



## REGULAMIN PROJEKTU

### (REGULAMIN REKRUTACJI I UDZIAŁU W PROJEKCIE)

#### pt. „Gotowi na zmiany”

#### nr FEMA.08.01-IP.01-03G0/24

### §1

#### INFORMACJE OGÓLNE

1. Niniejszy regulamin określa zasady rekrutacji i uczestnictwa w projekcie „**Gotowi na zmiany**” realizowanym na terenie województwa mazowieckiego w ramach PROGRAMU FUNDUSZE EUROPEJSKIE DLA MAZOWSZA 2021-2027; w ramach konkursu nr FEMA.08.01-IP.01-026/24, ogłoszonego w ramach Priorytetu VIII Fundusze Europejskie dla aktywnej integracji oraz rozwoju usług społecznych i zdrowotnych na Mazowszu. Działanie 8.1 Aktywizacja społeczna i zawodowa; Wsparcie udzielane z Programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021-2027 na mocy umowy o dofinansowanie nr FEMA.08.01-IP.01-03G0/24-00.
2. Realizatorem Projektu jest Cityschool Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością z siedzibą w Warszawie (ul. Hoża 66/68, 00-682 Warszawa).
3. Partnerem Projektu jest Forum Aktywności Społecznej z siedzibą w Warszawie (ul. Jana Wasilkowskiego 11, 02-776 Warszawa)
4. Biuro projektu „**Gotowi na zmiany**” mieści się w Pułtusku, ul. Traugutta 21A (06-100 Pułtusk)
5. Projekt realizowany jest w okresie od 01.04.2026r. – 31.01.2027r.\*<sup>1</sup>
6. Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus, środków budżetu państwa oraz wkładu własnego Beneficjenta stanowiących środki prywatne na podstawie umowy z Województwem Mazowieckim reprezentowanym przez Zarząd Województwa Mazowieckiego, w imieniu którego działa Mazowiecka Jednostka Wdrażania Projektów Unijnych.
7. Realizator Projektu zastrzega sobie możliwość nieodpłatnego wykorzystania wizerunku, nagrania Uczestników/-czek projektu do celów marketingowych (katalogi, foldery, wizyty monitoringowe i inne publikacje) pod warunkiem, że fotografia, nagranie zostało wykonane w trakcie form wsparcia odbywanych przez Uczestnika/-czkę w ramach niniejszego Projektu.
8. Ogólny nadzór nad realizacją Projektu oraz rozstrzyganie spraw nieuregulowanych w Regulaminie należy do kompetencji osoby wyznaczonej przez Realizatora Projektu - Koordynatora Projektu.
9. Działania w projekcie, w tym działania rekrutacyjne realizowane będą zgodne z zasadami zrównoważonego rozwoju, równości szans kobiet i mężczyzn, równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami, możliwość skorzystania z usług dostępowych (tłumacz języka migowego, asystent ON, materiały szkoleniowe w formie dostępnej), dostępność biura projektu dostosowanego dla osób ON, dostępność tłumaczenia na język migowy, możliwość skorzystania z pętli indukcyjnej, Kartą Praw Podstawowych UE, Konwencją o prawach ON.
10. Regulamin określa:
  - a. kryteria uczestnictwa w projekcie (§2);
  - b. procedurę rekrutacji i selekcji Uczestników/-czek do udziału w projekcie (§3);
  - c. zasady organizacji poszczególnych form wsparcia (§4);
  - d. zasady uczestnictwa w projekcie i monitoringu (§5);

<sup>1</sup> Data zakończenia projektu może ulec zmianie



- e. zasady realizacji staży zawodowych (§6);
- f. wypłatę zwrotu kosztów dojazdów (§7);
- g. postanowienia końcowe (§8).

## §2

### KRYTERIA UCZESTNICTWA W PROJEKCIE

1. Celem głównym jest podniesienie aktywności społeczno-zawodowej oraz zdolności do zatrudnienia 40 osób dorosłych (24 Kobiety/16 Mężczyzn, 4 Osoby Niepełnosprawne), pozostających bez zatrudnienia, zagrożonych ubóstwem lub wykluczeniem społecznym, zamieszkujących na obszarze RMR (Region Mazowiecki Regionalny: Siedlce, Radom, Ostrołęka, Płock oraz powiaty: siedlecki, radomski, szydłowiecki, zwoleński, przysuski, gostyniński, płocki, sierpecki, łosicki, lipski, białobrzegi, kozienicki, mławski, płoński, pułtuski, żuromiński, makowski, ostrołęcki, przasnyski, wyszkowski, ciechanowski, węgrowski, sokołowski, ostrowski, garwoliński, żyrardowski, sochaczewski, grójecki) województwa mazowieckiego (w okresie 01.04.2026-31.01.2027r.), poprzez skorzystanie ze zindywidualizowanego i kompleksowego wsparcia w projekcie, skutkującego poprawą sytuacji społecznej min. 36 osób, uzyskaniem kwalifikacji zawodowych przez min. 36 osób, podjęciem zatrudnienia przez min. 8 osób oraz poszukiwaniem pracy przez min. 5 osób.
2. W Projekcie mogą uczestniczyć osoby, które na dzień przystąpienia do projektu są osobami dorosłymi, zagrożonymi ubóstwem lub wykluczeniem społecznym, pozostającymi bez zatrudnienia oraz zamieszkującymi na obszarze RMR województwa mazowieckiego w rozumieniu przepisów Kodeksu Cywilnego.

**Uczestnikami/-czkami Projektu staną się osoby należące do co najmniej z następujących grup:**

**-osoby bierne zawodowo** (*osobami biernymi zawodowo ze względu na przyczyny bierności zawodowej do objęcia wsparciem w ramach projektu są: osoby obarczone obowiązkami rodzinnymi i opiekuńczymi, chore i z niepełnosprawnością*)

**-osoby bezrobotne**

Zaplanowano, iż liczba osób biernych stanowić będzie: 12 (8K, 4M), natomiast bezrobotnych 28, w tym 14 osób długotrwale bezrobotnych (9K, 5M);

**Dodatkowo:**

- co najmniej 60% w/w stanowią Kobiety (24K)
- co najmniej 10% w/w stanowią OzN (3K, 1M);
- co najmniej 25% w/w stanowią osoby młode do 29 roku życia (10 osób), które są adresatami Gwarancji dla młodzieży w Polsce tj: **osoby w wieku 18-29 lat:**
  - a. Zarejestrowane jako bezrobotne
  - b. Pozostające poza zatrudnieniem, edukacją i szkoleniem (NETT);
  - c. Będące bezrobotnymi oraz poszukującymi pracy absolwentami szkół i uczelni;
  - d. Osoby, które opuściły pieczę zastępczą;
  - e. Kobiety poniżej 30 r.ż. wychowujące dzieci.

Zachęcamy do udziału w projekcie osoby niskokwalifikowane – z wykształceniem do ISCED 3 oraz osoby zamieszkujące - obszary OSI.

Projekt realizowany jest na OSI wyznaczonej w Krajowej Strategii Rozwoju Regionalnego i wynikających ze Strategii Rozwoju WM 2030+ Innowacyjne Mazowsze.



### Grupa pierwszeństwa:

- I. Doświadczające wielokrotnego wykluczenia społecznego,
- II. O znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności,
- III. Z niepełnosprawnością sprzężoną, osoby z chorobami psychicznymi, osoby z niepełnosprawnością intelektualną i osoby z całościowymi zaburzeniami rozwojowymi,
- IV. Korzystające z programu FE PŻ,
- V. Opuszczające placówki opieki instytucjonalnej,
- VI. Wykluczone komunikacyjnie,
- VII. Osoby, które opuściły jednostki penitencjarne w terminie ostatnich 12m-cy.

W Projekcie mogą uczestniczyć osoby, które nie biorą udziału w innym projekcie dofinansowanym ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus (EFS+).

