



Regulamin udziału w warsztatach z cyklu „NATURALNA AKADEMIA ZIEMI ŁUKOWSKIEJ”

Warsztaty są organizowane przez Lokalną Grupę Działania „RAZEM KU LEPSZEJ PRZYSZŁOŚCI”, finansowane z PROW na lata 2014-2020, w ramach EFRROW, działanie 19. Wsparcie dla rozwoju lokalnego w ramach inicjatywy LEADER, poddziałanie 19.3 „Przygotowanie i realizacja działań w zakresie współpracy z lokalną grupą działania”

§ 1

POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Niniejszy Regulamin określa zasady przeprowadzenia rekrutacji i udziału w **5 jednodniowych warsztatach z cyklu „NATURALNA AKADEMIA ZIEMI ŁUKOWSKIEJ”**, finansowanych z PROW na lata 2014-2020, w ramach EFRROW, działanie 19. Wsparcie dla rozwoju lokalnego w ramach inicjatywy LEADER, poddziałanie 19.3 „Przygotowanie i realizacja działań w zakresie współpracy z lokalną grupą działania”, realizowanych w ramach projektu współpracy „Promocja Turystyki tudzież Kultury” (akronim PTtK).
2. Organizatorem warsztatów jest Lokalna Grupa Działania „RAZEM KU LEPSZEJ PRZYSZŁOŚCI” z siedzibą przy ul. Świderskiej 12, 21-400 Łuków (zwana dalej LGD „RAZEM”).
3. Warsztaty odbędą się na terenie obszaru LGD „RAZEM” w terminach i miejscach wskazanych w § 5 ust. 1.
4. Każda osoba ubiegająca się o udział w warsztatach zobowiązana jest zapoznać się z treścią niniejszego Regulaminu, a udział w warsztatach możliwy jest po uprzedniej akceptacji wszystkich jego postanowień.
5. Niniejszy regulamin jest jedynym dokumentem określającym zasady udziału w warsztatach.
6. Regulamin będzie udostępniony na stronie www.lgdrazem.pl oraz w siedzibie Organizatora.

§ 2

CEL WARSZTATÓW

1. Celem warsztatów jest wzmocnienie kapitału społecznego mieszkańców obszaru LGD „RAZEM” poprzez podnoszenie wiedzy w zakresie wykorzystania ziół i naturalnych produktów do stworzenia ziołowej apteczki, ekologicznych środków czystości oraz wykorzystanie okolicznych roślin i zapasów ze spichlerza do przygotowania potraw z kuchni staropolskiej.

§ 3

WYBÓR TEMATÓW

1. Mieszkańcy obszaru LGD „RAZEM”, za pośrednictwem ankiety on-line opublikowanej 14.12.2023 r. na stronie FB LGD oraz www.lgdrazem.pl, wybrali **5 tematów warsztatów** z cyklu „NATURALNA AKADEMIA ZIEMI ŁUKOWSKIEJ”. Jedna osoba mogła zagłosować tylko jeden raz.
2. Warsztaty, z największą liczbą punktów, zostaną zorganizowane przez LGD „RAZEM” w 5 gminach, z których otrzymano największą liczbę głosów .
3. Wyniki ankiety zostały opublikowane 28.12.2023 r. na stronie FB LGD oraz www.lgdrazem.pl, a przedstawia je poniższa tabela:



Wybrany TEMAT warsztatu oraz osoba prowadząca warsztat	I. osób	%
NATURALNA APTECZKA – ODPORNOŚĆ NATURALNIE! - Agata Kwaśna-Nowak	31	33%
KUCHNIA WIEJSKA I DWORSKA NA PRZEDWIOŚNIU - Justyna Pargieła	15	16%
NIEZBĘDNA DOMOWA APTECZKA ZIOŁOWA, JAK DAWNIEJ BYWAŁO - Justyna Pargieła	15	16%
AROMATERAPIA - PACHNĄCA MOC ROŚLIN - Agata Kwaśna-Nowak	12	12.8%
EKO-DOM - NATURALNE SPRZĄTANIE - Agata Kwaśna-Nowak	10	10.6%

Nazwa gminy, w której zostanie zorganizowany warsztat		
Łuków	29	30.9%
Stanin	20	21.3%
Stoczek Łukowski - gmina	19	20.2%
Krzywdą	8	8.5%
Wola Mysłowska	5	5.3%

- Osoby, które wzięły udział w ankiecie otrzymają dodatkowy 1 punkt w procesie rekrutacji na wybrany przez siebie warsztat.

