

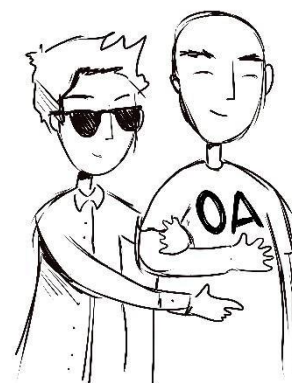
Regulamin projektu „Decyduję, więc jestem -2026 (wersja łatwa do czytania i rozumienia)



Część pierwsza

Jakie są najważniejsze zasady projektu?

1. Ten regulamin przygotowali pracownicy Fundacji Sowelo.
Ta Fundacja organizuje usługi asystencji osobistej
2. Usługi asystencji osobistej organizujemy po to żeby osoby niepełnosprawne mogły decydować o swoim życiu i być aktywne w sposób, w jaki wybrały.
3. W naszym projekcie nie będziesz płacić za wsparcie asystenta.
4. **Nasz projekt zaczyna się 5 stycznia 2026 roku, a kończy 31 grudnia 2026 roku.**



W tym okresie osoby niepełnosprawne mogą korzystać ze wsparcia asystenta.

5. W chwili, kiedy wspiera Cię asystent z naszej Fundacji, nie możesz korzystać z:

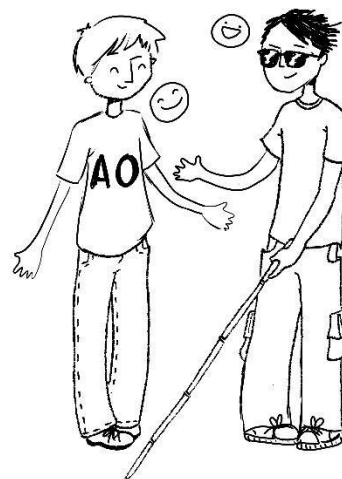
- Usług opiekuńczych;
- Specjalistycznych usług opiekuńczych;
- Asystencji osobistej i usług wytchnieniowych, za które płaci Fundusz Solidarnościowy;
- Wsparcia, za które płaci Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON);
- Wszystkich innych usług asystencji osobistej albo wytchnieniowych, które są opłacane przez państwo.

6. Asystent powinien pracować w taki sposób

żeby osoba niepełnosprawna czuła się z nim **dobrze i bezpiecznie.**

7. Asystent powinien podczas pracy **przestrzegać zasad, które obowiązują między ludźmi w codziennym życiu.**

Oprócz tego, Fundacja Soweło opracowała zasady pracy asystenta, których asystent musi przestrzegać podczas swojej pracy. Te zasady każdy asystent powinien przeczytać na stronie internetowej projektu zanim zacznie wspierać Ciebie albo Twoje dziecko.

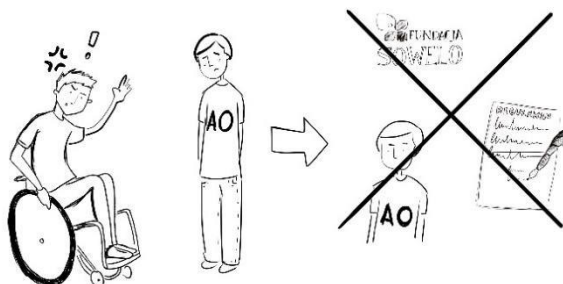


8. Asystent nie powinien oceniać na przykład tego, w co wierzysz, co lubisz, w jaki sposób i z kim spędzasz czas.

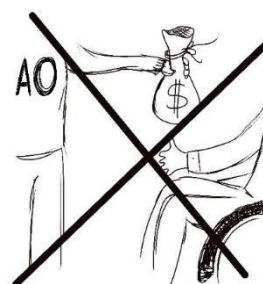


9. Jeśli Ty lub Twój opiekun będziecie **obrażać albo lekceważyć pracowników Fundacji**

Sowelo to Fundacja Sowelo może nie zorganizować dla Ciebie wsparcia asystenta.



10. Asystent nie może płacić za Twoje wydatki ani pożyczać Tobie pieniędzy.



11. Twój asystent ma wspierać Ciebie, a nie inne osoby z Twojej rodziny.

Część druga

Kogo i w jaki sposób wspierają asystenci w ramach projektu?

