozstrzygnięcia sporu w trybie określonym w pkt 4, Strony ustalają zgodnie, że spór zostanie poddany pod rozstrzygnięcie sądu powszechnego właściwego dla siedziby Realizatora Projektu.
7. Ostateczna interpretacja zapisów niniejszej Umowy należy do Realizatora Projektu
8. Zmiany w treści Umowy wymagają formy aneksu do Umowy.
9. Strony zgodnie oświadczają, iż Umowa uczestnictwa w Projekcie może zostać zmieniona przez Realizatora Projektu tylko w taki sposób, aby odpowiadała postanowieniom Umowy o dofinansowanie projektu. Wprowadzona zmiana będzie miała formę aneksu do Umowy.
10. Umowa zostaje zawarta na czas realizacji Projektu oraz wywiązania się Uczestnika/Uczestniczki Projektu ze wszystkich zobowiązań wobec Realizatora Projektu, określonych w niniejszej Umowie.
11. Umowa sporządzona została w 2 (dwóch) jednobrzmiących egzemplarzach po 1 (jednym) dla każdej ze Stron.
12. Wszelkie zmiany Umowy Uczestnictwa w Projekcie wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności.

.....
Podpis osoby upoważnionej do podpisania
umowy ze strony Realizatora Projektu

.....
Podpis Uczestnika/Uczestniczki Projektu

Realizator projektu:

Fundacja Kurs w Przyszłość
ul. Narutowicza 62, 20 – 013 Lublin
Tel. 785 948 312
www.kurswprzyszlosc.pl