3. Liczba Uczestników/-czek Projektu jest ograniczona.

### §3

#### PROCEDURA REKRUTACJI I SELEKCJI UCZESTNIKÓW DO UDZIAŁU W PROJEKCIE

1. Proces rekrutacji Uczestników/-czek do projektu będzie otwarty, bezpośredni, jawny. Rekrutacja prowadzona będzie w terminie od 04-06.2026 r lub do momentu zrekrutowania 40 osób.
2. Za proces rekrutacji i wyłonienie Uczestników/-czek Projektu będzie odpowiedzialny Koordynator Projektu.
3. Działania świadczone w ramach projektu, w tym działania rekrutacyjne realizowane będą bez praktyk antydyskryminacyjnych, bez stereotypowych przekazów, dostosowane i adekwatne do zdiagnozowanej sytuacji problemowej kandydatów, z uwzględnieniem: zasady zrównoważonego rozwoju, równości szans kobiet i mężczyzn, równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla Osób z Niepełnosprawnością, możliwość skorzystania z usług dostępowych (tłumacz języka migowego, asystent ON, materiały szkoleniowe w formie dostępnej), dostępność biura projektu dostosowanego dla osób ON, dostępność tłumaczenia na język migowy, możliwość skorzystania z pętli indukcyjnej, Karty Praw Podstawowych UE, Konwencji o Osobach z Niepełnosprawnością.
4. Działania informacyjno-promocyjne to m.in.:
  - strona internetowa projektu: [www.gotowinazmiany.cityschool.pl](http://www.gotowinazmiany.cityschool.pl),
  - plakaty,
  - social media,
  - akcje mailingowe
  - kontakt i pozyskiwanie Uczestników/-czek Projektu w ich środowisku
  - ogłoszenia na portalach ogłoszeniowych
  - prowadzenie biura projektu (dostęp do informacji na miejscu/telefonicznie)
  - spotkania informacyjne
  - zainteresowanie projektem lokalnych mediów.
5. Rekrutacja będzie podzielona na dwie tury (20 osób/tura). Nabór Uczestników/-czek do projektu w danej turze będzie odbywał się minimum 10 dni roboczych. Nabór do I tury rozpocznie się 04.05.2026 r., a zakończy nie wcześniej niż 15.05.2026 r. natomiast II tura 01.06.2026 r. a zakończy nie wcześniej niż 15.06.2026 r. W przypadku gdy liczbą osób, chętnych aby wziąć udział w projekcie będzie wynosiła więcej niż 20 osób na turę po spełnieniu wymogów formalnych decydować będzie liczba otrzymanych punktów na etapie oceny merytorycznej.



W sytuacji równej liczby punktów decyduje:

- 1-przynależność do grup pierwszeństwa,
- 2-pozostawanie bez zatrudnienia,
- 3-kolejność zgłoszeń.

Gdy w danej turze po upływie 10 dni roboczych zbierze się minimalna liczba osób, aby utworzyć grupę szkoleniową i osoby te będą spełniały kryteria grupy docelowej Komisja Rekrutacyjna wyłoni Uczestników/-czki Projektu a nabór do tury będzie trwał do momentu zrekrutowania wymaganej liczby Uczestników/-czek Projektu.

6. Etapy procedury rekrutacyjnej:

**Etap I – selekcja formalna**

Zapoznanie się z Regulaminem Projektu (Regulamin rekrutacji i udziału w projekcie) umieszczonym m.in. na stronie internetowej projektu <http://gotowinazmiany.cityschool.pl> lub w biurze projektu oraz złożenie dokumentów rekrutacyjnych:

- A. kwestionariusz zgłoszeniowy (dostępny m.in. w biurze oraz na stronie internetowej projektu: [www.gotowinazmiany.cityschool.pl](http://www.gotowinazmiany.cityschool.pl)) wraz z innymi oświadczeniami na udostępnionych wzorach w celu potwierdzenia przynależności do grupy docelowej,
- B. dokumentacja potwierdzająca kwalifikowalność Uczestników/-czek Projektu -bycie osobą zagrożoną ubóstwem lub wykluczeniem społecznym, w tym przynależność do grup w najtrudniejszym położeniu społeczno – zawodowym np. zaświadczenia z OPS/ FE PŻ, zaświadczenia o opuszczeniu placówki opieki instytucjonalnej lub jednostki penitencjarnej (w terminie ost.12m-cy),
- C. zaświadczenie/oświadczenie o zamieszkiwaniu na obszarze RMR WM (Region Mazowiecki Regionalny) województwa mazowieckiego
- D. osoby pozostające bez zatrudnienia - zaświadczenia z PUP/ZUS/potwierdzenie wygenerowane z PUE ZUS (data wystawienia zaświadczenia nie może przekraczać 30 dni kalendarzowych do momentu przystąpienia do pierwszej formy wsparcia).
- E.ON - orzeczenie/inny dokument potwierdzający stan zdrowia(jeśli dot.)
- F. Oświadczenie o dochodach w gospodarstwie domowym na udostępnionym wzorze
- G. Oświadczenie Uczestnika/-czki Projektu, że nie bierze udziału w innym projekcie dofinansowanym ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus
- H. Oświadczenie o zobowiązaniu do przekazania informacji na temat sytuacji Uczestnika/-czki Projektu po zakończeniu udziału w projekcie;

Wypełnione dokumenty rekrutacyjne należy dostarczyć do biura/złożyć u rekrutów /przesłać pocztą na adres biura projektu.

Zebrane kwestionariusze zgłoszeniowe zostaną poddane weryfikacji (selekcji formalnej). Do dalszego procesu rekrutacyjnego brane będą tylko kompletne zgłoszenia, opatrzone własnoręcznym podpisem oraz datą wypełnienia. Wysłanie zgłoszenia nie jest równoznaczne z zakwalifikowaniem kandydata/-ki do udziału w projekcie.

2) Konieczne spełnienie kryteriów kwalifikowalności:

- wiek powyżej 18 roku życia;
- zamieszkiwanie na obszarze RMR WM (Region Mazowiecki Regionalny) woj. mazowieckiego (w rozum. KC – na podstawie oświadczenia w Kwestionariuszu zgłoszeniowym);
- bycie osobą zagrożoną ubóstwem lub wykluczeniem społecznym;
- bycie osobą bezrobotną, długotrwale bezrobotną lub bierną zawodowo obciążoną obowiązkami rodzinnymi i opiekuńczymi /chorobą i niepełnosprawnością (na podstawie zaświadczenia PUP/ZUS/ZUA PUE i oświadczeń);



- nieotrzymywanie jednocześnie wsparcia w innym projekcie dofinansowanym ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus (EFS+).

## **Etap II – selekcja merytoryczna**

Zgłoszenia, które przejdą pozytywnie weryfikację zostaną poddane ocenie punktowej, która polegać będzie na przyznaniu punktów w następujących kategoriach:

- 1) Osoby zaliczane do grupy pierwszeństwa – 10 pkt. (dok. potwierdzające spełnienie kryterium merytorycznego wymienione w pkt. B)
- 2) Kobiety - 2 pkt. (dok. potwierdzające spełnienie kryterium merytorycznego wymienione w pkt. A)
- 3) Osoby doświadczające ubóstwa – 4 pkt. (dok. potwierdzające spełnienie kryterium merytorycznego wymienione w pkt. F)
- 4) Osoby do 29 roku życia – 5 pkt. (dok. potwierdzające spełnienie kryterium merytorycznego wymienione w pkt. A)
- 5) Osoby bierne zawodowo - 4 pkt. (dok. potwierdzające spełnienie kryterium merytorycznego wymienione w pkt. D)
- 6) Osoby długotrwale bezrobotne – 2 pkt (dok. potwierdzające spełnienie kryterium merytorycznego wymienione w pkt. D)

Komisja Rekrutacyjna stworzy wstępną listę rankingową. Kandydaci poinformowani zostaną o wynikach tel./mailowo, mają możliwość odwołania - pisemnie, w ciągu 5dni od otrzymania wyników. Ostateczna lista Uczestników/-czek Projektu obejmie 20os./tura z najwyższą liczbą punktów. Lista rezerwowa - 2os., z której kwalifikowane będą osoby w przypadku rezygnacji Uczestników/-czek Projektu do czasu zrealizowania 20%zajęć pierwszego zadania grupowego.

W przypadku równej liczby punktów decyduje:

- 1) Przynależność do grupy pierwszeństwa
- 2) Pozostawanie bez zatrudnienia
- 3) Kolejność zgłoszeń

Osoby staną się Uczestnikami/-czkami Projektu po podpisaniu umowy uczestnictwa oraz dostarczeniu w wyznaczonym terminie wymaganych dokumentów.

Istnieje wyszukiwarka wsparcia dla potencjalnych beneficjentów i uczestników projektów, dostępna na Portalu Funduszy Europejskich: <https://www.funduszeuropejskie.gov.pl/wyszukiwarka/>. Dostępne są tam informacje o podmiotach realizujących projekty w obszarze rynku pracy oraz udzielania ewentualnego wsparcia w procesie rekrutacji.

## **§4**

### **ZASADY ORGANIZACJI POSZCZEGÓLNYCH FORM WSPARCIA**

1. W ramach projektu przeprowadzone zostanie wsparcie dostosowane do indywidualnych potrzeb Uczestników/-czek Projektu w postaci:

#### **➤ INDYWIDUALNA DIAGNOZA POTRZEB I POTENCJAŁÓW UP**

- Terminy realizacji zadania: Tura I: 06-07.2026r.; Tura II: 07.-08.2026r., lub do czasu niezbędnego do właściwej realizacji zadania w oparciu o potrzeby i możliwości grupy docelowej.
- Wymiar: 4 godziny zegarowe/UP– śr.2 spotkania indywidualne x 2godz.