1. W naszym projekcie asystenci mogą wspierać osoby niepełnosprawne, które mieszkają w **Poznaniu albo:**

powiecie pilskim, czyli w gminach:

- Piła
- Kaczory,



- Łobzenica,
- Miasteczko Krajeńskie,
- Ujście,
- Wyrzysk,
- Wysoka,
- Białośliwie,
- Szydłowo,

powiecie poznańskim, czyli w gminach:

- Buk,
- Kostrzyn,
- Kórnik,
- Mosina,
- Murowana Goślina,
- Pobiedziska,
- Stęszew,
- Swarzędz,
- Czerwonak,
- Dopiewo,
- Kleszczewo,
- Komorniki,
- Rokietnica,
- Suchy Las,
- Tarnowo Podgórne,
- Luboń,
- Puszczykowo.

Powiecie kolskim, czyli w gminach :



- **Koło,**
- **Przedecz,**
- **Kłodawa,**
- **Dąbie,**
- **Osiek Mały,**
- **Babiak,**
- **Grzegorzew,**
- **Olszówka,**
- **Chodów,**
- **Koło,**
- **Kościelec**

Powiecie oleskim, czyli w gminach :

- **Olesno,**
- **Dobrodzień,**
- **Gorzów Śląski,**
- **Praszka, Radłów,**
- **Rudniki i Zębowice;**

Powiatu namysłowskiego czyli gminach

- **Namysłów,**
- **Domaszowice,**
- **Pokój,**
- **Świerczów**
- **Wilków**

Powiecie kluczborskiego, czyli gminy :

- **Kluczbork,**
- **Wołczyn,**



- **Byczyn**
- **Lasowice Wielkie**

2. Ze wsparcia asystenta w naszym projekcie możesz korzystać **jeśli masz ważne orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności**. Ze wsparcia asystenta w naszym projekcie może też korzystać dziecko, którego jesteś rodzicem albo opiekunem prawnym.

Takie dziecko musi spełnić **te wszystkie warunki**:

- mieć co najmniej 2 lata,
- mieć ważne orzeczenie o niepełnosprawności, w którym jest napisane, że potrzebuje stałej opieki oraz wsparcia podczas leczenia, rehabilitacji i nauki.

3. Ze wsparcia asystentów w naszym projekcie może skorzystać **67 osób**.

Wśród tych osób musi być:

- **16 osób** dorosłych z orzeczonym znacznym stopniem niepełnosprawności, z niepełnosprawnością sprzężoną.

Każda z tych osób może skorzystać najwyżej z **840** godzin wsparcia asystenta;

- **36 osób** dorosłych ze znacznym stopniem niepełnosprawności (bez niepełnosprawności sprzężonej). Każda z tych osób może w projekcie skorzystać najwyżej z **720** godzin wsparcia asystenta;
- **2 osoby** dorosłe z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności z niepełnosprawnością sprzężoną.

Każda z tych osób może w projekcie skorzystać najwyżej z **480** godzin wsparcia asystenta;

- **13 dzieci** z orzeczoną niepełnosprawnością, które w swoich orzeczeniach mają zapis o konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie



ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji oraz konieczności stałego współdziałania na co dzień opiekuna dziecka w procesie jego leczenia, rehabilitacji i edukacji.

(Jeśli nie jesteś pewien, czy w orzeczeniu Twojego dziecka jest taki tekst poproś o pomoc bliską osobę).

Każde z tych dzieci może skorzystać najwyżej z **360** godzin wsparcia asystenta;

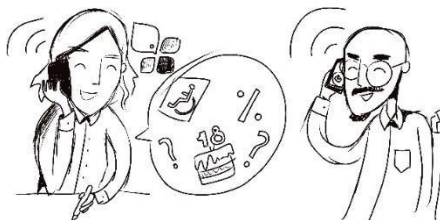
Ilość przyznanych godzin będzie zależna od środków przyznanych na realizację projektu.

4. Osoby, które:

- Same mieszkają i prowadzą dom. I nikt nie pomaga im w codziennym życiu
- Mieszkają z inną osobą z niepełnosprawnością
- Mieszkają w pieczy zastępczej
- Przebywają w placówkach opiekuńczo-wychowawczych

Te osoby jako pierwsze skorzystać ze wsparcia asystentów w naszym projekcie.

5. Jeśli chcesz skorzystać z pomocy asystenta, jak najszybciej zgłoś się do udziału w projekcie.

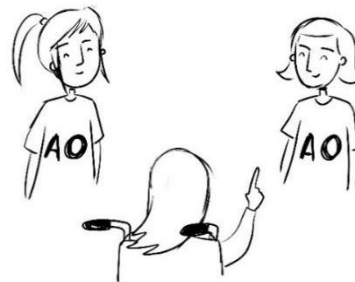


6. W okresie, kiedy korzystasz ze wsparcia asystenta w naszym projekcie możesz korzystać też ze wsparcia asystentów w innych projektach. Ale w projektach, za które płaci państwo nie możesz mieć **razem** więcej godzin usług asystencji osobistej w ciągu roku niż jest to napisane w poprzednim punkcie.
7. W okresie, kiedy dziecko, którego jesteś rodzicem albo opiekunem prawnym korzysta ze wsparcia asystenta w naszym projekcie może ono korzystać też ze wsparcia asystentów w innych projektach.

