

PA/12/2022

GODZ. 13:51

URZĄD MIASTA RUMI
Biuro Obsługi Mieszkańców

wpl. 2022 -04- 0 1

L.dz. 11404/2022
Portals

FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY PROJEKTU DO BUDŻETU OBYWATELSKIEGO 2023

WAŻNE

1. Decydując się na złożenie projektu do Budżetu Obywatelskiego należy mieć bycie na uwadze, że wnioskodawcą nie jest równoznaczne z wyborem realizatora tego projektu.
2. Zgłaszany projekt powinien być ogólnodostępny i spełniać wymogi formalne, z uwzględnieniem - o ile jest to możliwe - uniwersalnego projektowania, o którym mowa w art. 2 pkt 4 ustawy z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz. U. z 2020 r. poz. 1062);
3. Wypełnienie wszystkich punktów jest obowiązkowe.

1. RODZAJ PROJEKTU

- PROJEKT INWESTYCYJNY
- PROJEKT PROSPOŁECZNY
- PROJEKT ZIELONY

2. NAZWA PROJEKTU

(nie może zawierać więcej niż 150 znaków, w przypadku projektu inwestycyjnego musi zawierać w nazwie lokalizację, w przypadku projektu prospołecznego musi zawierać ilość uczestników biorących udział w projekcie)

"AKTYWNI po 60-tce „ - KONTYNUACJA

3. SKRÓCONY OPIS PROJEKTU

(opis nie może zawierać więcej niż 200 znaków, z tym opisem zapoznają się mieszkańcy w trakcie głosowania, a także będzie on umieszczany w materiałach promocyjnych skierowanych do mieszkańców)

„AKTYWNI po 60-tce” - KONTYNUACJA, to projekt dla seniorów gotowych na sportowe wyzwania, chcących utrzymać kondycję i powrócić do sprawności fizycznej po długim okresie izolacji, spowodowanej pandemią. Poprzez kontynuację regularnych ćwiczeń, damy sobie szansę na zadbanie o kondycję i zdrowie, nie tylko fizyczne ale i psychiczne. Projekt zakłada nieodpłatne, cykliczne zajęcia ogólnokondycyjne z elementami pilatesu, stretchingu, jogi, ćwiczeń na zdrowy kręgosłup. Zajęcia poprowadzą profesjonalści.

4. SZCZEGÓŁOWY OPIS PROJEKTU:

(opis nie może zawierać nie więcej niż 3500 znaków, proszę dokładnie opisać, co ma zostać wykonane oraz wskazać główne działania związane z realizacją projektu, jakiego problemu dotyczy, a także uzasadnić dlaczego projekt powinien być zrealizowany i w jaki sposób jego realizacja wpłynie na życie mieszkańców i kto będzie jego beneficjentem)

W czasie pandemii seniorzy pozostali w domu, dużo osób korzystało z aktywności na świeżym powietrzu, ale wymagało to niezwyklej samodyscypliny. Niektórzy seniorzy korzystali z oferowanych w Internecie zajęć online, ale nie znajduje to powszechnej akceptacji w tej grupie odbiorców. Po prostu nie wszyscy seniorzy – z różnych powodów – korzystają z komputerów i Internetu.

Po trudnym okresie izolacji, seniorom, dzięki tegorocznej edycji projektu z budżetu obywatelskiego udaje się powrócić do sprawdzonych dobrych praktyk aktywności fizycznej. Wysiłek fizyczny ma pozytywny wpływ na funkcjonowanie naszego organizmu, a także podnosi jego odporność. Aktywność fizyczna zwiększa efektywność pracy naszego układu oddechowego oraz krążenia. Dzięki regularnym zajęciom ruchowym, nasz organizm jest w stanie lepiej funkcjonować i radzić sobie z infekcjami i wirusami, wytwarza więcej serotoniny, czyli hormonu szczęścia, przez co troski i kłopoty dnia codziennego mniej przytłaczają. Dzięki ćwiczeniom zwiększamy szanse seniorów na dobrą i zdrową starość, na poprawę jakości ich życia, czerpanie satysfakcji z aktywnego spędzania czasu i wysiłku fizycznego. Ponadto jest to doskonała okazja do spotkań w gronie rówieśników, wymiany doświadczeń, integracji, poznawania nowych osób, – co roku przybywa nam nowych seniorów.

Ten aspekt społeczny jest niezmiernie ważny, bo nie sposób nie zauważyć, że pandemia bardzo zakłóciła relacje międzyludzkie. Relacje te, wszystkimi możliwymi sposobami należy odbudować. Ten projekt jest szansą na powrót seniorów do przestrzeni publicznej i przywrócenia w nich nadziei na godną i sprawną starość.