- **Warunek przystąpienia:** zakwalifikowanie do projektu, podpisanie umowy uczestnictwa.
- **Warunek ukończenia:** stawiennictwo i czynny udział, 100% obecności.
- **Cel szczegółowy zadania:** zdiagnozowane potrzeby Uczestników/-czek Projektu i opracowany indywidualny plan wsparć.
- **Zakres:** wsparcie Uczestników/-czek Projektu zrealizowane zostanie w oparciu o ścieżkę reintegracji/IPD celem zapewnienia zindywidualizowanego i kompleksowego wsparcia dla konkretnej osoby. Ścieżka reintegracji/IPD stworzona zostanie indywidualnie dla każdego Uczestnika/-czki Projektu i uwzględniać będzie diagnozę sytuacji problemowej, zasobów, potencjału, predyspozycji oraz potrzeb, a także wskazywać kierunki rozwoju Uczestnika/-czki Projektu. Dla każdego/-ej Uczestnika/-czki Projektu opracowana zostanie indywidualna ścieżka reintegracji (IŚR) – zestaw kompleksowych, zindywidualizowanych i uzupełniających się form wsparcia, mających na celu wyprowadzenie z ubóstwa lub wykluczenia społecznego. Wsparcie Uczestników/-czek odbywa się przy wykorzystaniu umowy na wzór kontraktu socjalnego, określającego m.in. uprawnienia i zobowiązania stron umowy w ramach wspólnie podejmowanych działań zmierzających do przezwyciężenia trudnej sytuacji życiowej Uczestnika/-czki Projektu. W diagnozie zostaną wykorzystane narzędzia badawcze takie jak: ankieta, wywiad, testy. Uczestnicy/-czki Projektu poddani zostaną pogłębionej diagnozie problemów i potrzeb (życiowych, społecznych, edukacyjnych, zawodowych, zdrowotnych) i otrzymają wsparcie szyte na miarę, adekwatne do wyników pogłębionej diagnozy, z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb osób i aktualnej sytuacji na lokalnym rynku pracy. Wsparcie przeznaczone dla Osób Niepełnosprawnych jest dostosowane do osobistych preferencji tych osób oraz rodzaju niepełnosprawności. W przypadku osób biernych zawodowo wsparcie w projekcie każdorazowo jest poprzedzone odpowiednią identyfikacją powodów bierności zawodowej i przygotowaniem opracowanego na tej podstawie, dopasowanego do potrzeb danej osoby indywidualnego planu działania, zawierającego co najmniej analizę potencjału, uwarunkowań zdrowotnych i społecznych przyczyn pozostawania bez pracy i deficytów, predyspozycji zawodowych oraz wskazanie kierunków rozwoju Uczestnika/-czki. Zgodnie z Planem realizacji Gwarancji dla młodzieży w Polsce ponad 90% miejsc pracy wymaga już umiejętności cyfrowych, w związku z powyższym dokonana zostanie diagnoza poziomu kompetencji cyfrowych wśród Uczestników/-czek Projektu do 30 r.ż przy użyciu Europejskiej Ramy Kompetencji Cyfrowych (DigComp) i dostępnych narzędzi samooceny. W trakcie oceny uwzględnione zostaną możliwości psychofizyczne danej osoby, a uzyskany wynik zostanie omówiony z Uczestnikami/-czkami Projektu. Psycholog - Doradca wykorzysta narzędzia diagnostyczne m.in. testy diagnostyczne, kwestionariusze preferencji i zainteresowań. Wsparcie w projekcie dla Uczestników/-czek w wieku do 29 r.ż będzie zgodne ze standardami określonym w Planie realizacji Gwarancji dla młodzieży w Polsce. Uczestnicy/-czki Projektu w wieku poniżej 30 lat zapewniona zostanie dobrej jakości oferta zatrudnienia, dalszego kształcenia, przygotowania zawodowego lub stażu w ciągu czterech miesięcy od dnia przystąpienia danej osoby do projektu. Plan realizacji Gwarancji dla młodzieży w Polsce, jako istotne wymienia również wsparcie młodych ludzi w zdobywaniu doświadczenia zawodowego i rozwijaniu odpowiednich umiejętności niezbędnych w zmieniającym się świecie pracy, w szczególności tych związanych z ekologią i cyfryzacją. W ramach projektu zakresy: umiejętności cyfrowe; umiejętności niezbędne do podjęcia pracy w sektorze zielonej gospodarki; umiejętności niezbędne z punktu widzenia regionalnych/lokalnych specjalizacji; umiejętności niezbędne w zawodach związanych z usługami zdrowotnymi i opiekuńczymi; będą promowane wśród Uczestników/-czek Projektu, jako deficytowe i przyszłościowe, Uczestnicy/-czki będą zachęceni do uwzględnienia zakresów w swoich planach zawodowych.

#### ➤ **INDYWIDUALNY COACHING MOTYWACYJNY**

- **Terminy realizacji zadania:** Tura I: 07-09.2026r.; Tura II: 08-10.2026, lub do czasu niezbędnego do właściwej realizacji zadania w oparciu o potrzeby i możliwości grupy docelowej.
- **Wymiar:** 4 godzin zegarowych/UP – śr.4 spotkania x 1 godz. (średnio 1 raz na 2 tygodnie)
- **Warunek przystąpienia:** zdiagnozowanie potrzeby udziału we wsparciu na podstawie indywidualnej diagnozy (IŚR).



- Warunek ukończenia: 100% obecności.
- Cel szczegółowy zadania: podniesiona samoocena i motywacja Uczestników/-czek Projektu do zmian.
- Zakres: coaching jest procesem, który pomaga w przyspieszeniu tempa rozwoju i polepszeniu efektów działania, dzięki coachingowi klienci ustalają konkretniejsze cele, optymalizują swoje działania, podejmują trafniejsze decyzje i pełniej korzystają ze swoich naturalnych umiejętności coach będzie pracował nad budowaniem samooceny, motywował do pracy i pokonywania swoich barier, wspierał klientów, by poszukiwali odpowiednich rozwiązań i dokonywali trwałej zmiany sytuacji społeczno-zawodowej.

#### ➤ **WARSZTATY AKTYWNOŚCI SPOŁECZNEJ**

- Terminy realizacji zadania: Tura I: 07-09.2026r.; Tura II: 08-10.2026r. lub do czasu niezbędnego do właściwej realizacji zadania w oparciu o potrzeby i możliwości grupy docelowej.
- Wymiar: 32 godziny dydaktyczne/grupa –8 spotkań śr. x 4 godz. (średnio 1 raz na tydzień)
- Warunek przystąpienia: zdiagnozowanie potrzeby udziału we wsparciu na podstawie indywidualnej diagnozy (IŚR).
- Warunek ukończenia: 80% obecności.
- Dokumentacja: dzienniki zajęć, listy obecności z podpisem Uczestnika/-czki Projektu, karty pracy prowadzących, ankiety ewaluacyjne, testy pre i post badające nabyte kompetencje, zdjęcia Uczestników/-czek Projektu z zajęć.
- Cel szczegółowy zadania: Nabycie/podniesienie kompetencji społecznych Uczestników/-czek Projektu.
- Zakres: zrealizowane zostaną warsztaty pn. "Kuznia optymizmu" -jest to program warsztatów, służących m.in. poprawie relacji i komunikacji z innymi, poznania samego siebie i innych, umiejętności pracy w grupie i systematyczności pracy indywidualnej, wzrostowi zaangażowania i zwiększeniu aktywności. Warsztaty pomogą zdobyć umiejętności z zakresu komunikacji interpersonalnej, asertywności, autoprezentacji oraz radzenia sobie w trudnych sytuacjach, gospodarowania czasem i zarządzania relacjami w rodzinie. Wnioskodawca w Projekcie wdraża rozwiązania innowacyjne, w szczególności wypracowane w PO KL I PO WER. Model umożliwi inicjowanie zmiany mentalności i sposobu myślenia ludzi wykluczonych społecznie, przewyciężanie złych nawyków i przełamywanie bierności. Program warsztatów obejmuje 32godz. zajęć, jest to wymiar wypracowany przez ekspertów tworzących to rozwiązanie.