Ale w projektach, za które płaci państwo nie może mieć **razem** więcej niż **360 godzin wsparcia asystenta** w ciągu roku.

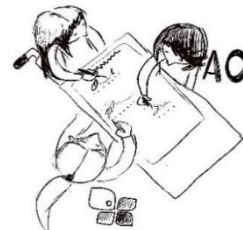
8. Jeśli korzystasz lub Twoje dziecko korzysta z usług asystencji osobistej w ramach innych projektów napisz o tym w odpowiednim miejscu formularza zgłoszeniowego do naszego projektu.
9. W ramach projektu będzie Ci pomagać asystent, którego **wyберzesz Ty** albo Twój opiekun prawny.

Twoim asystentem może być każda osoba, którą wybierzesz Ty lub Twój opiekun prawny **jeśli nie należy do Twojej rodziny i nie mieszka z Tobą.**



10. W naszym projekcie jako członków rodziny traktujemy:

- rodziców i dzieci,
- rodzeństwo;
- wnuki;
- dziadków;
- teściów;
- macochę i ojczyma;



11. Jeśli wybierasz asystenta dla siebie albo swojego dziecka, musisz podpisać dokument, który mówi o tym, że asystent, którego wybierasz jest przygotowany żeby wspierać Ciebie albo Twoje dziecko.

Jeśli pisanie sprawia Ci trudność, powiedz pracownikowi Fundacji Sowelo, że asystent, którego wybierasz jest przygotowany żeby wspierać Ciebie albo Twoje dziecko.

Pracownik Fundacji Sowelo sam przygotowuje wtedy odpowiedni dokument.

12. Jeśli nie znasz żadnej osoby, którą możesz wybrać jako swojego asystenta,

Fundacja Sowelo zaproponuje Ci kandydata na asystenta.

Tym kandydatem będzie osoba, która skończyła szkołę lub studia na kierunku przygotowującym do wspierania osób niepełnosprawnych w codziennym życiu.



Tym kandydatem może być też osoba, która przez co najmniej pół roku wspierała osoby niepełnosprawne w codziennym życiu podczas swojej pracy albo kiedy była wolontariuszem.

13. Jeśli masz **mniej niż 16 lat** albo jesteś osobą ubezwłasnowolnioną to Twoim asystentem

może być tylko osoba, która nie była karana przez sąd za

przestępstwo. Taka osoba musi pokazać pracownikowi Fundacji Sowelo odpowiednie dokumenty.

14. Jeśli Twoje dziecko potrzebujące wsparcia asystenta ma mniej niż 16 lat to jego asystentem **może być tylko osoba, która nie była karana przez sąd za**

przestępstwo. Taka osoba musi pokazać pracownikowi Fundacji Sowelo odpowiednie dokumenty.

Asystent może pomagać Tobie najwyżej

przez dwanaście godzin bez przerwy. **Jeśli potrzebujesz pomocy przez dłuższy czas, powiedz o tym koordynatorowi projektu.**

> 12h

15. Twój asystent może wspierać Ciebie o każdej porze:

- w dzień i w nocy;
- w każdy dzień tygodnia;
- w zwykłe dni i w święta.



16. Przez cały czas uczestnictwa w projekcie **będziesz współpracował z jednym asystentem, którego wybrałeś.**

Ale jeśli Twój asystent na przykład zachoruje **to może Ci pomóc inny asystent**, którego wyznaczy Fundacja Sowelo.

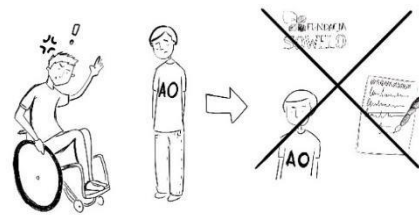


17. Zanim zaczniesz korzystać z pomocy asystenta musisz podpisać ze swoim asystentem i Fundacją Sowelo dokument opisujący to, **w jaki sposób będziesz korzystać z pomocy asystenta. Taki dokument określi minimalną liczbę godzin usług asystenckich,**

Z których możesz skorzystać podczas udziału w projekcie.

