



REGULAMIN REALIZACJI PROJEKTU
“Czas dla Opiekuna - Projekt Wzmocnienia Zdrowia Psychicznego
Nieformalnych Opiekunów Seniorów”

§ 1

Postanowienia ogólne

1. Niniejszy regulamin określa zasady uczestnictwa w projekcie „Czas dla Opiekuna - Projekt Wzmocnienia Zdrowia Psychicznego Nieformalnych Opiekunów Seniorów”, nr projektu FERS.04.14-IP.07-0004/25, realizowanego w ramach Programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021-2027, PRIORYTET 4 Spójność społeczna i zdrowie, DZIAŁANIE 04.14 Deinstytucjonalizacja długoterminowej opieki medycznej.
2. Projekt jest realizowany przez PSYCHOLOGIJA Sp. z o.o. z siedzibą w Lublinie (20-030), ul. Obrońców Pokoju 13/5.
3. Okres realizacji projektu: 01.01.2026 r. do 30.06.2028 r.
4. Projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego Plus na podstawie umowy podpisanej ze Skarbem Państwa - Ministrem Zdrowia.
5. Celem projektu jest zapewnienie wsparcia psychologicznego i psychospołecznego dla 320 opiekunów nieformalnych osób starszych, w tym w szczególności osób sprawujących opiekę nad chorymi na Alzheimera lub innymi chorobami otępiennymi, mieszkającymi na terenie województwa mazowieckiego i podlaskiego, poprzez skorzystanie z kompleksowego wsparcia w projekcie.
6. Realizacja celu będzie możliwa poprzez następujące działania:
 - 1) Dostarczenie spersonalizowanego wsparcia: realizacja indywidualnych sesji psychologicznych, które pozwalają na omówienie problemów trudnych do poruszenia na forum grupy oraz szybką interwencję w sytuacjach kryzysowych.
 - 2) Budowa sieci wsparcia i edukacja: Poprzez 32 grupy wsparcia projekt dąży do wyposażenia opiekunów w wiedzę o chorobie (psychoedukacja), technikach radzenia sobie ze stresem oraz budowania poprawnych relacji z podopiecznym.
 - 3) Poprawa sytuacji życiowej i zawodowej: Celem jest pomoc opiekunom (szczególnie kobietom) w godzeniu ról życiowych, co ma prowadzić do



zmniejszenia absencji w pracy o 25% u osób aktywnych zawodowo oraz ułatwienia powrotu na rynek pracy.

- 4) Opracowanie rekomendacji systemowych: przygotowanie raportu podsumowującego, który usystematyzuje wiedzę o skuteczności wsparcia, zidentyfikuje bariery i wskaże konkretne rozwiązania dla gmin oraz polityk publicznych w celu poprawy sytuacji opiekunów w przyszłości.
7. Miejsce realizacji: województwo mazowieckie oraz województwo podlaskie.
8. Projekt jest realizowany zgodnie z politykami horyzontalnymi zasadą równości szans płci oraz równości szans i niedyskryminacji.
9. Udział w projekcie jest bezpłatny.

§ 2

Słownik pojęć

1. Ileć w regulaminie jest mowa o:
 - 1) Projekcie – należy przez to rozumieć projekt „Czas dla Opiekuna - Projekt Wzmocnienia Zdrowia Psychicznego Nieformalnych Opiekunów Seniorów”, nr projektu FERS.04.14-IP.07-0004/25;
 - 2) Instytucji Pośredniczącej – oznacza to Ministerstwo Zdrowia;
 - 3) Organizatorze projektu - należy przez to rozumieć Psychologija Sp. z o.o.;
 - 4) Kandydacie/Kandydatce – oznacza to osobę starającą się o udział w projekcie;
 - 5) Uczestniku/Uczestniczce projektu - należy przez to rozumieć osobę zakwalifikowaną do udziału w projekcie, zgodnie z zasadami określonymi w niniejszym regulaminie;
 - 6) Opiekunie nieformalnym - oznacza osobę pełnoletnią, która nie jest zawodowym opiekunem medycznym (np. asystentem osób niepełnosprawnych lub opiekunem środowiskowym) i nie pobiera wynagrodzenia z tytułu opieki nad osobą niesamodzielną lub wymagającą wsparcia. Najczęściej jest to członek rodziny osoby niesamodzielnej, sąsiad, przyjaciel, itp.;
 - 7) Osobie starszej - należy przez to rozumieć osobę, która ukończyła 60. rok życia, w rozumieniu art. 4 pkt 1 ustawy z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych (Dz.U. z 2015 r. poz. 1705, z późn. zm.);
 - 8) Osobie z chorobą Alzheimera – osoba posiadająca diagnozę choroby Alzheimera potwierdzoną dokumentacją medyczną;
 - 9) Osobie z chorobą otępienną – osoba posiadająca diagnozę otępienia, w tym w szczególności choroby Alzheimera, otępienia naczyniowego lub innych zespołów otępiennych, potwierdzoną dokumentacją medyczną;



- 10) Osobie z niepełnosprawnościami – oznacza to osobę z niepełnosprawnościami w świetle przepisów ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, a także osoby z zaburzeniami psychicznymi, o których mowa w ustawie z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego, tj. osoby z odpowiednim orzeczeniem lub innym dokumentem poświadczającym stan zdrowia;
- 11) Miejscu zamieszkania - oznacza to zgodnie z Kodeksem Cywilnym (Dz. U. Nr 16, poz. 93, ze zm.) miejscowość, w której dana osoba przebywa z zamiarem stałego pobytu;
- 12) Kwalifikacjach - oznacza to kwalifikacje zgodnie z Wytycznymi dotyczącymi monitorowania postępu rzeczowego realizacji programów na lata 2021-2027 – Załącznik nr 2 Podstawowe informacje dotyczące uzyskiwania kwalifikacji w ramach projektów współfinansowanych z EFS+;
- 13) Kompetencjach - oznacza to wyodrębniony zestaw efektów uczenia się/kształcenia, które zostały sprawdzone w procesie walidacji w sposób zgodny z wymaganiami ustalonymi dla danej kompetencji, odnoszącymi się w szczególności do składających się na nią efektów uczenia się.

§ 3

Uczestnicy/uczestniczki projektu

1. Projekt jest skierowany do 320 osób (250 kobiet, 70 mężczyzn) - członków rodzin, opiekunów nieformalnych i opiekunek nieformalnych, sprawujących opiekę nad osobami starszymi, które wymagają wsparcia w codziennym funkcjonowaniu, w tym nad osobami z chorobami otępiennymi, w szczególności z chorobą Alzheimera oraz: posiadają miejsce zamieszkania na terenie makroregionu środkowo- wschodniego, tj. woj. mazowieckiego podlaskiego w rozumieniu przepisów KC.
2. Co najmniej 32 osoby z powyższej grupy będą stanowiły osoby z niepełnosprawnościami.

§ 4

Rekrutacja do projektu

1. Rekrutacja uczestników/uczestniczek do projektu prowadzona będzie w sposób ciągły w okresie od 01.01.2026 r. do 30.05.2028 r. lub do momentu zapewnienia wszystkich 32 grup wsparcia.
2. Nabór do projektu jest prowadzony w sposób otwarty, powszechny, bezpośredni, zgodnie z zasadą równości szans i niedyskryminacji oraz dostępności dla osób z niepełnosprawnościami.



3. Możliwe jest wcześniejsze zakończenie rekrutacji w przypadku wyczerpania limitu miejsc.
4. Warunki uczestnictwa w projekcie:
 - 1) Spełnienie kryteriów kwalifikowalności (obligatoryjne):
 - a) zamieszkiwanie na terenie: makroregionu środkowo- wschodniego, tj. woj. mazowieckiego i podlaskiego w rozumieniu przepisów KC;
 - b) posiadanie statusu opiekuna nieformalnego osoby starszej, w tym osobą sprawującą opiekę nieformalną nad chorymi na Alzheimera lub innymi chorobami otępiennymi;
 - 2) Zapoznanie się z regulaminem realizacji projektu oraz złożenie wymaganych dokumentów rekrutacyjnych i innych dokumentów wymaganych w procesie rekrutacji, jeśli dotyczą danej osoby, m.in. formularz zgłoszeniowy, deklarację przystąpienia do projektu, oświadczenie o statusie opiekuna nieformalnego, potwierdzające sprawowanie opieki nad osobą starszą lub z chorobą otępienną, oświadczenie o braku podwójnego finansowania (potwierdzenie o niekorzystania z podobnego wsparcia w programach regionalnych), orzeczenie o niepełnosprawności – jeśli kandydat je posiada i chce skorzystać z punktów preferencyjnych lub zarezerwowanej puli miejsc,
 - 3) Pozytywne zakwalifikowanie przez Komisję Rekrutacyjną.
 - 4) Dokumenty rekrutacyjne są dostępne:
 - a) w biurze projektowym w Sokołowie Podlaskim - ul. Andersa 1a/214, 08-300 Sokołów Podlaski;
 - b) na stronie internetowej projektu: <https://psychologija.pl/czas-dla-opiekuna-projekt-wzmocnienia-zdrowia-psychicznego-nieformalnych-opiekunow-seniorow/>
 - c) podczas spotkań bezpośrednich z zespołem projektowym.
 - 5) Dokumenty wymagane od kandydatka/kandydatki potwierdzające spełnienie kryteriów kwalifikowalności do udziału w projekcie:
 - a) formularz rekrutacyjny;
 - b) oświadczenie o kwalifikowalności do grupy docelowej (zawarte w treści formularza rekrutacyjnego) - złożenie pisemnego oświadczenia o statusie opiekuna nieformalnego nad osobą starszą lub osobą z chorobą otępienną;
 - c) w przypadku sprawowania opieki nad osobą starszą wymagane jest potwierdzenie ukończenia przez tę osobę 60. roku życia - złożenie oświadczenia potwierdzającego wiek lub złożenie kopii dokumentu jednego z dokumentów, tj. dowód osobisty, paszport, orzeczenie o niepełnosprawności);
 - d) w przypadku opieki nad osobą starszą (ukończony 60. rok życia) z chorobą otępienną wymagane jest przedłożenie dokumentu potwierdzającego diagnozę medyczną - karta informacyjna leczenie, orzeczenia o niepełnosprawności z symbolem przyczyny (jeśli



adekwatne), dokumentacji potwierdzającej korzystanie z poradni neurologicznej/psychiatrycznej, zaświadczenia od lekarza POZ oraz potwierdzenie ukończenia przez tę osobę 60. roku życia - złożenie oświadczenia potwierdzającego wiek lub złożenie kopii dokumentu jednego z dokumentów, tj. dowód osobisty, paszport, orzeczenie o niepełnosprawności);

- e) oświadczenie o zapoznaniu się z regulaminem realizacji projektu (zawarte w treści formularza rekrutacyjnego);
- f) dokument potwierdzający zamieszkiwanie kandydata/kandydatki na terenie makroregionu środkowo- wschodniego, tj. woj. mazowieckiego i podlaskiego w rozumieniu przepisów KC:
 - informacja o zameldowaniu na pobyt stały lub czasowy pobrana elektronicznie poprzez profil zaufany na stronie: www.gov.pl;
 - potwierdzenie złożenia PIT (np. pierwsza strona PIT);
 - kopie decyzji w sprawie wymiaru podatku od nieruchomości;
 - dokumenty związane z dysponowaniem lokalem w danej lokalizacji typu: umowy notarialne, umowy najmu (np. kopie stron z adresem);
 - umowa o pracę lub zaświadczenie o zatrudnieniu;
 - zawarta umowa na media (np. prąd, gaz, woda, telefon, internet, telewizja kablowa itp.) zawierające adres zamieszkania na terenie woj. mazowieckiego i podlaskiego;
 - ubezpieczenie z tytułu wykonywanej pracy;
 - kopie korespondencji przychodzącej pod dany adres do wnioskodawcy (np. korespondencja z urzędów, banków);
 - orzeczenie o niepełnosprawności w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 2023 r. poz. 100, z późn. zm.), a także osoby z zaburzeniami psychicznymi w rozumieniu ustawy z dnia 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego (Dz. U. z 2022 r. poz. 2123) – w przypadku osób z niepełnosprawnością.
- 6) Kandydat/kandydatka powinien/powinna złożyć wszystkie wymagane dokumenty zgłoszeniowe do biura projektu. Dokumenty można dostarczyć osobiście, za pośrednictwem poczty tradycyjnej/kuriera lub drogą elektroniczną w postaci skanów przesłanych **opiekun@psychologija.pl**
- 7) W przypadku przedłożenia skanów dokumentów rekrutacyjnych, ich oryginały kandydat/kandydatka musi dostarczyć najpóźniej w dniu rozpoczęcia sesji wsparcia (pierwsze zajęcia).
- 8) W przypadku wątpliwości co do przedłożonych dokumentów kandydat/kandydatka może zostać wezwany/a do przedłożenia dokumentów potwierdzających ich zgodność ze stanem faktycznym.
- 9) Organizator zastrzega sobie prawo wglądu do dodatkowych dokumentów potwierdzających kwalifikowalność kandydata/kandydatki.



- 10) Dokumenty rekrutacyjne muszą być czytelnie podpisane przez kandydatka/kandydatkę.
- 11) Zgłoszenia, które nie są kompletne i/lub nie zawierają danych umożliwiających kontakt z kandydatem/kandydatką, nie podlegają rozpatrzeniu.
- 12) Dokumentacja rekrutacyjna nie podlega zwrotowi.
- 13) Formularz rekrutacyjny składany jest jeden raz w trakcie trwania projektu oraz każdorazowo przy zmianie danych kandydata/kandydatki (aktualizacja danych).
- 14) Złożenie dokumentów rekrutacyjnych nie jest równoznaczne z zakwalifikowaniem do projektu. O zakwalifikowaniu decyduje Komisja Rekrutacyjna po dokonaniu oceny formalnej i merytorycznej zgłoszenia.
- 15) Etapy rekrutacji:
 - a) ocena formalna zgłoszeń obejmuje sprawdzenie kompletności i prawidłowości wypełnienia złożonych dokumentów rekrutacyjnych i dokumentów potwierdzających spełnienia kryteriów kwalifikowalności;
 - b) ocena merytoryczna - ocena punktowa przyjętych kryteriów rekrutacji wraz z oceną dokumentów potwierdzających ich spełnienie (kryteria premiujące):
 - orzeczenie o niepełnosprawności (5 pkt);
 - wiek powyżej 50 lat – (5 pkt);
 - zamieszkanie w miejscowości do 100 tys. lub 250 tys. mieszkańców (5 pkt);
 - brak wcześniejszego udziału w podobnych projektach (2 pkt)
- 16) Utworzenie list rankingowych osób zakwalifikowanych do udziału w projekcie oraz list rezerwowych:
- 17) W każdej turze rekrutacji Komisja Rekrutacyjna wybierze średnio 80 osób, które zostaną zakwalifikowane do projektu.
- 18) O kolejności przyjęć do projektu decydować będą:
 - a) spełnianie kryteriów obligatoryjnych;
 - b) przyznana wyższa liczba punktów za kryteria premiujące;
- 19) Nie decyduje kolejność zgłoszeń.
- 20) Do projektu zostaną zakwalifikowane kandydaci/kandydatki z największą liczbą punktów, z zastrzeżeniem osiągnięcia wskaźników realizacji celu (zostanie utworzona lista rankingowa).
- 21) Kandydaci/Kandydatki niezakwalifikowani do udziału w projekcie z powodu mniejszej liczby punktów zostaną wpisani na listę rezerwową, wykorzystaną w przypadku rezygnacji zakwalifikowanej osoby z listy podstawowej.
- 22) Proces rekrutacji zostanie zakończony protokołem.
- 23) Informacja w wynikach rekrutacji zostanie przekazana listownie i/lub mailowo i/lub telefonicznie.

§ 5

Zadania w projekcie



1. Zadania w projekcie

- 1) Grupowe wsparcie psychologiczne – obejmuje organizację 32 grup wsparcia (po 10 osób w każdej) na terenie województw mazowieckiego i podlaskiego. Każda grupa uczestniczy w 12 sesjach po 90 minut w ciągu 6 miesięcy. Sesje odbywają się co dwa tygodnie. Maksymalnie 4 z 12 spotkań danej grupy mogą odbyć się w formie online
 - a) Tematyka warsztatów - materiały edukacyjne i program warsztatów grupowych zostały podzielone na siedem kluczowych obszarów tematycznych.
 - psychoedukacja i akceptacja diagnozy: przekazanie wiedzy o przebiegu choroby bliskiej osoby oraz zrozumienie zachowań i reakcji podopiecznego, co ma ułatwić opiekunowi stawienie czoła nowym wyzwaniom;
 - metody radzenia sobie z obciążeniem psychofizycznym;
 - nauka sposobów ograniczania wpływu opieki na zdrowie i codzienne funkcjonowanie opiekuna;
 - profilaktyka depresji i lęku: zapobieganie zaburzeniom nastroju i poprawa samopoczucia, m.in. z wykorzystaniem technik poznawczo-behawioralnych;
 - wpływ stresu na zdrowie: analiza eustresu i dystresu, ograniczanie czynników stresogennych oraz nauka metod przeciwdziałania negatywnym skutkom stresu;
 - budowanie poprawnej relacji opiekun–podopieczny: wyjaśnienie stanów osoby chorej wynikających z jej wieku lub niesprawności oraz zasady tworzenia zdrowej więzi;
 - znaczenie relacji interpersonalnych: podkreślenie roli kontaktów rodzinnych, społecznych i zawodowych w utrzymaniu zdrowia psychicznego oraz przeciwdziałanie izolacji i samotności;
 - równowaga między rolami życiowymi: metody godzenia roli opiekuna z innymi obowiązkami (rodzinnymi, zawodowymi) oraz zapobieganie wypaleniu.
 - 2) Indywidualne sesje wsparcia psychologicznego – zapewnienie uczestnikom średnio 2 godzin wsparcia indywidualnego w ciągu 6 miesięcy. Sesje te pozwalają na omówienie problemów, których opiekunowie nie chcą poruszać na forum grup.
 - 3) Opracowanie raportu podsumowującego – ewaluacja efektów projektu, usystematyzowanie wiedzy o jego skuteczności oraz sformułowanie rekomendacji systemowych dla gmin i polityk publicznych.
2. Wsparcie merytoryczne (zarówno grupowe, jak i indywidualne) prowadzone jest przez wykwalifikowaną kadrę, w tym lekarzy psychiatrów, psychologów oraz certyfikowanych psychoterapeutów.



§ 6

Zasady monitoringu uczestników/czek

1. W ramach realizacji projektu prowadzony jest bieżący monitoring zaplanowanych działań.
2. Uczestnicy/Uczestniczki projektu są zobowiązani/e do współdziałania z członkami zespołu projektowego w zakresie wszelkich działań podejmowanych dla potrzeb monitorowania projektu, tj.:
 - 1) wypełniania kwestionariuszy ankiet oceniających jakość oferowanego wsparcia;
 - 2) udzielania informacji na wezwanie zespołu projektu o wszelkich kwestiach związanych z uczestnictwem danej osoby w projekcie;
 - 3) uczestnictwa we wszystkich formach monitoringu prowadzonych przez instytucje uczestniczące w realizacji Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021–2027.
3. Uczestnicy/Uczestniczki na potrzeby monitorowania projektu są zobowiązani/e do:
 - 1) informowania zespołu projektu o wszelkich zmianach danych podanych w dokumentacji rekrutacyjnej w ciągu 7 dni od ich powstania;
 - 2) potwierdzania odbioru otrzymywanego wsparcia własnoręcznym podpisem (listy obecności, potwierdzenie odbioru materiałów szkoleniowych, cateringu).

§ 7

Obowiązki uczestników/uczestniczek

1. Uczestnicy/Uczestniczki projektu są zobowiązani do:
 - 1) przestrzegania niniejszego regulaminu;
 - 2) aktywnego i punktualnego udziału w przewidzianych dla nich w projekcie formach wsparcia, zaangażowania i staranności w działaniach oraz współpracy z zespołem projektu;
 - 3) udziału w badaniach ankietowych mających na celu pomiar satysfakcji z udzielonego wsparcia oraz pomiar innych czynników istotnych z punktu widzenia jakości wdrażanego projektu;
 - 4) potwierdzania każdorazowo obecności na poszczególnych zajęciach poprzez złożenie podpisu na liście obecności;
 - 5) wypełnienie ankiety i kwestionariusza psychologicznego na początku i po zakończeniu cyklu wsparcia mierzących poziom samopoczucia;
 - 6) informowania o planowanych nieobecnościach – telefonicznie lub e-mailowo;
 - 7) przestrzegania zasad współżycia społecznego;
 - 8) w przypadku wystąpienia sytuacji uniemożliwiającej dalszy udział w projekcie niezwłocznego złożenia pisemnego oświadczenia o rezygnacji.



- 9) udzielania instytucjom zaangażowanym w realizację Programu Fundusze Europejskie dla Rozwoju Społecznego 2021–2027 niezbędnych informacji dla celów ewaluacji, monitoringu, kontroli i sprawozdawczości.
2. W przypadku niestosowania się do powyższych zasad Organizator ma prawo skreślić uczestnika/uczestniczkę z listy uczestników projektu.

§ 8

Obowiązki Organizatora projektu

1. Organizator projektu jest zobowiązany do:
 - 1) realizacji wszystkich działań opisanych w § 5 niniejszego regulaminu;
 - 2) zapewnienia przerwy kawowej uczestnikom/uczestniczkom biorącym udział w grupowych sesjach wsparcia;
 - 3) zapewnienia materiałów szkoleniowych (notes, długopis, pendrive) uczestnikom/uczestniczkom szkoleń w ramach sesji grupowych;
 - 4) umożliwienia dostępu do biura projektu w dni robocze: poniedziałek-piątek (z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy).

§ 9

Zasady rezygnacji z uczestnictwa w projekcie

1. W przypadku rezygnacji z uczestnictwa w projekcie przed rozpoczęciem zajęć, uczestnik/uczestniczka projektu zobowiązuje się poinformować o tym fakcie osobiście lub telefonicznie Organizatora projektu w możliwie najwcześniejszym terminie.
2. Rezygnacja z udziału w projekcie następuje poprzez złożenie przez uczestnika/uczestniczkę podpisanego oświadczenia o rezygnacji z udziału w projekcie.
3. Uzasadnione przyczyny rezygnacji mogą wynikać z przyczyn zdrowotnych lub działania siły wyższej i z zasady nie mogą być znane przez uczestnika/uczestniczkę w momencie rozpoczęcia udziału w projekcie.
4. W przypadku rezygnacji z udziału w zajęciach, uczestnik/uczestniczka jest zobowiązana do zwrotu otrzymanych materiałów dydaktycznych najpóźniej w chwili złożenia pisemnego oświadczenia o rezygnacji.
5. Organizator zastrzega sobie prawo do wykreślenia uczestnika/uczestniczki z listy uczestników projektu w przypadku naruszenia postanowień niniejszego regulaminu oraz zasad współżycia społecznego, w szczególności w przypadku naruszenia nietykalności cielesnej innego słuchacza, psychologa, psychiatry lub pracownika Organizatora, udowodnionego aktu kradzieży lub szczególnego wandalizmu.



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



§ 10

Postanowienia końcowe

1. Sprawy nieuregulowane niniejszym regulaminem są rozstrzygane przez Organizatora.
2. Ostateczna interpretacja niniejszego regulaminu należy do Organizatora projektu zgodnie z wytycznymi dla instytucji biorących udział we wdrażaniu Funduszy Europejskich dla Rozwoju Społecznego.
3. Organizator projektu zastrzega sobie prawo do zmiany niniejszego regulaminu w trakcie trwania projektu.
4. Wszelkie zmiany w regulaminie będą publikowane na stronie internetowej projektu.
5. Organizator zobowiązuje się do zachowania w tajemnicy danych uczestników/uczestniczek projektu, które będą zbierane i przetwarzane zgodnie z przepisami Ustawy z dnia 13 czerwca 2016 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2016 r. poz. 922 z późn. zm.) w celach związanych z rekrutacją, monitoringiem, kontrolą i ewaluacją projektu.
6. Regulamin wchodzi w życie z dniem 01.01.2026 r.

Załączniki:

Formularz rekrutacyjny do projektu "Czas dla Opiekuna - Projekt Wzmocnienia Zdrowia Psychicznego Nieformalnych Opiekunów Seniorów".

Deklarację przystąpienia do projektu,

Oświadczenie o ukończeniu 60. Roku życia