

**Wniosek do Budżetu Miasta Konina w ramach
Konińskiego Budżetu Obywatelskiego**

Urząd Miejski w Koninie
Biuro Obsługi Interesanta

30. 03. 2020

nr pisma UMK.12668.20
podpis

Imię i nazwisko Wnioskodawcy¹*:

Aleksandra Piętka

Adres Wnioskodawcy¹*:

Telefon kontaktowy do Wnioskodawcy¹*:

Adres e-mail Wnioskodawcy¹ (pole nieobowiązkowe):

Preferowana forma kontaktu Urzędu Miejskiego z Wnioskodawcą¹ (zaznaczyć właściwe):

- Kontakt telefoniczny
 Poczta e-mail

Nazwa zadania (prosimy o zmieszczenie się w maksimum 250 znakach)¹:

NAZWĘ ZADANIA WPISUJEMY WYŁĄCZNIE WIELKIMI LITERAMI!

PROGRAM ROZWOJU OSOBOWOŚCI - Wzrastamy W Miłości

Skrócony opis (prosimy o zmieszczenie się w maksimum 1000 znaków)¹.

Państwa skrócony opis będzie wykorzystywany na potrzeby promocji Projektów:

Proponujemy arteterapeutyczny program rozwoju osobowości "Wzrastamy W Miłości". Celem projektu jest zwiększenie odporności na stres poprzez odbudowę poczucia własnej wartości i wiary we własną skuteczność wśród mieszkanki i mieszkańców Konina. Proponujemy cykl sześciu spotkań w wymiarze pięciogodzinnym dla kobiet i mężczyzn, którzy chcą jeszcze bardziej poznać siebie, zrozumieć swoje zachowania i emocje. Odnaleźć źródła stresu, a także zmienić myślenie, a co za tym idzie podejście do życia. W ramach projektu realizujemy m.in. treningi samoakceptacji, asertywności, czy samowybaczenia. Projekt prowadzony jest przez Ewę Żukowską i Małgorzatę Potempę z Ośrodka Wspierania Rozwoju Osobistego. Warsztaty są tak opracowane, by służyć podniesieniu jakości zdrowia i życia, wspomóc uwalnianie stresu oraz przywrócić spokój i zaufanie.

Pełen opis (prosimy o zmieszczenie się w maksimum 3500 znaków)¹:

Proponujemy arteterapeutyczny program rozwoju osobowości "Wzrastamy W Miłości", który chcemy dla Państwa zorganizować w ramach Konińskiego Budżetu Obywatelskiego 2020. Celem programu jest zwiększenie odporności na stres poprzez odbudowę poczucia własnej wartości i wiary we własną skuteczność wśród mieszkanki i mieszkańców Konina.

Stres często jest wynikiem szybkiego tempa życia, natłoku informacji, trudności w relacjach, z czego wynikają problemy ze zdrowiem. Dlatego tak ważne jest aby zatrzymać się, wsłuchać się w siebie, odnaleźć źródło stresu i nauczyć się odpowiednio na niego reagować. Żyjemy w czasach gdy odporność na stres drastycznie maleje, a mimo to większość osób wymaga byśmy byli na niego odporni. Dlatego dobrze jest znaleźć chwilę by zatrzymać się, odbudować kontakt z samym sobą w czym pomocny może stać się cykl powyższych warsztatów. Jest on tak opracowany by służyć podniesieniu jakości zdrowia i życia, wspomóc uwalnianie stresu oraz przywrócić spokój, zaufanie i uśmiech na twarzach koninian!

W ramach projektu realizujemy m.in. treningi samoakceptacji, asertywności, czy samowybaczenia.

Program prowadzony jest przez Ewę Żukowską i Małgorzatę Potempę z Ośrodka Wspierania Rozwoju Osobistego.

Parę słów o prowadzących:

Ewa Żukowska, trener rozwoju osobistego, instruktor terapii tańcem, realizuje autorskie programy rozwoju osobowości, oparte na

odbudowie samouznania. Arteterapeuta i choreoterapeuta, negocjator i mediator, asystent rodzin w umacnianiu więzi rodzinnych, blogerka, autorka artykułów, e-booków i książki "Drogi do wolności". Od 13 lat prowadzi wraz z mężem Ośrodek Wspierania Rozwoju Osobistego w Gąskach. Lubi podróżować i czerpać inspirację z innych kultur. Prowadzi zarówno warsztaty jak i sesje indywidualne z możliwością łączenia się on line.