Ta liczba może się zwiększyć, jeśli Fundacja Sowelo zdobędzie dodatkowe pieniądze żeby zapłacić asystentom za ich pracę.

18. Jeśli Ty lub Twój opiekun będziecie **obrażać albo lekceważyć pracowników Fundacji Sowelo to Fundacja Sowelo może nie zorganizować dla Ciebie wsparcia asystenta**



Część trzecia

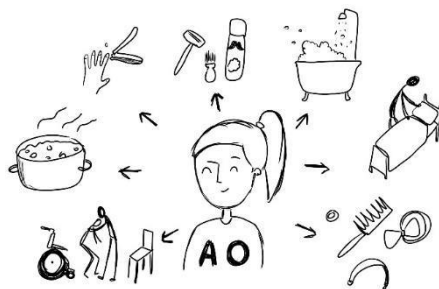
W jakich czynnościach może pomagać Ci asystent?

Asystent może Ci pomóc na przykład:



1. W codziennej samoobsłudze:

- myciu głowy, myciu ciała, kąpieli;
- czesaniu;
- goleniu;
- obcinaniu paznokci rąk i nóg;
- zmianie pozycji, na przykład przesiadaniu się z łóżka albo krzesła na wózek, ułożeniu się w łóżku,
- zapobieganiu odleżynom i odparzeniom;
- przygotowaniu i spożywaniu jedzenia i picia;
- ścieleniu łóżka i zmianie pościeli
- zrobieniu prostego makijażu.
- zmianie pieluchomajtek i wkładów higienicznych;
- przygotowaniu jedzenia i picia
- zjedzeniu i napieniu się



(także jeśli używasz PEGa albo sondy).

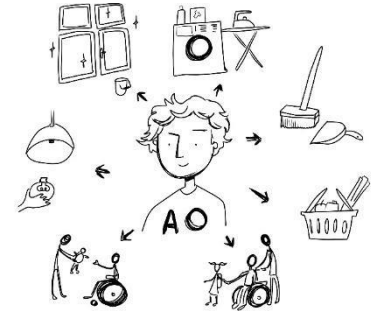
2. Dbaniu o dom, siebie i inne osoby:

- sprzątanii mieszkania;
- myciu okien (**tylko jeśli mieszkasz sama lub sam. I tylko 2 razy do roku**);
- robieniu zakupów;
- czyszczeniu i naprawie urządzeń potrzebnych na co dzień (o ile nie jest do tego potrzebna duża wiedza);



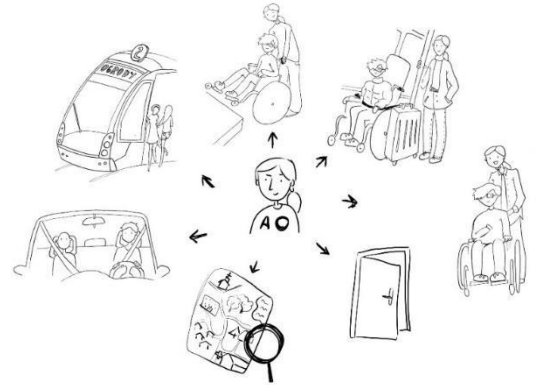
- praniu i prasowaniu ubrań i pościeli;
- podaniu dziecka do karmienia, podniesieniu, przeniesieniu lub przewinięciu go,
- odebraniu Twojego dziecka ze żłobka, przedszkola albo szkoły

(tylko jeśli pójdziesz tam razem ze swoim asystentem).



3. W przemieszczaniu się poza domem:

- pchaniu wózka, na którym siedzisz;
- wejściu na krawężnik albo schody;
- otwarciu drzwi;
- zorientowaniu się w terenie;
- wsiadaniu do i wysiadaniu z: tramwaju, autobusu, samochodu, pociągu;
- podróży tramwajem, autobusem, pociągiem albo taksówką.
- podróży z uczestnikiem projektu jego samochodem lub samochodem asystenta.



4. Realizowaniu swoich planów i kontaktach z otoczeniem:

- wyjściu na spacer;
- wyjściu na przykład do: kina, teatru, muzeum, kościoła, restauracji albo kawiarni na koncert albo festyn



przekazał Twoje **dane osobowe** (na przykład imię,
nazwisko i adres) innej **osobie**
(na przykład Twojemu asystentowi)
albo **urzędowi** (na przykład
ministerstwu, które płaci za pracę
asystentów i chce wiedzieć, kto
korzysta z ich wsparcia).

