

## REGULAMIN

**Modułu: TUTORING „Zawód: Edukator(ka). Jak pracować, aby nie zwariować” z zakresu m.in. pracy nad dobrostanem edukatorki/edukatora: pracy z ciałem, z głosem, redukcją stresu, realizowanego w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura 2019–2021 – Małopolska*, edycja 2021 [dalej: „Regulamin”]**

**Program *Bardzo Młoda Kultura 2019–2021 – Małopolska* realizowany jest przez Małopolski Instytut Kultury w Krakowie [dalej: MIK] w ramach prowadzonego przez Narodowe Centrum Kultury programu *Bardzo Młoda Kultura 2019–2021*.**

W 2021 roku w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura 2019–2021 – Małopolska* realizowany będzie m.in. moduł **tutoringu mający na celu wzmocnienie kompetencji osobistych edukatorów i edukatorek, będących beneficjent(k)ami kursów i szkoleń prowadzonych w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura* w latach 2016–2018 i 2019–2021 [dalej: TUTORING].**

### **Słownik:**

**MIK** – Małopolski Instytut Kultury w Krakowie, siedziba: ul. 28 Lipca 1943 17C, 30-233 Kraków, instytucja kultury Województwa Małopolskiego, organizator modułu: TUTORING „Zawód: Edukator(ka). Jak pracować, aby nie zwariować” z zakresu m.in. **pracy nad dobrostanem edukatorki/edukatora: pracy z ciałem, z głosem, redukcją stresu** i realizator programu *Bardzo Młoda Kultura 2019–2021 – Małopolska*.

**TUTORING/Zajęcia** – cykl warsztatów pn. „Zawód: Edukator(ka). Jak pracować, aby nie zwariować” (4 sesje warsztatowe po 4 godziny zegarowe każda) z zakresu m.in. pracy nad dobrostanem edukatorki/edukatora: pracy z ciałem, z głosem, redukcją stresu mający na celu wzmocnienie kompetencji osobistych edukatorów i edukatorek, będących beneficjent(k)ami kursów i szkoleń prowadzonych w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura* w latach 2016–2018 i 2019–2021. Organizowany przez MIK w formule online w terminach podanych w *Ramowym programie TUTORINGU (załącznik nr 1 do Regulaminu)*, w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura 2019–2021 – Małopolska*, edycja 2021.

**UCZESTNIK TUTORINGU** – osoba, która zgłosiła swój udział w TUTORINGU poprzez elektroniczny *Formularz zgłoszeniowy* przesłany bezpośrednio mailem do beneficjentek/beneficjentów kursów i szkoleń prowadzonych w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura* w latach 2016–2018 i 2019–2021 i została zakwalifikowana przez MIK do udziału w TUTORINGU zgodnie z Regulaminem.

### **I. ZASADY UCZESTNICTWA**

1. TUTORING **skierowany jest** do edukatorów i edukatorek, będących beneficjent(k)ami kursów i szkoleń prowadzonych w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura* w latach 2016–2018 i 2019–2021.
2. **Celem** TUTORINGU jest wzmocnienie kompetencji osobistych ww. edukatorów i edukatorek poprzez cykl warsztatów dot. m.in. pracy nad dobrostanem edukatorki/edukatora: pracy z ciałem, z głosem, redukcją stresu.
3. TUTORING realizowany będzie dla maks. 30 UCZESTNIKÓW TUTORINGU w sposób i w terminach wskazanych w *Ramowym programie TUTORINGU (załącznik nr 1 do Regulaminu)*.
4. Udział w TUTORINGU jest **bezpłatny**.

5. TUTORING organizowany będzie w formule online na platformie ZOOM, UCZESTNICY TUTORINGU dostaną od MIK na podany w *Formularzu zgłoszeniowym (wzór)* (załącznik nr 2 do Regulaminu) adres mailowy informacje niezbędne do zalogowania się na ww. platformie i udziału online w TUTORINGU.
6. UCZESTNICY TUTORINGU, którzy wzięli udziału we wszystkich zajęciach warsztatowych zgodnie z podanym *Ramowym programem TUTORINGU* (załącznik nr 1 do Regulaminu) **otrzymają zaświadczenie o ukończeniu TUTORINGU.**
7. Przesłanie *Formularza zgłoszeniowego*, o którym mowa w ust. 5 powyżej jest równoznaczne z potwierdzeniem, że dana osoba zapoznała się z treścią Regulaminu, akceptuje w całości jego postanowienia, i że jako UCZESTNIK TUTORINGU zobowiązuje się do ich przestrzegania, a także spełnia wszystkie warunki, które uprawniają go do udziału w TUTORINGU.