§ 4

ZASADY UCZESTNICTWA W WARSZTATACH

- Udział w warsztatach jest bezpłatny.
- Do udziału w warsztatach mogą się zgłosić wszyscy mieszkańcy obszaru LGD „RAZEM”, tj. gmin: Łuków, Adamów, Krzywdą, Stanin, Wola Mysłowska, Wojcieszków, Trzebieszów, Gmina Stoczek Łukowski, Serokomla oraz Miasto Stoczek Łukowski.
- Jedna osoba może wziąć udział tylko w jednym wybranym przez siebie warsztacie, spośród tematów wskazanych w § 5 ust. 1.
- Liczba uczestników warsztatów jest ograniczona (max. 20 osób na każdym warsztacie).
- Warunkiem uczestnictwa w warsztatach jest wypełnienie, podpisanie i dostarczenie oryginału do Biura LGD w Łukowie mieszczącego się przy ulicy Świderskiej 12 lub przesłanie skanu/zdjęcia formularza zgłoszeniowego na adres poczta@lgdrazem.pl (załącznik nr 1 do niniejszego Regulaminu) zgodnie z harmonogramem wskazanym § 5 ust. 1.
- Kryteria punktowe:**
 - Udział w ankiecie on-line – **1 pkt**
 - Osoba z grupy defaworyzowanej (kobieta lub osoba poniżej 35 r.ż. lub osoba powyżej 50 r.ż.) – **1 pkt**
- W przypadku równej liczby punktów decyduje kolejność zgłoszeń (data i godzina dostarczenia zgłoszenia do Biura LGD/wpływu skanu podpisanego zgłoszenia na skrzynkę mailową poczta@lgdrazem.pl).
- LGD „RAZEM” zapewnia uczestnikom obiad i poczęstunek podczas przerwy kawowej.
- Warsztaty zostaną przeprowadzone w miejscu i terminach wskazanych w § 5 ust. 1 przez następujące prowadzące:
 - Justyna Pargieła** - ziołoznawca, towaroznawca zielarski, kosmetyków i żywności funkcjonalnej, zielarz – fitoterapeuta, naturopata, absolwentka kursów Terapie Biologiczne u dr Henryka Różańskiego, psychodietetyk, wykład. w Instytucie Zielarstwa Polskiego i Terapii Naturalnych, autorka książki Diczujemy w kuchni - 24 rośliny, które mogą być Twoim pożywieniem.



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

- Agata Kwaśna Nowak - magister farmacji, naturoterapeuta, prowadzi szkolenia promujące życie w przyjaźni z naturą, prowadzi siedlisko zielarskie La La LAS.

10. Prowadzące warsztaty zapewnią uczestnikom materiały niezbędne do realizacji warsztatów.

§ 5 HARMONOGRAM

1. Harmonogram realizacji warsztatów, w tym miejsce i terminy przedstawia poniższa tabelka:

Warsztat	Termin warsztatów	Miejsce	Termin przestania zgłoszenia upływa:
<p>Temat: EKO-DOM - NATURALNE SPRZĄTANIE Prowadząca: Agata Kwaśna-Nowak</p> <p>Program: Wykorzystywanie roślin i naturalnych środków w ekologicznym sprzątaniu swoich gospodarstw domowych. Dzięki warsztatom wzrasta świadomość, zmniejsza się konsumpcjonizm, dzięki czemu chronimy przyrodę. Wykład plus praktyka. Każdy z uczestników wykonuje 4-5 preparatów ziołowych, które zabiera do domu.</p>	<p>24.01.2024 r. (10:00 – 13.45)</p>	<p>Gmina Krzywdą sala w Centrum Kultury w budynku dworca PKP ul. Kolejowa 1B</p>	<p>19.01.2024 r., do godz. 15:00</p>
<p>Temat: NATURALNA APTECZKA – ODPORNOŚĆ NATURALNIE! Prowadząca: Agata Kwaśna-Nowak</p> <p>Program: Wykorzystanie ziół oraz naturalnych produktów - stworzenie ziołowej, naturalnej apteczki. Zioła, nalewki, zimowa herbatka rozgrzewająca, złota pasta do mleka, oxymel - czyli naturalne sposoby na wsparcie naszego zdrowia w okresie jesienno-zimowym. Wykład plus praktyka. Każdy z uczestników wykonuje 4-5 preparatów ziołowych, które zabiera do domu.</p>	<p>25.01.2024 r. (10:00 – 13:45)</p>	<p>Gmina Wola Mysłowska sala konferencyjna UG, Wola Mysłowska 57</p>	<p>22.01.2024 r., do godz. 15:00</p>
<p>Temat: KUCHNIA WIEJSKA I DWORSKA NA PRZEDWIOŚNIU Prowadząca: Justyna Pargieła</p> <p>Program: Wykorzystanie okolicznych roślin oraz zapasów ze spichlerza. Lędźwian, olej z Inianki i maku, mąka z krzycy oraz kiszony barszcz z barszczu. Zapomniane zboża, rośliny oleiste jako żywność funkcjonalna, oparta na kuchni staropolskiej. Podczas warsztatów przypomnimy dawne smaki, przyrządzimy potrawy dworskie, bogate w smaki. Spotkanie kończy wspólna uczta, każdy uczestnik otrzyma skrypt z przepisami.</p>	<p>23.02.2024 r. (10:00 – 13:45)</p>	<p>Gmina Łuków Centrum Etnograficzne w Kownatkach, Kownatki 22</p>	<p>19.02.2024 r. do godz. 15:00</p>
<p>Temat: AROMATERAPIA - PACHNĄCA MOC ROŚLIN Prowadząca: Agata Kwaśna-Nowak</p> <p>Program: Wykorzystanie olejków eterycznych w trosce o zdrowie, dobre samopoczucie i urodę. Poznajemy właściwości minimum 20 olejków eterycznych. Wykonujemy oleje do masażu, roll-ony na zatoki, maść na katar, aromaterapeutyczną sól do kąpeli na lekki oddech. Wykład plus praktyka.</p>	<p>28.02.2024 r. (10:00 – 13:45)</p>	<p>Gmina Stoczek Łukowski sala szkoleniowa GBP Stare Kobiałki 44,</p>	<p>23.02.2024 r. Do godz. 15:00</p>