#### **Moduły warsztatowe:**

- Cel, plan i realizacja – ustalenie oczekiwań grupy wobec warsztatów.
- Poznajmy się – integracja.
- Moje bezrobocie - dobre/złe strony, ustalenie stosunku do obecnej sytuacji życiowej, motywacja, emocja przy utracie pracy, samoocena, psycholog, koszty bezrobocia.
- Gospodarowanie czasem – istota, zasady, błędy.
- Komunikacja-istota, formy, cele i skutki, interpretacja zachowań komunikacyjnych, oznaki dobrego/złego kontaktu, komunikacja niewerbalna, uważność.
- Asertywność - istota, korzyści i straty, mapa asertywności, komunikat „nie”.
- Moje otoczenie – relacje z otoczeniem, określenie mocnych/słabych stron w relacjach.
- Osobista droga rozwoju – decyzje, cele i wartości.
- W rodzinie – siła więzów rodzinnych, ograniczenia psycholog w relacjach, dziedzictwo, własne zasoby.
- Mój sukces – wzmocnienie wiary w siebie i motywacji.
- Moja praca, mój zawód – znaczenie pracy, praca jako wartość, hierarchia wartości.
- Moje dzieciństwo – ciągłość życia, zamiana i stałość wpisane w życie.
- Moje marzenia – zasoby i braki osobowościowe, poczucie sprawstwa.



- Moja przyszłość-wizualizacja, ustalenie celów.

#### ➤ WARSZATY AKTYWNOŚCI ZAWODOWEJ

- Terminy realizacji zadania: Tura I: 07-09.2026r.; Tura II: 08-10.2026r. lub do czasu niezbędnego do właściwej realizacji zadania w oparciu o potrzeby i możliwości grupy docelowej.
- Wymiar: 15 godzin dydaktycznych/grupa –3 spotkania śr. x 5 godz. (średnio 1 raz na tydzień)
- Warunek przystąpienia: zdiagnozowanie potrzeby udziału we wsparciu na podstawie indywidualnej diagnozy (IŚR).
- Warunek ukończenia: 80% obecności.
- Cel szczegółowy zadania: Nabycie/podniesienie kompetencji w zakresie poszukiwania zatrudnienia przez Uczestników/-czki Projektu.
- Zakres: specyfika regionalnego i lokalnego rynku pracy, prawo pracy, uprawnienia pracownicze, aktywne sposoby poszukiwania pracy-tradycyjne i online, przygotowanie dokumentacji aplikacyjnej(CV,LM), zakładanie kont na portalach zatrudnieniowych, rozmowa kwalifikacyjna (zasady, symulacje), równość K/M na rynku pracy.

#### ➤ WYSOKIEJ JAKOŚCI SZKOLENIA ZAWODOWE

- Terminy realizacji zadania: Tura I: 07-09.2026r.; Tura II: 08-10.2026r. lub do czasu niezbędnego do właściwej realizacji zadania w oparciu o potrzeby i możliwości grupy docelowej.
- Wymiar: 112 godzin dydaktycznych/grupa –14 spotkań x śr. 8 godz. (średnio 2 razy na tydzień)
- Warunek przystąpienia: zdiagnozowanie potrzeby udziału we wsparciu na podstawie indywidualnej diagnozy (IŚR).
- Warunek ukończenia: 80% obecności.
- Cel szczegółowy zadania: Nabycie kwalifikacji/kompetencji zawodowych
- Zakres: Szkolenia zostaną dostosowane do indywidualnych predyspozycji, wykształcenia i potrzeb Uczestników/-czek Projektu oraz możliwości zatrudnienia w regionie. Ze względu na zindywidualizowany charakter wsparcia oferowanego w projekcie skierowanie Uczestników/-czek Projektu na konkretne szkolenia rozpocznie się dopiero po utworzeniu dla nich indywidualnego planu wsparcia, gdzie dokładnie określone zostaną obszary deficytowe i możliwości zatrudnieniowe danego/-ej Uczestnika/-czki Projektu. Ponadto planowane jest konsultowanie programów szkoleń z regionalnymi pracodawcami przez co realne dostosowanie wsparcia szkoleniowego do potrzeb regionalnego rynku pracy. Szkolenia ukierunkowane będą na umiejętności praktyczne (30% teoria/70% praktyka). Planowana jest realizacja wysokiej jakości szkoleń służących zdobyciu, zmianie lub podniesieniu kwalifikacji niezbędnych do wykonywania danego zawodu lub zadań na określonym stanowisku. Uczestnicy/-czki Projektu otrzymają zaświadczenia ukończeniu szkoleń. Szkolenia prowadzą do uzyskania kwalifikacji lub nabycia kompetencji potwierdzonych odpowiednim dokumentem.

Po zakończeniu szkolenia dokonana zostanie walidacja uzyskanych kwalifikacji/kompetencji. Nabycie kwalifikacji/kompetencji zostanie zweryfikowane przez ich sprawdzenia(w formie egzaminu zewnętrznego) potwierdzone certyfikatem.

#### ➤ STAŻE ZAWODOWE

- Terminy realizacji zadania: Tura I: 09.2026- 11J.2026 r.; Tura II: 10.2026 r.-12.2026r. lub do czasu niezbędnego do właściwej realizacji zadania w oparciu o potrzeby i możliwości grupy docelowej.
- Tryb i organizacja: Staż odbywa się na podstawie pisemnej umowy (stroną jest stażysta, Organizator Stażu i podmiot przyjmujący), która zawiera m.in. cel, okres trwania, wysokość stypendium, miejsce, zakres obowiązków, opiekuna stażu. Zadania są wykonywane zgodnie z programem stażu, który jest przygotowany indywidualnie, z uwzględnieniem potrzeb i potencjału Uczestników/-czek Projektu przez podmiot przyjmujący we współpracy z Beneficjentem i podpisany przez stażystę.
- Wymiar: Harmonogram: 3 miesiące - max. 8h/dziennie i 40h/tyg. (7h/dziennie i 35h/tyg. w przypadku ON w stopniu znacznym lub umiarkowanym).



- Warunek przystąpienia: zdiagnozowanie potrzeby udziału we wsparciu na podstawie indywidualnej diagnozy (IŚR).
- Warunek ukończenia: Zgodnie z umową stażową.
- Cel szczegółowy zadania: Nabycie doświadczenia zawodowego odpowiadającego na potrzeby pracodawców RMR.
- Zakres: Uczestnicy/-czki Projektu odbędą staż w zawodach, w których odbyli szkolenia. Po zakończeniu stażu Uczestnik/-czka Projektu otrzyma pisemną ocenę uwzględniającą osiągnięte rezultaty oraz efekty. Uczestnika/-czka Projektu oceni pisemnie program stażu. Uczestnika/-czka Projektu otrzyma zaświadczenie ukończenia stażu i opinię. Instrumenty i usługi rynku pracy analogicznie, jak wskazane w ustawie z dnia 20.04.2004r. o promocji zatrudnienia i instyt. rynku pracy, będą realizowane w sposób i na zasadach określonych w tej ustawie i odpowiednich aktach wykonawczych do ustawy. Staże w projekcie są realizowane będą zgodnie z zaleceniem Rady z dnia 10 marca 2014 r. w sprawie ram jakości staży (Dz.Urz.UE C 88 z 27.03.2014, oraz z Polskimi Ramami Jakości Praktyk i Staży).

#### ➤ **INDYWIDUALNE POŚREDNICTWO PRACY**

- Terminy realizacji zadania: Tura I: 08.2026r-12.2026r.,; Tura II 09.2026r.-01.2027r. lub do czasu niezbędnego do właściwej realizacji zadania w oparciu o potrzeby i możliwości grupy docelowej.
  - Wymiar: 3 godziny zegarowe/UP–3 spotkania śr. x 1 godz.(raz na miesiąc)
  - Warunek przystąpienia: zdiagnozowanie potrzeby udziału we wsparciu na podstawie indywidualnej diagnozy (IŚR).
  - Warunek ukończenia: 100% obecności.
  - Cel szczegółowy zadania: Nawiązanie kontaktów z lokalnymi pracodawcami.
  - Zakres: Poszukiwanie potencjalnych pracodawców poprzez różne kanały, takie jak ogłoszenia, portale z ofertami pracy, sieci społecznościowe, bazy danych, PUP-y. Analiza aplikacji i CV, przeprowadzanie wywiadów kwalifikacyjnych oraz ocena umiejętności, doświadczenia i odpowiedniości kandydatów do wymagań stanowiska. Wybór odpowiednich kandydatów i przedstawianie ich pracodawcom zgodnie z ich wymaganiami i oczekiwaniami. Zarządzanie harmonogramem rozmów kwalifikacyjnych, koordynacja działań pomiędzy kandydatami, a pracodawcami, oraz zapewnienie płynności procesu rekrutacji. Pomoc w negocjacjach dotyczących warunków zatrudnienia, przedstawienie ofert pracy kandydatom i pomoc w procesie adaptacji po zatrudnieniu. Śledzenie trendów i zmian na rynku pracy, analiza danych dotyczących zatrudnienia i płac oraz dostosowywanie strategii rekrutacyjnych do zmieniających się warunków. Każdy UP otrzyma min.2 spersonalizowane oferty pracy i odbędzie 2 rozmowy kwalifikacyjne.
2. Działania w projekcie realizowane będą zgodnie z zapisami regulaminu w ramach konkursu FEMA.08.01-IP.01-026/24 w terminach przewidzianych w harmonogramie realizacji projektu, harmonogram zajęć elastyczny dopasowany do potrzeb Uczestników/-czek i możliwości Organizatora. Zajęcia indywidualne będą umawiane w godzinach i terminach odpowiadających danemu/-ej Uczestnikowi/-czce w określonych ramach czasowych dla danego zadania, grupowe zaś godzinach i terminach odpowiadających grupom, w dni powszednie lub weekend. Organizator zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian w harmonogramie. Uczestnicy/-czki będą o zmianach informowani na bieżąco.
  3. W ramach projektu realizowane będą warsztaty oraz szkolenia dostosowane do predyspozycji i umiejętności Uczestników/-czek Projektu.
  4. Miejsca wsparć będą na obszarze RMR województwa mazowieckiego, dostosowane do potrzeb każdego Uczestników/-czek Projektu; sale dobrze oznakowane, bez barier architektonicznych, umeblowane, wyposażone w rzutnik, ekran, tablicę flipchart, Internet i dostęp do toalety.
  5. Projektodawca zapewnia Uczestnikom/-czkom projektu w szczególności:
    - a) bezpłatny udział we wsparciu:
      - Indywidualna diagnoza potrzeb i potencjałów UP(dla 40 Uczestników/-czek Projektu);
      - Indywidualny coaching motywacyjny (dla 40 Uczestników/-czek Projektu);