Małgorzata Potempa, to arteterapeuta, trener rozwoju osobistego, pedagog, nauczyciel przedszkolny, doradca zawodowy. Instruktor terapii tańcem i pasjonatka tańców w kręgu.

Moim celem jest propagowanie takich form pracy osobistej, by uczestnicy mogli podnieść jakość swojego życia, odkryć swój drzemiący potencjał tak by móc w pełni z niego korzystać i w ten sposób inspirować siebie i innych koninian do zmian!
A projekt "Wzrastamy W Miłości" spełnia te oczekiwania!

Harmonogram realizacji (pole nieobowiązkowe):

Rok 2021

Szacowany koszt:

20, 000

Oczekiwane rezultaty (pole nieobowiązkowe):

Dzięki uczestnictwie w warsztatach beneficjenci:

- potrafią wykorzystać osobiste zalety i predyspozycje,
- odzyskują energię do działania,
- są bardziej kreatywni i odważni w planowaniu i realizowaniu swoich celów,
- łatwiej znajdują pracę,
- zakładają własne firmy,
- odzyskują zdrowie i dobre samopoczucie,
- zwiększają odporność na stres,
- odzyskują siłę emocjonalną.

Potwierdzenie ogólnodostępności obiektu/terenu, na którym miałby być realizowany projekt, poprzez uzyskanie podpisu od zarządcy obiektu/terenu (jeśli dotyczy¹):

Data, podpis, pieczęć administratora obiektu

UWAGA !!!

Jeśli wniosek zakłada realizację wizji artystycznej Autora/Wnioskodawcy konieczne jest dołączenie propozycji w formie załącznika do niniejszego formularza.

- TAK
- NIE

.....t
Podpis Wnioskodawcy¹ (obowiązkowy)

¹ Niezbędne dane do wypełnienia przez Wnioskodawcę

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych

Zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. c oraz art. 7 ust. 1 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celu realizacji Konińskiego Budżetu Obywatelskiego.

Jednocześnie oświadczam, że zostałam/zostałem poinformowana/y o przysługującym mi prawie dostępu do treści moich danych oraz ich poprawiania, wycofania zgody na ich przetwarzanie w każdym czasie. Zgoda została wyrażona dobrowolnie zgodnie z art. 4 ust. 11 RODO.*

.....!

Podpis Wnioskodawcy (obowiązkowy)

Klauzula informacyjna

*Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 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. UE L 119 z 04.05.2016, str. 1), dalej „RODO”, informuję, że:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Gmina Miasta Konin reprezentowana przez *Prezydenta Miasta Konina, ul. Plac Wolności 1, 62-500 Konin.*
2. Może się Pani/Pan skontaktować się z Administratorem Danych za pomocą powołanego przez niego Inspektora Ochrony Danych Osobowych; kontakt: *adres e-mail: iod@konin.um.gov.pl*
3. Podstawą prawną przetwarzania Pani/Pana danych jest art. 5a Ustawy z dnia 8 marca 1990 roku o samorządzie gminnym (Dz. U. z 2019 r. poz. 506 ze zm.) oraz zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. c ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r.
4. Pani/Pana dane osobowe nie będą udostępniane innym odbiorcom niż upoważnione na podstawie przepisów prawa.
5. Pani/Pana dane osobowe będą przechowywane przez okres niezbędny do realizacji przez Gminę Miasta Konin obowiązków wynikających z realizacji zadań publicznych w ramach Konińskiego Budżetu Obywatelskiego.
6. Posiada Pani/Pan prawo dostępu do treści swoich danych oraz prawo ich sprostowania, usunięcia, ograniczenia przetwarzania, prawo wniesienia sprzeciwu.
7. W związku z przetwarzaniem Pani/Pana danych ma Pani/Pan prawo wniesienia skargi do organu nadzorczego, gdy uzna Pani/Pan, iż przetwarzanie danych osobowych Pani/Pana dotyczących narusza przepisy RODO.
8. Pani/Pana dane nie będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany, w tym również nie będą wykorzystywane do profilowania.