„Europejski Fundusz Rolny na rzecz Rozwoju Obszarów Wiejskich: Europa inwestująca w obszary wiejskie”

Każdy z uczestników wykonuje 4-5 preparatów ziołowych, które zabiera do domu.			
<p>Temat: NIEZBĘDNA DOMOWA APTECZKA ZIOŁOWA, JAK DAWNIEJ BYWAŁO - ze schowka Panny Aptecznej</p> <p><i>Prowadząca:</i> Justyna Pargieła</p> <p><i>Program:</i> Zasady zbioru ziół na domowe potrzeby, przetwarzania ich na okres zimowy, receptury na domowe specyfiki. W programie spacer zielarski ze zbiorem ziół, przyrządzanie naparu, syropu i maści z ziół rosnących na Ziemi Łukowskiej. Wykład plus praktyka, uczestnicy zabiorą wykonane produkty ze sobą.</p>	<p>01.03.2024 r. (10:00 – 13:45)</p>	<p>Gmina Stanin sala szkoleniowa GBP Kosuty 4, 21-421 Tuchowicz</p>	<p>27.02.2024 r. do godz. 15:00</p>

2. Organizator zastrzega sobie prawo zmiany harmonogramu z przyczyn od niego niezależnych.

§ 6

POSTANOWIENIA KOŃCOWE

1. Przesłanie podpisanego formularza zgłoszenia oznacza akceptację warunków udziału w warsztatach określonych w niniejszym Regulaminie.
2. Kwestie sporne nieujęte w niniejszym Regulaminie rozstrzygać będzie Organizator.
3. Regulamin wchodzi w życie z dniem jego opublikowania na stronie www.lgdrazem.pl i obowiązuje przez cały okres trwania warsztatów.
4. Organizator zastrzega, że nie ponosi odpowiedzialności za zdarzenia uniemożliwiające prawidłowe przeprowadzenie warsztatów, których nie był w stanie przewidzieć, lub którym nie mógł zapobiec, w szczególności w przypadku zaistnienia zdarzeń losowych, w tym siły wyższej.
5. Organizator nie ponosi żadnej odpowiedzialności za żadne wypadki lub uszkodzenia ciała oraz jakiegokolwiek straty lub szkody w mieniu uczestnika powstałe z jakiegokolwiek przyczyny.
6. Organizator nie zwraca poniesionych przez uczestników warsztatów kosztów przygotowania formularza zgłoszeniowego, a także kosztów dojazdu na miejsce warsztatów.
7. Organizator nie zapewnia ochrony mienia podczas trwania warsztatów.
8. Wszelkich dodatkowych informacji na temat warsztatów udzielają pracownicy Biura LGD „RAZEM” pod numerem telefonu: 25 798 31 94 lub mailem: poczta@lgdrazem.pl.

Załączniki do regulaminu:

1. Formularz zgłoszeniowy
2. Klauzula informacyjna RODO

PREZES ZARZĄDU
Sylvia Romanńska-Węzik