- Warsztaty aktywności społecznej (dla 4 grup x śr.10 Uczestników/-czek Projektu);
  - Warsztaty aktywności zawodowej (dla 4 grup x śr.10 Uczestników/-czek Projektu);
  - Wysokiej jakości szkolenia zawodowe (dla 4 grup x śr.10 Uczestników/-czek Projektu);
  - Staż zawodowy w wymiarze 3 miesięcy (dla 24 Uczestników/-czek Projektu);
  - Indywidualne pośrednictwo pracy (dla 40 Uczestników/-czek Projektu).
- b) kadrę wykładowców i trenerów o odpowiedniej wiedzy i kwalifikacjach;
- c) wynajem sal zajęciowych bez barier architektonicznych;
- d) poczęstunek podczas udziału w Warsztatach aktywności społecznej, Warsztatach aktywności zawodowej oraz Wysokiej jakości szkoleniach zawodowych (kawę, herbatę, wodę, mleko, cukier, słodkie i sone przekąski typu paluszki lub kruche ciastka);
- e) obiad podczas udziału w Wysokiej jakości szkoleniach zawodowych (zupę, drugie danie i napój);
- f) materiały – teczka szkoleniowa: w trakcie trwania Warsztatów aktywności społecznej, oraz Warsztatów aktywności zawodowej, natomiast w trakcie trwania Wysokiej jakości szkoleń zawodowych – materiały (pendrive)
- g) stypendium szkoleniowe w wysokości 120% zasiłku dla bezrobotnych, po waloryzacji od 1 czerwca 2026 roku wynosi - 18,32 zł brutto (14,27 netto dla każdego/-j Uczestnika/-czki Projektu) za każdą godzinę udziału w szkoleniach z zakresu szkoleń zawodowych.);
- h) stypendium stażowe w wysokości 160% zasiłku dla bezrobotnych, po waloryzacji od 1 czerwca 2026 roku wynosi- 3 663,80 brutto (2854,30 netto dla każdego/-j Uczestnika/-czki Projektu) za każdy miesiąc odbytego stażu ;
- i) egzamin zewnętrzny wraz z certyfikacją po Wysokiej jakości szkoleniach zawodowych;
- j) ubezpieczenie NNW przez cały okres udziału we wsparciach;
- k) badania lekarskie przed rozpoczęciem stażu;
- l) wynagrodzenie opiekuna stażysty;
- m) zwrot kosztów dojazdu na wsparcia grupowe tj.: Warsztaty aktywności społecznej, Warsztaty aktywności zawodowej oraz Wysokiej jakości szkoleń zawodowych
6. Wszelkie informacje związane z organizacją oraz realizacją form wsparcia dostępne są w Biurze Projektu.

## §5

### ZASADY UCZESTNICTWA W PROJEKCIE I MONITORINGU

1. Działania przewidziane w projekcie są bezpłatne dla Uczestników/-czek Projektu.
2. Uczestnicy/-czki Projektu zobowiązani są do:
  - a. regularnego, punktualnego i aktywnego uczestnictwa w zajęciach (100% obecności w indywidualnych formach wsparcia, min. 80% obecności w grupowych formach wsparcia), przy czym obecność na zajęciach jest obowiązkowa a Uczestnik/-czka Projektu ma obowiązek niezwłocznie poinformować Koordynatora projektu o przyczynach nieobecności na jakichkolwiek zajęciach przed rozpoczęciem tych zajęć,
  - b. potwierdzania uczestnictwa każdorazowo na liście obecności,
  - c. udziału w procesie monitoringu i ewaluacji projektu, w tym m.in. do wypełniania ankiet, dokumentów i testów sprawdzających,
  - d. uczestniczenia w całym cyklu edukacyjnym,
  - e. przystąpienia do wymaganej walidacji, egzaminów wewnętrznych i zewnętrznych,
  - f. odbycia 3 miesięcznych staży,
  - g. gotowości do podjęcia zatrudnienia po zakończeniu udziału w projekcie,
  - h. dostarczenia podpisanych, wymaganych dokumentów projektowych, w tym:
    - dokumentów rekrutacyjnych wymienionych w &3 Etap I Selekcja Formalna pkt.1;
    - umowy uczestnictwa w projekcie wraz z załącznikiem;
    - ankieta potrzeb dla wszystkich osób biorących udział w projekcie „Gotowi na zmiany”;
    - oświadczenia o numerze konta bankowego (konto, na które Projektodawca będzie wpłacał wszelkie wypłaty dla Uczestnika/-czki z tytułu uczestnictwa w projekcie);
    - oświadczenia potwierdzającego dane Uczestnika w dniu pierwszego wsparcia;



- oświadczenia potwierdzającego wyrażenie zgody na przeprowadzenie dokumentacji zdjęciowej;
  - oświadczenia potwierdzającego wyrażenie zgody na przeprowadzenie zajęć w dni wolne;
  - innych wymaganych dokumentów na etapie trwania projektu
- i. bieżącego informowania Projektodawcy o wszystkich zdarzeniach mogących zakłócić ich dalszy udział w projekcie **oraz zgłaszania – w formie wyłącznie pisemnej - wszelkich zmian dotyczących informacji zawartych w dokumentach rekrutacyjnych w tym danych adresowych, statusie na rynku pracy oraz danych potwierdzających przynależność do grupy docelowej,**
  3. Uczestnik/-czka Projektu jest uprawniony/-a do złożenia rezygnacji z udziału w projekcie najpóźniej 3 dni robocze przed rozpoczęciem pierwszej formy wsparcia. W przypadku nieuzasadnionej rezygnacji udziału w projekcie Uczestnik/-czka Projektu może zostać obciążony/-a kosztem wsparć.
  4. Uczestnik/-czka Projektu wraz z zaakceptowaniem regulaminu oświadcza, że został/-a pouczony/-a o odpowiedzialności za składanie oświadczeń niezgodnych z prawdą.
  5. Realizator zastrzega sobie prawo skreślenia Uczestnika/-czki z listy Uczestników/-czek Projektu w następujących przypadkach:
    - a. naruszenia przez Uczestnika/-czkę postanowień Regulaminu,
    - b. rażącego naruszenia porządku organizacyjnego podczas realizacji poszczególnych form wsparcia,
    - c. opuszczenia przez Uczestnika/-czkę Projektu jakiejkolwiek indywidualnej formy wsparcia bez wcześniejszego usprawiedliwienia i umówienia nowego terminu wsparcia,
    - d. opuszczenia przez Uczestnika/-czkę ponad 20% czasu jakiejkolwiek grupowej formy wsparcia.
  6. Uczestnik/-czka, który został/-a zakwalifikowany/-a do udziału w projekcie i rozpoczął/-ęła w nim udział, może zrezygnować z uczestnictwa w projekcie tylko w przypadkach zastrzeżonych w ustępie 7 niniejszego paragrafu.
  7. W przypadku wystąpienia usprawiedliwionej nieobecności w czasie uczestnictwa w projekcie spowodowanej chorobą Uczestnika/-czki Projektu, jest on/-a zobowiązany/-a do skutecznego poinformowania Realizatora Projektu o przyczynach nieobecności w ciągu 1 dnia od zaistniałej sytuacji. W przypadku otrzymania zwolnienia lekarskiego w wersji papierowej Uczestnik/-czka Projektu ma obowiązek dostarczenia go do Realizatora Projektu w terminie 7 dni. Odpowiedzialność za niedostarczenie zwolnienia lekarskiego (w wersji elektronicznej lub papierowej) do Realizatora Projektu spoczywa na Uczestniku/-czce Projektu.
  8. Uczestnik/-czka, który/-a zrezygnował/-a z udziału w Projekcie z innych przyczyn niż wymienione w ustępie 7 lub który/-a został/-a skreślony/-a z listy Uczestników/-czek przez Realizatora Projektu, jest zobowiązany/-a do zwrotu poniesionych przez Projektodawcę kosztów związanych z udziałem Uczestnika/-czki w Projekcie w wysokości wskazanej w umowie uczestnictwa. Uzasadnione przypadki mogą wynikać z przyczyn natury zdrowotnej lub działania siły wyższej i z zasady nie mogą być znane przez Uczestnika/-czkę Projektu w momencie rozpoczęcia udziału w projekcie.
  9. W przypadku rezygnacji z udziału w projekcie, Uczestnik/-czka projektu obowiązany/-a jest do zwrotu otrzymanych materiałów szkoleniowych Organizatorowi, najpóźniej w chwili złożenia pisemnego oświadczenia o rezygnacji.
  10. W terminie do 4 tygodni od zakończenia udziału w projekcie Uczestnik/-czka zobowiązany/-a jest przekazać Projektodawcy dane dotyczące sytuacji po zakończeniu udziału w projekcie, w tym o:
    - poprawie sytuacji społecznej po opuszczeniu programu (dokumenty potwierdzające np. rozpoczęcie nauki, wzmocnienie motywacji do pracy, zwiększenie pewności siebie i własnych umiejętności rozwiązywania problemów, podjęcie wolontariatu, zaświadczenia/ dyplomy/opinie ekspertów/inne dokumenty, potwierdzające poprawę sytuacji społecznej),
    - uzyskaniu kwalifikacji po opuszczeniu programu (zaświadczenia/dyplomy/certyfikaty/ inne dokumenty potwierdzające nabycie kwalifikacji/ kompetencji),
    - podjęciu pracy lub prowadzeniu działalności na własny rachunek po opuszczeniu programu (zaświadczenia o zatrudnieniu, kopie umów potwierdzających zatrudnienie, samozatrudnienie, zaświadczenia ZUS, potwierdzenia wpisu do CEIDG, dowody opłacenia składek na ubezpieczenie społeczne),
    - o poszukiwaniu pracy po opuszczeniu programu (zaświadczenia o rejestracji w PUP lub agencji zatrudnienia).



