POLSKI KOMITET POMOCY SPOŁECZNEJ
MAŁOPOLSKI ZARZĄD WOJEWÓDZKI
31-138 Kraków, ul. Lenartowicza 14
tel. 12 623-78-67

REGULAMIN CENTRUM AKTYWNOŚCI SENIORÓW „Optymista"

§ 1

Niniejszy Regulamin określa zasady funkcjonowania Centrum Aktywności Seniorów **„Optymista" w Krakowie, ul. Sienkiewicza 2A** w okresie 1.10.2026r. - 30.09.2029r.

§ 2

Organizatorem Centrum jest Małopolski Zarząd Wojewódzki PKPS.

§ 3

Cele i zadania CAS „ Optymista"

- Podniesienie aktywności społecznej, intelektualnej i prozdrowotnej osób w wieku 60+,
- Wsparcie aktywności fizycznej, zdrowia psychicznego i emocjonalnego,
- Podniesienie świadomości w zakresie zagrożeń i poczucia bezpieczeństwa,
- Wsparcie w budowaniu więzi wewnątrz i międzypokoleniowych,
- Budowanie pozytywnego wizerunku osób starszych,
- Przeciwdziałanie samotności i wykluczeniu,
- Rozwijanie pasji i zainteresowań uczestników,
- Podniesienie świadomości Seniorów o inicjatywach i działaniach Miasta Krakowa realizowanych dla osób starszych,
- Promocja idei wolontariatu i kształtowanie zachowań prospołecznych wśród uczestników CAS,
- Zachęcenie Seniorów do wspólnego uczestnictwa w jednodniowych wycieczkach turystyczno-krajoznawczych, wyjściach do muzeów, kin, teatrów, opery, filharmonii itp.
- Współpraca z innymi CAS-ami,
- Współpraca z właściwą komórką UMK.

Centrum realizuje swoje cele poprzez organizację działań rozwojowych w formie wykładów, warsztatów, aktywności fizycznych, treningów intelektualnych, wycieczek oraz wyjść poza

Centrum dla Seniorów w następujących kategoriach tj. Aktywny Senior, Zdrowy Senior, Bezpieczny Senior, Solidarny Senior oraz Świadomy Senior.

§ 4

Koordynator

Osobą nadzorującą zajęcia merytoryczne Centrum Seniora jest **Koordynator**, podlegający bezpośrednio **Dyrektorowi Małopolskiego Zarządu Wojewódzkiego PKPS w Krakowie**. Koordynator pełni dyżur w każdy czwartek w godzinach 10:30-13:30.

§ 5

CAS „Optymista" działa w ramach realizacji zadania publicznego pn. „Utworzenie oraz prowadzenie lokalnych Centrów Aktywności Seniorów", finansowanego ze środków Gminy Miejskiej Kraków na zasadach określonych w umowie zawartej pomiędzy Organizatorem a Gminą Miejską Kraków.

§ 6

Udział członków w zajęciach, spotkaniach, warsztatach, wydarzeniach i innych formach działalności Centrum Aktywności Seniorów, realizowanych w ramach zadania publicznego, jest nieodpłatny. Organizator dopuszcza możliwość dokonywania przez członków oraz inne osoby dobrowolnych wpłat na rzecz działalności CAS „ Optymista".

§ 7

Godziny funkcjonowania CAS

Centrum Seniora czynne jest 5 dni w tygodniu 4 godziny dziennie tj.: poniedziałki, wtorki, środy w godzinach od 15:00 do 19:00, a w czwartki i piątki od 10:00 do 14:00.

Informacja o godzinach otwarcia CAS jest umieszczona w widocznym miejscu w siedzibie CAS.

W czasie godzin otwarcia zgodnie z harmonogramem będą prowadzone zajęcia oraz tzw. Kawiarenka w ramach której uczestnicy mogą korzystać z przestrzeni CAS, dokonywać zapisów/wypisów, spotykać się i uzyskiwać informacje organizacyjne.