W ramach projektu proponuję:

1) **Cykliczne zajęcia ruchowe ogólnokondycyjne** dla 156 seniorów, prowadzone w profesjonalnym obiekcie sportowym, pod okiem instruktorów posiadających specjalistyczną wiedzę na temat aktywności fizycznej, ograniczeń i specyficznych potrzeb osób starszych. W takim ośrodku seniorzy będą mieli okazję bezpiecznie popracować nie tylko z własnym ciałem, ale też z profesjonalnym sprzętem treningowym – piłkami, piłeczkami, taśmami, hantlami, itp.

Organizacja zajęć:

- 7 grup (5 grup po 22 osoby, 2 grupy po 23 osoby)
- z częstotliwością 2 razy w tygodniu, 8 spotkań w miesiącu
- przez okres 4 miesięcy na przestrzeni 2023 roku, ogółem 32 godzin zajęć dla każdego seniora.

5. LOKALIZACJA, MIEJSCE REALIZACJI PROJEKTU:

1) w przypadku projektu inwestycyjnego oraz projektu zielonego – obligatoryjnie – należy podać numer geodezyjny działki, obręb ewentualnie opis miejsca albo obszaru (ulica lub rejon ulic), gdzie ma być realizowana inwestycja

.....

2) w przypadku projektu prospołecznego – proponowane miejsce realizacji projektu

. Centrum Abraham CITY GYM

6. SZACUNKOWE KOSZTY PROJEKTU

(proszę orientacyjnie oszacować koszt wykonania projektu)

156 osób x 80 zł /1 m-c x 4 miesiące = 49.920 zł

7. PRZEWIDYWANE KOSZTY EKSPLOATACJI I UTRZYMANIA PROJEKTU*

(jeśli występują proszę podać w ujęciu jednego roku, np. koszty energii, wody, sprzętania, konserwacji, itp.)

nie dotyczy

.....

* dotyczy realizacji projektów inwestycyjnych i projektów zielonych

8. ZAŁĄCZNIKI:

LISTA POPARCIA Z 20 PODPISAMI MIESZKAŃCÓW (obowiązkowa)

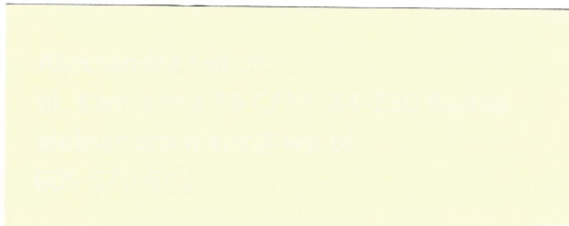
ZDJĘCIA

MAPA Z ZAZNACZENIEM LOKALIZACJI

INNE, JAKIE?

9. DANE WNIOSKODAWCY:

Imię i nazwisko:
Adres zamieszkania:
Email:
Telefon:



Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb niezbędnych do wdrożenia Budżetu Obywatelskiego na 2022 rok, zgodnie z rozpoczęciem obowiązywania od dnia 25 maja 2018 r. rozporządzenia 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) (Dz. Urz. L 119 z 04.05.2016)

1. Oświadczam i przyjmuję do wiadomości, że:
 - 1) administratorem danych osobowych jest Burmistrz Miasta Rumi,
 - 2) podane powyżej dane osobowe będą przetwarzane wyłącznie na potrzeby Budżetu Obywatelskiego na 2023 rok w Rumi i **nie będą upubliczniane bez zgody wnioskodawcy,**
 - 3) podanie danych osobowych jest dobrowolne, lecz niezbędne do realizacji zadania w interesie publicznym (spełnienie warunków przewidzianych w art. 5 a ust. 7 ustawy z dnia 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2021 r. poz. 1372 z późn. zm.)
 - 4) mam prawo kontroli przetwarzania danych, które mnie dotyczą, prawo dostępu do treści swoich danych osobowych i ich poprawiania.
2. Wyrażam zgodę na podanie do publicznej wiadomości treści zawartych w Formularzu Zgłoszeniowym projektu do Budżetu Obywatelskiego dla potrzeb wdrażania Budżetu Obywatelskiego, **z wyłączeniem danych osobowych wnioskodawcy.**
3. Wyrażam zgodę na ewentualną modyfikację nazwy projektu i opisu projektu dla potrzeb upublicznienia treści zawartych w Formularzu Zgłoszeniowym projektu do Budżetu Obywatelskiego, **z wyłączeniem danych osobowych wnioskodawcy.**
4. Oświadczam, że jestem mieszkańcem miasta Rumi *

Data i podpis zgłaszającego projekt: 01.04.2022.....



* w przypadku osób małoletnich wymagana jest akceptacja rodzica albo opiekuna prawnego.

Podpis rodzica albo opiekuna prawnego: