

Regulamin Centrów Zdrowego i Aktywnego Seniora

§ 1

1. Centra Zdrowego i Aktywnego Seniora, zwane dalej „CZAS”, zostały utworzone przez Miasto Łódź w celu aktywizacji społecznej i edukacji zdrowotnej seniorów.
2. Za nadzór i koordynację CZAS odpowiedzialny jest Wydział Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Łodzi. Kontakt: Oddział ds. Polityki Senioralnej, 91-066 Łódź, ul. Zachodnia 47 pokój 132, tel. 42 638 47 30, e-mail: seniorzy@uml.lodz.pl.
3. Działalność Centrów Zdrowego i Aktywnego Seniora współfinansowana jest ze środków z budżetu Miasta Łodzi oraz środków własnych Miejskich Centrów Medycznych w Łodzi. Miejskie Centra Medyczne mogą pozyskiwać środki finansowe ze źródeł zewnętrznych na realizowanie działalności oraz zadań CZAS.
4. Centra Zdrowego i Aktywnego Seniora funkcjonują w strukturach:
 - 1) Miejskiego Centrum Medycznego „Bałuty”;
 - 2) Miejskiego Centrum Medycznego „Górna”;
 - 3) Miejskiego Centrum Medycznego „Widzew”;
 - 4) Miejskiego Centrum Medycznego im. dr. K. Jonschera w Łodzi.
5. Siedziby CZAS mieszczą się w przychodniach miejskich, w udostępnionych do tego celu przez Miejskie Centra Medyczne pomieszczeniach. Dane kontaktowe oraz godziny pracy Centrów Zdrowego i Aktywnego Seniora:
 - 1) CZAS CIESZKOWSKIEGO
ul. Cieszkowskiego 6
tel.: 665 004 038
e-mail: czas.cieszkowskiego@mcmgorna.pl
FB: www.facebook.com/CZASCieszkowskiego
Godziny pracy: pon. – pt. 9:00 - 18:00
 - 2) CZAS FELIŃSKIEGO
ul. Felińskiego 7
tel.: 697 404 697
e-mail: czas.felinskiego@mcmgorna.pl
FB: www.facebook.com/CZASFelinskiego
Godziny pracy: pon. – pt. 9:00 - 18:00
 - 3) CZAS LIBELTA
ul. Libelta 16
tel.: 42 655 30 39
e-mail: czas@mcmbaluty.pl
FB: www.facebook.com/CZASLibelta
Godziny pracy: pon. – pt. 9:00 - 18:00
 - 4) CZAS NASTROJOWA
ul. Nastrojowa 10
tel. 516 553 412
e-mail: czasnastrojowa@mcmbaluty.pl
FB: www.facebook.com/CZASNastrojowa
Godziny pracy: pon. – pt. 9:00 - 18:00

- 5) CZAS PRZYRODNICZA
ul. Przyrodnicza 7/9
tel. 42 617 12 32
e-mail: pkulik@jonscher.pl
FB: www.facebook.com/CZASPrzyrodnicza
Godziny pracy: pon. – pt. 9:00 - 18:00
- 6) CZAS RZGOWSKA
ul. Rzgowska 170
tel.: 665 005 612
e-mail: czas@mcmgorna.pl
FB: www.facebook.com/CZASRzgowska
Godziny pracy: pon. – pt. 9:00 - 18:00
- 7) CZAS SZPITALNA
ul. Szpitalna 6
tel.: 502 322 547
e-mail: czas@mcmwidzew.pl
FB: www.facebook.com/CZASWidzew
Godziny pracy: pon. – pt. 9:00 - 18:00
6. Opiekę nad każdym z Centrów Zdrowego i Aktywnego Seniora sprawują Koordynatorzy, do których zadań należy m.in. opracowywanie harmonogramów zajęć, nadzór nad prawidłową realizacją oferty oraz ewidencja Uczestników.
7. Z oferty CZAS mogą korzystać mieszkańcy Łodzi, którzy ukończyli 60 rok życia.
8. Warunkiem udziału w zajęciach i innych aktywnościach realizowanych przez CZAS jest akceptacja niniejszego regulaminu przez Uczestnika. Miejskie Centra Medyczne mogą realizować poszczególne zajęcia, warsztaty lub wydarzenia na podstawie odrębnych Regulaminów regulujących zasady danego rodzaju wydarzeń lub konkretnego wydarzenia.
9. Uczestnictwo w zajęciach, warsztatach i wydarzeniach organizowanych przez CZAS jest nieobowiązkowe oraz nieodpłatne. Działalność CZAS nie jest związana z osiąganiem przez Miasto Łódź, albo Miejskie Centra Medyczne zysku. Miasto Łódź oraz Miejskie Centra Medyczne nie są jednak zobowiązane do pokrywania wszystkich kosztów związanych z realizacją zajęć, warsztatów i innych wydarzeń, w szczególności kosztów strojów sportowych oraz materiałów warsztatowych.
10. Harmonogramy zajęć Centrów Zdrowego i Aktywnego Seniora są ustalane na okresy miesięczne. Aktualne harmonogramy CZAS dostępne są na stronie www.uml.lodz.pl/seniorzy, profilach CZAS na portalu Facebook oraz w siedzibach poszczególnych Centrów.
11. W trakcie aktywności realizowanych przez CZAS, za zgodą Uczestnika wyrażoną na piśmie, może być wykonywana dokumentacja fotograficzna, która będzie udostępniona w mediach społecznościowych oraz materiałach informacyjnych Urzędu Miasta Łodzi i/lub Miejskich Centrów Medycznych. Kwestię przetwarzania danych osobowych w tym zakresie reguluje odrębny regulamin.

§ 2

1. Celem funkcjonowania Centrów Zdrowego i Aktywnego Seniora jest:
 - 1) promowanie oraz wspieranie zdrowego i aktywnego trybu życia seniorów;
 - 2) integracja i aktywizacja społeczna seniorów;
 - 3) wspieranie rozwoju zainteresowań seniorów.

2. Centra Zdrowego i Aktywnego Seniora realizują swoje cele poprzez:
 - 1) organizowanie i realizowanie zajęć sportowo – rekreacyjnych, edukacyjnych, oraz prozdrowotnych;
 - 2) rozwijanie zainteresowań seniorów, w tym: organizowanie warsztatów, zajęć fakultatywnych i spotkań grup tematycznych;
 - 3) wspieranie oraz rozwój wolontariatu 60+;
 - 4) nawiązywanie współpracy z instytucjami, organizacjami pozarządowymi oraz innymi podmiotami, w celu realizacji wspólnych przedsięwzięć;
 - 5) inną działalność dla realizacji celów CZAS.
3. W Centrach Zdrowego i Aktywnego Seniora znajdują się sale wyposażone w komputery, rzutniki oraz infrastrukturę do wykorzystania na potrzeby m.in. wykładów, warsztatów, zajęć komputerowych lub sportowo – rekreacyjnych.
4. Z sal CZAS nieodpłatnie mogą korzystać seniorzy, którzy chcą podzielić się z innymi swoimi pasjami lub umiejętnościami (w formie wykładów bądź warsztatów), a także grupy seniorskie i międzypokoleniowe, które nie mają własnej siedziby (tj. grupy zainteresowań, grupy tematyczne, kluby dyskusyjne.). Zakres, częstotliwość oraz czas korzystania z ww. pomieszczeń określa Koordynator danego Centrum Zdrowego i Aktywnego Seniora.

§ 3

1. Prawa i obowiązki Uczestników Centrów Zdrowego i Aktywnego Seniora:
 - 1) Uczestnicy mają prawo do:
 - a) korzystania ze wszystkich form prowadzonej przez CZAS działalności, na zasadach określonych w niniejszym Regulaminie, w regulaminach poszczególnych wydarzeń oraz zgodnie z wytycznymi Koordynatorów,
 - b) inicjowania nowych przedsięwzięć,
 - c) korzystania z pomieszczeń, sprzętów i urządzeń przeznaczonych do wspólnego użytkowania, na zasadach określonych przez Miejskie Centra Medyczne oraz Koordynatorów,
 - 2) Do obowiązków Uczestników należy:
 - a) przestrzeganie niniejszego regulaminu i innych przepisów porządkowych obowiązujących w CZAS, jak również na terenie przychodni, w których znajdują się ich siedziby oraz stosowanie się do poleceń pracowników Miejskich Centrów Medycznych,
 - b) przestrzeganie zasad bezpieczeństwa,
 - c) przestrzeganie zasad i norm współżycia społecznego,
 - d) korzystanie z wyposażenia CZAS wyłącznie zgodnie z jego przeznaczeniem,
 - e) przestrzeganie zakazu spożywania posiłków i/ lub napojów poza strefą do tego wyznaczoną (kuchnia),
 - f) przestrzeganie zakazu wnoszenia i spożywania alkoholu oraz innych środków odurzających na teren CZAS,
 - g) przestrzeganie zakazu palenia tytoniu i wyrobów tytoniowych na terenie CZAS.
 - 3) Za wszelkie braki, uszkodzenia i zniszczenia wyposażenia CZAS oraz za straty przekraczające normalne zużycie lub powstałe w wyniku niewłaściwego użytkowania, odpowiedzialność ponosi korzystający.
 - 4) Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy Uczestników, które mogą zostać zgubione, uszkodzone, zniszczone lub skradzione podczas zajęć, warsztatów i innych

wydarzeń. Każdy z Uczestników ma obowiązek korzystać z zamykanych szafek w celu pozostawienia swoich rzeczy.

§ 4

Korzystanie z oferty CZAS

1. Udział w zajęciach, warsztatach i innych wydarzeniach z ograniczoną liczbą miejsc realizowanych przez Centra Zdrowego i Aktywnego Seniora jest możliwy wyłącznie po uprzednim zapisaniu się na wybrane aktywności.
2. Zapisy na zajęcia/ warsztaty i inne wydarzenia są prowadzone 25 dnia każdego miesiąca (jeśli 25 przypada na dzień wolny od pracy, ww. zapisy rozpoczynają się w najbliższy następujący po nim dzień roboczy) na miesiąc następny. Zgłoszenia przyjmowane są wyłącznie drogą telefoniczną, pod numerami poszczególnych Centrów Zdrowego i Aktywnego Seniora.
3. Instruktorzy CZAS mają prawo do niewpuszczenia na zajęcia osób, które nie dokonały wcześniejszego zapisu.
4. Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc korzystanie z oferty CZAS podlega następującym limitom:
 - 1) jedna osoba może zapisać się na max. 2 zajęcia w tygodniu, z ograniczoną liczbą miejsc w danym miesiącu,
 - 2) uczestnik/uczestniczka zobowiązuje się do zgłaszania koordynatorowi CZAS (osobiście lub telefonicznie) nieobecności lub niemożności uczestnictwa w zaplanowanych zajęciach, nie później niż na dzień przed planowanymi zajęciami. Nieusprawiedliwiona nieobecność na ww. zajęciach jest podstawą do wykreślenia z listy ich uczestników zajęć w danym miesiącu.
5. Miejskie Centra Medyczne mogą określać minimalną oraz maksymalną liczbę uczestników zajęć, warsztatów i innych wydarzeń.
6. Miejskie Centra Medyczne mogą odwoływać poszczególne zajęcia, lub zajęcia określonego rodzaju bez konieczności uzasadnienia takiej decyzji. O odwołaniu zajęć Miejskie Centra Medyczne w miarę możliwości powiadomią uczestników, którzy dokonali zapisu na dane zajęcia.
7. Przystąpienie do zajęć/ warsztatów jest równoznaczne z zapewnieniem ze strony Uczestnika, że stan jego zdrowia pozwala na udział w danej formie aktywności. Uczestnik powinien powstrzymać się od udziału w zajęciach, warsztatach i innych wydarzeniach jeżeli istnieją co do tego jakiejkolwiek przeciwwskazania, przede wszystkim zdrowotne oraz w powyższym zakresie bierze udział w ww. aktywnościach na własną odpowiedzialność.
8. Osoby, które mają wątpliwości, czy ze względu na swój stan zdrowia mogą uczestniczyć w proponowanych zajęciach, warsztatach i wydarzeniach, powinny zasięgnąć uprzedniej porady lekarskiej w tym zakresie.
9. Instruktorzy mają prawo do niewpuszczenia na zajęcia, warsztaty i inne wydarzenia, osób, które nie posiadają właściwego stroju lub wzbudzają uzasadnione wątpliwości, co do możliwości uczestniczenia w nich.
10. Miasto Łódź oraz Miejskie Centra Medyczne w Łodzi nie ubezpieczają Uczestników zajęć od następstw nieszczęśliwych wypadków.
11. Miasto Łódź oraz Miejskie Centra Medyczne w Łodzi nie ponoszą odpowiedzialności za kontuzje, nieszczęśliwe wypadki oraz szkody w mieniu, które mogą wystąpić w związku z uczestnictwem w zajęciach/ warsztatach i innych wydarzeniach organizowanych przez CZAS.

§ 5

1. Miasto Łódź zastrzega sobie możliwość wniesienia zmian do niniejszego Regulaminu. Aktualny Regulamin dostępny jest na stronie internetowej www.uml.lodz.pl/seniorzy, w siedzibie Wydziału Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Łodzi: Oddział ds. Polityki Senioralnej i Zdrowotnej, ul. Zachodnia 47 pokój 132 oraz w siedzibach poszczególnych Centrów Zdrowego i Aktywnego Seniora.
2. Sprawy nieuregulowane w niniejszym Regulaminie rozstrzygane są przez Miasto Łódź oraz Miejskie Centra Medyczne w Łodzi.