§ 8

Członkowie CAS „Optymista"

- Członkiem Centrum Seniora może być każdy mieszkaniec Gminy Miejskiej Kraków, który ukończył 60 rok życia.
- Osoba zainteresowana wypełnia deklarację członkowską do CAS oraz akceptuje niniejszy Regulamin.
- Udział w zajęciach i wydarzeniach CAS odbywa się na zasadach określonych w niniejszym Regulaminie oraz zasadach uczestnictwa dotyczących konkretnego wydarzenia.
- Senior może dokonać zapisu i korzystać z oferty maksymalnie 3 Centrów Aktywności Seniorów na terenie Gminy Miejskiej Kraków.
- Członek może w każdym czasie zrezygnować z udziału w CAS dokonując wypisu u Koordynatora.
- Mając na uwadze cel działania CAS „ Optymista'' jakim jest promocja idei wolontariatu i kształtowanie zachowań prospołecznych wśród uczestników CAS, członkom regularnie będą proponowane możliwości zaangażowania się w działalność wolontaryjną na rzecz CAS „Optymista" , innych Seniorów oraz społeczności lokalnej.
- Możliwości lokalowe, organizacyjne i finansowe CAS „ Optymista" mogą wpływać na ilość uczestników poszczególnych zajęć.

§ 9

Zasady udziału w zajęciach

1. Udział w zajęciach organizowanych przez CAS jest bezpłatny.
2. W przypadku zajęć, na które liczba miejsc jest ograniczona, a zainteresowanie przewyższa tę liczbę obowiązują wcześniejsze zapisy.

3. W przypadku dużego zainteresowania daną formą aktywności Koordynator może utworzyć listę rezerwową.
4. Zapisu na zajęcia i inne aktywności można dokonać osobiście w CAS u Koordynatora podczas dyżuru / Kawiarenki lub telefonicznie na numer CAS.
5. Osoby czynnie biorące udział w życiu Klubu, regularnie uczęszczające na zajęcia oraz aktywnie uczestniczące w działaniach prospołecznych będą miały pierwszeństwo zapisu na wybrane przez siebie aktywności.
6. Członek powinien poinformować CAS o niemożności udziału w zajęciach, na które się zapisał w terminie umożliwiającym wzięcie udziału w danej aktywności innej osobie. Każdy brak informacji skutkować będzie wpisaniem na listę rezerwową w przypadku zapisu na inną aktywność.
7. Organizator lub Koordynator mogą odwołać, przełożyć zajęcia z przyczyn organizacyjnych, technicznych, zdrowotnych lub innych niezależnych od Organizatora.
8. Informacja o odwołaniu lub zmianie terminu zajęć będzie przekazywana uczestnikom w możliwie najkrótszym terminie.
9. Szczegółowy harmonogram zajęć każdorazowo będzie publikowany w siedzibie CAS oraz w miarę możliwości przekazywany za pomocą kanałów elektronicznych.

§ 10

Wycieczki, wyjścia do Instytucji Kultury, aktywności, na które dokonywany jest zakup biletów

- W przypadku wydarzeń, wyjść, wycieczek i innych aktywności, na które obowiązują bilety i liczba miejsc jest ograniczona Organizator może wprowadzić odrębne zasady zapisów.
- Zasady te mają na celu umożliwić szeroki i równomierny dostęp uczestników do oferty CAS.
- W celu zapewnienia możliwie równego dostępu do oferty CAS, w przypadku dużego zainteresowania Koordynator może w pierwszej kolejności uwzględnić osoby, które nie korzystały wcześniej z danej lub analogicznej formy aktywności.

- W przypadku zwolnienia miejsca Organizator zaproponuje udział osobie znajdującej się na liście rezerwowej.

§ 11

Obowiązki członka CAS „Optymista" i zasady zachowania

1. Przestrzeganie niniejszego regulaminu.
2. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, przepisów BHP oraz sanitarnych.
3. Poszanowanie innych uczestników, pracowników, wolontariuszy i prowadzących zajęcia.
4. Dbanie o mienie CAS.
5. Korzystanie ze sprzętu zgodnie z jego przeznaczeniem.
6. Przestrzeganie zasad obowiązujących podczas konkretnych zajęć.
7. Niezakłócanie przebiegu zajęć.
8. Zachowanie kultury osobistej, powstrzymanie się od zachowań naruszających prawa lub godność innych osób (wulgaryzmy, agresja, ubliżanie itp.).
9. Na terenie CAS obowiązuje zakaz :
    - Przemocy fizycznej i psychicznej,
    - Gróźb,
    - Nękania innych osób,
    - Dyskryminowania innych uczestników,
    - Przebywania pod wpływem alkoholu lub innych substancji odurzających,
    - Palenia tytoniu i spożywania alkoholu,
    - Wnoszenia i pozostawiania w Centrum przedmiotów mogących być zagrożeniem dla mienia, zdrowia lub życia osób,
    - Wprowadzania zwierząt.

Nieprzestrzeganie Regulaminu i każdorazowe naruszenie powyższych zasad (pkt. 1-9) skutkować będzie usunięciem członka z Centrum Aktywności Seniorów „ Optymista".

§ 12

Prawa członka CAS

Każdy członek CAS „ Optymista" ma prawo do:

1. Korzystania z oferty CAS na zasadach określonych w Regulaminie.
2. Równego i podmiotowego traktowania.
3. Poszanowania godności i prywatności.
4. Wyrażania własnych opinii i propozycji.
5. Zgłaszania pomysłów dotyczących działalności CAS.
6. Informacji o planowanych działaniach CAS.
7. Zgłaszania potrzeb związanych z dostępnością.
8. Rezygnacji z udziału w wybranych zajęciach.
9. Rezygnacji z uczestnictwa w CAS.

§ 13

Odpowiedzialność

- Każdy członek CAS zobowiązany jest do zachowania ostrożności odpowiedniej do rodzaju zajęć (w szczególności podczas tych wymagających wysiłku fizycznego, aktywności ruchowej lub zwiększonego zaangażowania fizycznego).
- Organizator może odmówić udziału w zajęciach osobie, której zachowanie stwarza bezpośrednie zagrożenie dla niej samej lub innych osób.
- Uczestnik odpowiada za szkody wyrządzone przez siebie umyślnie lub wskutek niedbalstwa.
- Organizator nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione bez nadzoru na terenie CAS.
- W przypadku wydarzeń odbywających się poza siedzibą CAS uczestnicy zobowiązani są do przestrzegania dodatkowych zasad bezpieczeństwa określonych przez Organizatora.

§ 14

Inni uczestnicy

W zajęciach klubowych, wykładach, prelekcjach, wyjściach w ramach współpracy z PTTK oraz imprezach sportowo – rekreacyjnych oferowanych przez CAS „ Optymista'' mogą uczestniczyć również członkowie innych CAS w miarę posiadanych miejsc organizatora. Nie dotyczy to zajęć : Aqua Senior, Sprawny Senior, Zdrowie na talerzu, Świętujemy Razem oraz wycieczek i biletowanych wyjść do Instytucji Kultury.

§ 15

Nie przestrzeganie regulaminu Centrum będzie skutkować pozbawieniem członkostwa w CAS „ Optymista". Decyzję o wypisie podejmuje Dyrektor Małopolskiego Zarządu Wojewódzkiego PKPS na wniosek Koordynatora.

§ 16

Zabrania się wszelkich działań w imieniu Centrum przez osoby do tego nieuprawnione.

§ 17

Udział w działalności CAS oznacza akceptację niniejszego Regulaminu w zakresie dotyczącym uczestnika.

Regulamin jest dostępny w siedzibie CAS.

Regulamin wchodzi w życie z dniem 1.10.2026r.

DYREKTOR
BIURA MAŁOPOLSKIEGO ZARZĄDU WOJEWÓDZKIEGO
PKPS
mgr Józef Grzybczyk