11. Realizator Projektu zastrzega sobie prawo do zaprzestania realizacji projektu. Zaprzestanie dalszej realizacji Projektu następuje w uzgodnieniu i za zgodą Województwa Mazowieckiego, w imieniu którego działa Mazowiecka Jednostka Wdrażania Projektów Unijnych.
12. W takiej sytuacji Realizator zobowiązuje się do pisemnego poinformowania Uczestników/-czek Projektu o zaprzestaniu dalszej realizacji Projektu. Z dniem poinformowania Uczestnika/-czki Projektu umowa uczestnictwa zostaje rozwiązana. Z powyższego tytułu Uczestnikowi/-czce Projektu nie przysługuje rekompensata.

## §6

### ZASADY REALIZACJI STAŻY ZAWODOWYCH

1. Staże zawodowe są nakierowane na nabycie lub uzupełnienie doświadczenia zawodowego i praktycznych umiejętności wykonywania zawodu.
2. Wsparcie w postaci staży realizowane w ramach projektu jest zgodne z zaleceniem Rady z dnia 10 marca 2014 r. w sprawie ram jakości staży oraz z Polskimi Ramami Jakości Praktyk i Staży oraz dokumentem Wytyczne dotyczące realizacji projektów z udziałem środków EFS+.
3. Staż odbywa się na podstawie pisemnej, trójstronnej umowy, której stronami są: stażysta/-ka, podmiot przyjmujący na staż (Pracodawca) oraz Realizator Projektu (Organizator stażu).
4. Umowa stażowa zawiera podstawowe warunki przebiegu stażu, w tym okres trwania stażu, wysokość przewidywanego stypendium, miejsce wykonywania prac, zakres obowiązków, dane opiekuna.
5. Uczestnikowi/-czce Projektu zostanie zapewniony opiekun stażu, który będzie nadzorował stażystę/-kę w trakcie wykonywania zadań, monitorował i oceniał jego/-j postępy.
6. Zadania w ramach stażu są wykonywane zgodnie z programem stażu, który jest przygotowany przez podmiot przyjmujący na staż we współpracy z organizatorem stażu i przedkładany do podpisu stażysty/-tki. Program stażu jest opracowywany indywidualnie, z uwzględnieniem potrzeb i potencjału stażysty/-ki.
7. Stażysta/-ka wykonuje swoje obowiązki pod nadzorem opiekuna stażu, wyznaczonego na etapie przygotowań do realizacji programu stażu, który wprowadza stażystę/-kę w zakres obowiązków oraz zapoznaje z zasadami i procedurami obowiązującymi w organizacji (w tym z zasadami BHP i przeciwpożarowymi), w której odbywa staż, a także monitoruje realizację przydzielonego w programie stażu zakresu obowiązków i celów edukacyjno-zawodowych oraz udziela informacji zwrotnej stażystce na temat osiągniętych wyników i stopnia realizacji zadań. Opiekun stażysty/-ki jest wyznaczany po stronie podmiotu przyjmującego na staż.
8. Po zakończeniu stażu jest opracowywana ocena, uwzględniająca osiągnięte rezultaty oraz efekty stażu. Ocena jest opracowywana przez podmiot przyjmujący na staż w formie pisemnej.
9. Staż trwa 3 miesiące kalendarzowe.
10. W okresie odbywania stażu stażystce/-stce przysługuje stypendium stażowe, stażowe w wysokości 160% zasiłku dla bezrobotnych, po waloryzacji od 1 czerwca 2026 roku wynosi- 3 663,80 brutto (2854,30 netto dla każdego/-j Uczestnika/-czki Projektu) za każdy miesiąc odbytego stażu jeżeli miesięczna liczba godzin stażu wynosi nie mniej niż 160 godzin (140 godz. w przypadku ON w stopniu znacznym lub umiarkowanym). W przypadku niższego miesięcznego wymiaru godzin, wysokość stypendium ustala się proporcjonalnie.
11. Stypendium stażowe będzie wypłacane za cały miesiąc do 14-go dnia następnego miesiąca przelewem na wskazany rachunek bankowy pod warunkiem dostarczenia przez Uczestnika/-czkę Projektu wymaganych dokumentów m.in. oryginału listy obecności na stażu za miesiąc, którego dotyczy wypłata oraz ankiety oceniającej, a po ostatnim miesiącu stażu także opinii od pracodawcy oraz sprawozdania ze stażu.
12. Stażysta/-ka pobierający/-a stypendium stażowe w okresie odbywania stażu podlega obowiązkowo ubezpieczeniom: emerytalnemu, rentowemu oraz wypadkowemu, jeśli nie ma innych tytułów, powodujących obowiązek ubezpieczeń społecznych Płatnikiem składek jest Realizator Projektu.
13. Stażysty/-stki w okresie odbywania stażu objęci są ubezpieczeniem zdrowotnym oraz od następstw nieszczęśliwych wypadków, których koszt ponosi Realizator Projektu.
14. Stażystom/-kom przysługują 2 dni wolne za każde 30 dni kalendarzowych odbytego stażu, za które przysługuje stypendium stażowe.
15. Stażysta/-ka ma obowiązek 100% obecności na stażu (z wyłączeniem ust. 14).



16. W przypadku wystąpienia usprawiedliwionej nieobecności w czasie odbywania stażu, spowodowanej chorobą Uczestnika/-czki Projektu, jest on/-a zobowiązany/-a do skutecznego poinformowania Opiekuna Stażu o przyczynach nieobecności w ciągu 1 dnia od zaistniałej sytuacji. W przypadku otrzymania zwolnienia lekarskiego w wersji papierowej Uczestnik/-czka Projektu ma obowiązek dostarczenia go do Organizatora Stażu w terminie 7 dni. Odpowiedzialność za niedostarczenie zwolnienia lekarskiego (w wersji elektronicznej lub papierowej) do Organizatora Stażu spoczywa na Uczestniku/-czce Projektu.
17. Funkcje opiekuna stażysty/-ki może pełnić wyłącznie osoba posiadająca co najmniej dwunastomiesięczne doświadczenie w branży/ dziedzinie, w jakiej realizowany jest staż (spełnienie tego wymogu musi być odpowiednio udokumentowane).
18. Na jednego opiekuna stażu nie może przypadać więcej niż 3 stażystów/-ki.
19. Wypłaty wynagrodzenia dla opiekuna stażysty odbywają się na zasadach określonych w regulaminie konkursu.