- Kopię Twojego orzeczenia o stopniu niepełnosprawności
albo orzeczenia o niepełnosprawności Twojego dziecka
(w orzeczeniu Twojego dziecka musi być napisane, że
potrzebuje ono opieki na stałe albo przez długi czas).

Te dokumenty możesz wypełnić ręcznie albo wypełnić na
komputerze, a potem wydrukować.

Jeśli potrzebujesz wsparcia w wypełnieniu tych dokumentów
pomoże Ci jedna z koordynatorek projektu:

Pani **Hanna Łęcka**, której numer telefonu to **733 193 334**.

Pani **Aleksandra Grabowska-Szymańska** której numer telefonu
to **533 112 769** i powiedz jej o tym.

Koordynatorka projektu może odebrać Twój telefon
od poniedziałku do piątku od godz 8 do godz14.

2. Wypełnione i podpisane dokumenty możesz:

- Wysłać pocztą na adres Fundacji Sowelo.



Adres Fundacji Sowelo to:

ulica Grunwaldzka 19, lokal 3.15.

60 -782 Poznań.

- Przynieść do biura Fundacji Sowelo (adres powyżej) albo poprosić o to inną osobę.

Wcześniej zadzwoń do Koordynatorki projektu i powiedz, kiedy chcesz przynieść dokumenty.

3. Pamiętaj, że:

- Nie możesz zgłosić się do naszego projektu przez telefon ani wysłać nam dokumentów mailem;
- Do projektu możemy przyjąć tylko osoby, które przyniosą **wszystkie** potrzebne dokumenty.

Nie możesz donieść dokumentów później.

4. Każda osoba, która zgłosi się do projektu w ciągu 14 dni mailem lub pocztą dostanie dokument

- Potwierdzający, że została przyjęta albo
- Odmawiający przyjęcia do projektu (i tłumaczący dlaczego)

Część piąta

Inne ważne zasady projektu



1. Gdy korzystasz z pomocy asystenta, **to na ile możesz bądź aktywna/aktywny podczas wykonywania danej czynności.**

Kiedy asystent Ci pomaga

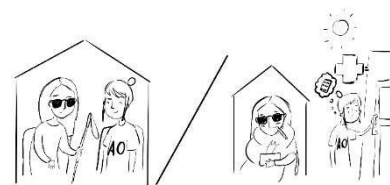
to musisz być zawsze w tym samym miejscu, co Twój asystent. Ale

kiedy jesteś chora/chory to Twój asystent może pójść sam po

lekarstwa albo zakupy dla Ciebie.



3. Asystent może wspierać Ciebie w Twoim mieszkaniu albo w innym miejscu gdzie będziesz potrzebować pomocy.



Asystent nie może wspierać Cię poza granicami Polski.

4. Jeśli **rezygnujesz** ze wsparcia asystenta w danym dniu powiedz o tym swojemu asystentowi. **Pamiętaj, że on zarezerwował swój czas żeby Tobie pomóc.**



5. Jeśli nie będziesz gotowy na spotkanie z asystentem **a nie odwołasz** tego spotkania **najpóźniej dzień wcześniej, to godziny wsparcia asystenta, których nie wykorzystasz, przepadną.**

6. Czasami między Tobą, a Twoim asystentem mogą się zdarzyć trudne sytuacje, a nawet kłótnie.

Spróbujcie rozwiązać trudne sytuacje między sobą.

Nie decydujcie się zbyt szybko na zakończenie współpracy.



7. Jeśli **trzy razy złamiesz zasady tego regulaminu** albo **zasady ogólnie obowiązujące między ludźmi**, to **Fundacja Sowelo może wykluczyć Ciebie z projektu.**

Zdecydować o tym może tylko koordynator projektu.

8. Czasem może się zdarzyć tak, że asystent będzie mógł Ci **pomóc zdalnie**, na przykład przez telefon albo komunikator internetowy. Może tak się zdarzyć na przykład kiedy asystent będzie pomagał Tobie wypełnić dokumenty urzędowe albo kupić coś **przez Internet.**

Tak też mogą wyglądać usługi asystencji osobistej. Ale jeśli **tylko rozmawiasz** ze swoim

asystentem na jakiś temat przez telefon albo komunikator **to nie**

jest usługa asystencji osobistej. Fundacja Sowelo nie zapłaci

asystentowi za to, że z Tobą rozmawia, jeśli w tym czasie nie

pomaga Ci robić innych rzeczy.

9. Pracownik Fundacji Sowelo może zapytać Ciebie, czy razem ze swoim asystentem uczestniczyłeś/uczestniczyłeś

na przykład w wydarzeniu kulturalnym albo sportowym.

Odpowiedz zgodnie z prawdą.