## §7

### WYPŁATA ZWROTU KOSZTÓW DOJAZDU

1. **W Projekcie przewidziany jest zwrot kosztów dojazdu dla 40 Uczestników/-czek Projektu. Za dojazd na wsparcia grupowe tj.: Warsztaty aktywności społecznej, Warsztaty aktywności zawodowej, Wysokiej jakości szkoleń zawodowych** przysługuje zwrot kosztów dojazdu do wysokości **20,00 zł brutto za każdy dzień uczestnictwa**.
2. Uczestnicy/-czki dojeżdżający/-e do miejsc, gdzie prowadzone są wsparcia mogą wystąpić do Projektodawcy o zwrot kosztów dojazdu z miejsca zamieszkania do miejsca organizacji zajęć (oraz kosztów powrotu z miejsca organizacji zajęć do miejsca zamieszkania). Koszty przejazdu zwracane będą do wysokości kosztów przejazdu na danej trasie najtańszym środkiem komunikacji publicznej (jednak nie więcej niż maksymalna kwota określona w ust.1 za przejazd tam i z powrotem w ciągu jednego dnia uczestnictwa w danej formie wsparcia).
3. Podstawą refundacji kosztów przejazdu będzie złożony przez Uczestnika/-czkę wniosek o zwrot kosztów przejazdu wraz z załącznikami (np.: komplet biletów za przejazdy na 1 dzień uczestnictwa lub zaświadczenie przewoźnika o cenie biletu) oraz lista obecności na danej formie wsparcia.
4. Zwrot kosztów dojazdu jest wypłacany tylko za dni, w których Uczestnik/-czka Projektu faktycznie uczestniczył/-a i potwierdził/-a swoją obecność podpisami na listach obecności. W przypadku korzystania z własnego samochodu zwraca będzie kwota do wartości biletu najtańszego środka transportu na danej trasie (wymagane zaświadczenie przewoźnika o cenie biletu), po złożeniu przez Uczestnika/-czkę Projektu wniosku o zwrot kosztów dojazdu z zastrzeżeniem ustępu 1.
5. Uczestnik/-czka ubiegający/-a się o zwrot kosztów dojazdu zobowiązany/-a jest do złożenia wniosku wraz z kompletem wymaganych dokumentów w terminie wyznaczonym przez Projektodawcę. Wnioski złożone po tym terminie nie będą rozpatrywane.
6. Wypłata zwrotów kosztów dojazdu nastąpi po weryfikacji złożonych wniosków o wypłatę oraz weryfikacji prawdziwości zawartych w nich danych. Wypłaty będą dokonywane dla każdego Uczestnika/-czki Projektu na zakończenie udziału w projekcie – w terminie do 30 dni licząc od daty zakończenia miesiąca, w którym dany/-a Uczestnik/-czka zakończy udział.
7. Wnioski można składać do 7 dni od zakończenia 1 formy wsparcia (Indywidualna diagnoza potrzeb i potencjałów UP).
8. Wypłata środków może zostać wstrzymana w przypadku braku środków na koncie Projektowym.

## §8

### POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Niniejszy regulamin wchodzi w życie z dniem 01.04.2026 r.
2. Projektodawca zastrzega sobie prawo do zmian i uzupełniania Regulaminu w trakcie trwania projektu.
3. Regulamin dostępny jest w Biurze Projektu i na stronie internetowej projektu <http://gotowina.zmiany.cityschool.pl>;



4. Sprawy nieuregulowane niniejszym Regulaminem, rozstrzyga **Projektodawca tj. Cityschool Sp. z o.o.** zgodnie z wytycznymi Instytucji Wdrażającej odnośnie realizacji umowy o dofinansowanie projektu.

#### **ZAŁĄCZNIK NR 1 DO REGULAMINU – SŁOWNIK POJĘĆ:**

**Projekt** - „Gotowi na zmiany” realizowany na obszarze RMR województwa mazowieckiego w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Mazowsza 2021-2027 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach konkursu nr FELU.08.01-IP.01-026/24, ogłoszonego w ramach Priorytetu VIII Fundusze Europejskie dla aktywnej integracji oraz rozwoju usług społecznych i zdrowotnych na Mazowszu; Działanie 8.1 Aktywizacja Społeczna i zawodowa.

**Projektodawca** – Cityschool Sp. z o.o., ul. Hoża 66/68, 00-682 Warszawa, zwany również Realizatorem bądź Organizatorem.

**Partner** – Forum Aktywności Społecznej ul. Wasilkowskiego 11, 02-776 Warszawa.

**Instytucja Zarządzająca (IZ)** – Zarząd Województwa Mazowieckiego będący Instytucją Zarządzającą Funduszami Europejskimi dla Mazowsza 2021-2027.

**Instytucja Pośrednicząca (IP)** – Mazowiecka Jednostka Wdrażania Programów Unijnych pełniąca funkcje Instytucji Pośredniczącej, działająca w imieniu Instytucji Zarządzającej .

**Kandydat na Uczestnika/-czkę Projektu** – osoba fizyczna (kobieta lub mężczyzna), która złożyła dokumenty rekrutacyjne wymagane na etapie rekrutacji, wskazane w niniejszym Regulaminie.

**Uczestnik/-czka Projektu** – kandydat/-ka, który został/-a zakwalifikowany/-a do projektu, podpisał/-a umowę uczestnictwa i dostarczył/-a wszelkie wymagane dokumenty rekrutacyjne i skorzystał/-a z co najmniej jednej formy wsparcia w ramach projektu.

**Koordynator Projektu** – oznacza osobę oceniającą Kwestionariusze zgłoszeniowe i dokonującą kwalifikacji Uczestników/-czek Projektu.

**Umowa uczestnictwa w projekcie** – oznacza to umowę zawieraną pomiędzy Uczestnikiem/-czką projektu i Realizatorem projektu określającą warunki Uczestnictwa w projekcie, m.in. rodzaj, miejsce i okres realizowanego wsparcia oraz zasady dot. zwrotu kosztów dojazdu.

**Osoba bezrobotna** – oznacza to osobę pozostającą bez pracy, gotową do podjęcia pracy i aktywnie poszukującą zatrudnienia. Definicja ta uwzględnia wszystkie osoby zarejestrowane jako bezrobotne zgodnie z krajową definicją, nawet jeżeli nie spełniają one wszystkich trzech kryteriów wskazanych wyżej. Osoby kwalifikujące się do urlopu macierzyńskiego lub rodzicielskiego, które są bezrobotne w rozumieniu niniejszej definicji (nie pobierają świadczeń z tytułu urlopu), należy wykazywać również jako osoby bezrobotne. Osoby aktywnie poszukujące zatrudnienia to osoby zarejestrowane w urzędzie pracy jako bezrobotne lub poszukujące pracy lub nie zarejestrowane, lecz spełniające powyższe przesłanki, tj. gotowość do podjęcia pracy i aktywne poszukiwanie zatrudnienia.

**Osoba długotrwale bezrobotna** – oznacza to osobę bezrobotną pozostającą w rejestrze PUP przez okres ponad 12 miesięcy w okresie ostatnich 2 lat, z wyłączeniem okresów odbywania stażu i przygotowania zawodowego dorosłych.

**Osoba bierna zawodowo** – oznacza to osobę, która w danej chwili nie tworzy zasobów siły roboczej (tzn. nie jest osobą pracującą ani bezrobotną). Za osoby bierne zawodowo uznawani są m.in.:

- studenci studiów stacjonarnych, chyba że są już zatrudnieni (również na część etatu) to wówczas powinni być wykazywani jako osoby pracujące,
- dzieci i młodzież do 18 r.ż. pobierający naukę o ile nie spełniają przesłanek na podstawie, których można je zaliczyć do osób bezrobotnych lub pracujących,
- doktoranci, którzy nie są zatrudnieni na uczelni, w innej instytucji lub przedsiębiorstwie. W przypadku, gdy doktorant wykonuje obowiązki służbowe, za które otrzymuje wynagrodzenie, lub prowadzi działalność gospodarczą należy traktować go jako osobę pracującą. W przypadku, gdy



doktorant jest zarejestrowany jako bezrobotny, należy go wykazywać we wskaźniku dotyczącym osób bezrobotnych.

**UWAGA: osobami biernymi zawodowo ze względu na przyczyny bierności zawodowej do objęcia wsparciem w ramach projektu będą: osoby obciążone obowiązkami rodzinnymi i opiekuńczymi, chore i z niepełnosprawnością**

**Osoba niepełnosprawna** – osoba niepełnosprawna w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnieniu osób niepełnosprawnych (Dz.U. z 2011 r. Nr 127 poz. 721, z późn. zm.) lub osoba z zaburzeniami psychicznymi, w rozumieniu ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (t.j. Dz.U. z 2016 poz. 546, z późn. zm.), tj. osoba z odpowiednim orzeczeniem lub innym dokumentem poświadczającym stan zdrowia.

**Osoba z wykształceniem co najwyżej średnim I stopnia (ISCED 0-2)** – to osoba, której najwyższy osiągnięty poziom wykształcenia to wykształcenie gimnazjalne lub podstawowe (8 klas szkoły podstawowej) (poziom ISCED 0-2) zgodnie z Międzynarodową Standardową Klasyfikacją Kształcenia UNESCO, tj. Osoba uczestnicząca we wczesnej edukacji (ISCED0), osoba, która uczestniczy lub zakończyła edukację najwyżej na poziomie podstawowym (ISCED1-2) i osoba, która zakończyła edukację najwyżej na poziomie gimnazjalnym (ISCED2), a także osoba, która nie osiągnęła żadnego poziomu wykształcenia (ISCED 0);

**Osoba z wykształceniem na poziomie średnim II stopnia (ISCED 3)** – to osoba, której najwyższy osiągnięty poziom wykształcenia to wykształcenie średnie II stopnia – czyli ponadgimnazjalne lub ponadpodstawowe (poziom ISCED 3) albo wykształcenie policealne (ISCED4) zgodnie z Międzynarodową Standardową Klasyfikacją Kształcenia UNESCO;

**Osoba z wykształceniem wyższym (ISCED 5-8)** – to osoba, której najwyższy poziom wykształcenia to wykształcenie wyższe (ISCED 5-8), zgodnie z Międzynarodową Standardową Klasyfikacją Kształcenia UNESCO; rozpoczynając od na ukończonych studiach krótkiego cyklu (ISCED5), przez studia licencjackie i ich odpowiedniki (ISECE6), studia magisterskie i ich odpowiedniki (ISCED7) aż po studia doktoranckie i ich odpowiedniki (ISCED8);

**Wiek uczestników projektu** jest określany na podstawie daty urodzenia i ustalany w dniu rozpoczęcia udziału w projekcie za okazaniem Dowodu Osobistego.

**Dzień przystąpienia do projektu/rozpoczęcia udziału w projekcie** – dzień podpisania umowy uczestnictwa i jednocześnie dzień pierwszej formy wsparcia.

**Miejsce zamieszkania** – w rozumieniu art. 25 Kodeksu Cywilnego – miejscowość, w której dana osoba przebywa z zamiarem stałego pobytu.

**Osoba znajdująca się w lepszej sytuacji na rynku pracy** – oznacza osobę, której sytuacja na rynku pracy uległa poprawie w wyniku udziału w projekcie w zakresie godzenia życia zawodowego i społecznego. Poprzez poprawę sytuacji na rynku pracy należy rozumieć w szczególności: podjęcie pracy lub powrót na rynek pracy po przerwie związanej z urodzeniem/wychowaniem dziecka lub poprawę warunków pracy lub przejście z niepewnego do stabilnego zatrudnienia lub przejście z niepełnego zatrudnienia do pełnego zatrudnienia lub zmiana stanowiska pracy na wymagające wyższych kompetencji/umiejętności/kwalifikacji, wiążące się z większą odpowiedzialnością lub otrzymanie awansu lub podwyższenie wynagrodzenia powyżej rocznej stopy inflacji płać w kraju, do 4 tygodni po zakończeniu udziału w projekcie EFS+.

**Osoba wykluczona społecznie, zagrożona wykluczeniem/ubóstwem** – oznacza osobę, która należy do jednej z poniższych grup:

- a) osoby lub rodziny korzystające ze świadczeń z pomocy społecznej zgodnie z ustawą z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej lub kwalifikujące się do objęcia wsparciem pomocy społecznej, tj. spełniające co najmniej jedną z przesłanek określonych w art. 7 ustawy z dnia 12 marca 2004 r. o pomocy społecznej;
- b) osoby, o których mowa w art. 1 ust. 2 ustawy z dnia 13 czerwca 2003 r. o zatrudnieniu socjalnym;
- c) osoby przebywające w pieczy zastępczej lub opuszczające pieczę zastępczą oraz rodziny przeżywające trudności w pełnieniu funkcji opiekuńczo-wychowawczych, o których mowa w ustawie z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej;
- d) osoby nieletnie, wobec których zastosowano środki zapobiegania i zwalczania demoralizacji i przestępczości zgodnie z ustawą z dnia 26 października 1982 r. o postępowaniu w sprawach nieletnich (Dz. U. z 2018 r. poz. 969);



e) osoby przebywające w młodzieżowych ośrodkach wychowawczych i młodzieżowych ośrodkach socjoterapii, o których mowa w ustawie z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2018 r. poz. 1457, z późn. zm.);

f) osoby z niepełnosprawnością – osoby z niepełnosprawnością w rozumieniu wytycznych ministra właściwego ds. rozwoju regionalnego dotyczących realizacji zasad równościowych w ramach funduszy unijnych na lata 2021-2027 lub uczeń albo dziecko w lub dzieci i młodzież posiadająca orzeczenia o potrzebie zajęć rewalidacyjno-wychowawczych wydawane ze względu na niepełnosprawność intelektualną w stopniu głębokim, orzeczenia uczniów, dzieci lub młodzieży wydawane są przez zespół orzekający działający w publicznej poradni psychologiczno-pedagogicznej, w tym poradni specjalistycznej;

g) członkowie gospodarstw domowych sprawujący opiekę nad osobą z niepełnosprawnością, o ile co najmniej jeden z nich nie pracuje ze względu na konieczność sprawowania opieki nad osobą z niepełnosprawnością;

h) osoby potrzebujące wsparcia w codziennym funkcjonowaniu;

i) osoby bezdomne lub dotknięte wykluczeniem z dostępu do mieszkań w rozumieniu Wytycznych dotyczących realizacji projektów z udziałem środków EFS+ w regionalnych programach na lata 2021-2027

j) osoby odbywające kary pozbawienia wolności;

k) osoby korzystające z FE PŻ.

**Osoba wykluczona komunikacyjnie** – osoba zamieszkująca jedną z gmin (załącznik nr 3 do kwestionariusza zgłoszeniowego OBSZARY OSI)

**Gwarancja dla młodzieży w Polsce** - zgodnie z zaleceniem Rady UE Gwarancje dla młodzieży (GdM) mają na celu zapewnienie wszystkim młodym osobom w wieku poniżej 30. lat dobrej jakości oferty zatrudnienia, dalszego kształcenia, przyuczenia do zawodu lub stażu w ciągu czterech miesięcy od uzyskania statusu osoby bezrobotnej lub zakończenia kształcenia formalnego.

**W projekcie mogą wziąć osoby, które są adresatami Gwarancji dla młodzieży w Polsce tj: osoby w wieku 18-29 lat:**

- a. Zarejestrowane jako bezrobotne
- b. Pozostające poza zatrudnieniem, edukacją i szkoleniem NETT;
- c. Będące bezrobotnymi oraz poszukującymi pracy absolwentami szkół i uczelni;
- d. Osoby, które opuściły pieczę zastępczą;
- e. Kobiety poniżej 30 r.ż. wychowujące dzieci.

**NEET (not in employment, education or training)** - osoba młoda w wieku 15-29 lat, która spełnia łącznie trzy warunki, czyli nie pracuje (tj. jest bezrobotna lub bierna zawodowo), nie kształci się (tj. nie uczestniczy w kształceniu formalnym w trybie stacjonarnym albo zaniedbuje obowiązek szkolny lub nauki) ani nie szkoli (tj. nie uczestniczy w pozaszkolnych zajęciach mających na celu uzyskanie, uzupełnienie lub doskonalenie umiejętności i kwalifikacji zawodowych lub ogólnych, potrzebnych do wykonywania pracy; w procesie oceny czy dana osoba się nie szkoli, a co za tym idzie kwalifikuje się do kategorii NEET, należy zweryfikować czy brała ona udział w tego typu formie aktywizacji, finansowanej ze środków publicznych, w okresie ostatnich 4 tygodni).

**Osoby zamieszkujące obszar OSI** – Mieszkańcy miast średnich i gminy zagrożone trwałą marginalizacją, ze względu na szczególnie wysoki wskaźnik beneficjentów pomocy społecznej, problemy na rynku pracy i kumulację problemów społecznych.

**ZAŁĄCZNIK NR 2 DO REGULAMINU – KWESTIONARIUSZ ZGŁOSZENIOWY**

**ZAŁĄCZNIK NR 3 DO REGULAMINU – UMOWA UCZESTNICTWA W PROJEKCIE**