## II. KRYTERIA REKRUTACJI

1. Podstawowym kryterium warunkującym możliwość udziału w TUTORINGU jest **bycie beneficjentką/beneficjentem kursów i szkoleń prowadzonych przez MIK w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura* w latach 2016–2018 i 2019–2021.**
2. **O przyjęciu na TUTORING decyduje kolejność nadsyłanych do MIK zgłoszeń – do osiągnięcia limitu 30 UCZESTNIKÓW TUTORINGU.**

## III. JAK I KIEDY NALEŻY SIĘ ZGŁOSIĆ

1. **Liczba uczestników TUTORINGU jest ograniczona (30 osób).** MIK, w oparciu o opisane w Regulaminie kryteria rekrutacji zdecydowanie o zakwalifikowaniu danej osoby do udziału w TUTORINGU.
2. Zgłoszenia prosimy nadsyłać **od dnia 24 sierpnia 2021 r.** Rekrutacja prowadzona jest **wyłącznie online poprzez elektroniczny [Formularz zgłoszeniowy](#)** (zgodny z wzorem z załącznika nr 2 do Regulaminu) przesłany bezpośrednio mailem do beneficjentek/beneficjentów kursów i szkoleń prowadzonych w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura* w latach 2016–2018 i 2019–2021.
3. **Przesłanie zgłoszenia poprzez elektroniczny [Formularz zgłoszeniowy](#) nie jest równoznaczne z zakwalifikowaniem się do udziału w TUTORINGU.** Osoby, które zostaną zakwalifikowane w ramach limitu UCZESTNIKÓW do udziału w TUTORINGU zostaną o tym poinformowane osobnym mailem.
4. **Zgłoszenia wysłane na druku *Formularza zgłoszeniowego* a nie poprzez elektroniczny [Formularz zgłoszeniowy](#) nie będą rozpatrywane przez MIK.**

## IV. JAK I KIEDY ZOSTANĄ PRZEKAZANE INFORMACJE O ZAKWALIFIKOWANIU

1. **Potwierdzenie przyjęcia na TUTORING zostanie wysłane drogą mailową do dnia 3 września 2021 r. na adres mailowy podany przez osobę zgłaszającą się na TUTORING w [Formularzu zgłoszeniowym](#)** (załącznik nr 2 do Regulaminu).
2. **Osobę zgłaszającą się na TUTORING, która dostała potwierdzenie przyjęcia na TUTORING ZOBOWIĄZANA JEST POTWIERDZIĆ SWOJE UCZESTNICTWO w mailu zwrotnym do dnia 6 września 2021 r., wtedy staje się UCZESTNIKIEM TUTORINGU w rozumieniu Regulaminu. Brak przesłanego potwierdzenia w ww. terminie traktowane jest jako rezygnacja z udziału w TUTORINGU.**
3. W sytuacji gdy osoba/y zgłaszająca/ce się na TUTORING, zrezygnuje/ją z udziału w TUTORINGU lub nie prześle/ą potwierdzenia zgodnie z zasadami, o których mowa w ust. 2 powyżej MIK, zgodnie z zasadami Regulaminu MIK drogą mailową wyśle kolejne potwierdzenie przyjęcia na TUTORING na adres mailowy podany przez osobę zgłaszającą się na TUTORING w *Formularzu*

**zgłoszeniowym** (załącznik nr 2 do Regulaminu) **podając termin na potwierdzenie uczestnictwa** na zasadach określonych w Regulaminie.

#### **V. DODATKOWE INFORMACJE**

1. Dodatkowych informacji udziela: Weronika Idzikowska: [idzikowska@mik.krakow.pl](mailto:idzikowska@mik.krakow.pl); tel. 720 846 864.
2. MIK zastrzega sobie prawo zmiany Regulaminu w każdym czasie. Zmiana Regulaminu wejdzie w życie z chwilą jego publikacji na: [bmk.mik.krakow.pl](http://bmk.mik.krakow.pl).
3. Małopolski Instytut Kultury w Krakowie, czyli MIK, ma siedzibę w Krakowie, przy ul. 28 Lipca 1943 17C, 30-233. Jesteśmy administratorem Państwa danych osobowych. Informacji na ten temat udziela Tomasz Włodarski. Pełni on rolę Inspektora Danych Osobowych, w skrócie IOD. Można się z nim skontaktować telefonicznie pod numerem: +48 533 310 438 lub napisać wiadomość e-mail na adres: [iod@mik.krakow.pl](mailto:iod@mik.krakow.pl). Przetwarzamy Państwa dane na podstawie artykułu 6., ustęp 1., litera c) ogólnego rozporządzenia dotyczącego ochrony danych osobowych. Działania, o których informujemy realizują statutową misję MIK w ramach obowiązku prowadzenia działalności kulturalnej. Gdy zakończą się działania w 2021 roku, usuniemy imię, nazwisko i telefon. Zostawimy w naszej bazie tylko adres e-mail, na który będziemy wysyłać informacje o działalności edukacyjnej prowadzonej przez MIK. Każdej osobie przysługuje prawo dostępu do jej danych osobowych oraz prawo do ich zmiany, poprawiania lub usunięcia. W tym celu prosimy o kontakt z IOD. W MIK korzystamy z aplikacji zakupionych w pakiecie Google Workspace. Pomagają nam one komunikować się z Państwem i gromadzić dane w bazy danych. Ponieważ jest to usługa chmurowa, dane mogą być przechowywane na serwerach firmy Google Ireland Ltd., która dostarcza nam te rozwiązania techniczne. Jeśli mają Państwo wątpliwości, prosimy o kontakt, a w przypadku dalszych zastrzeżeń, mogą też Państwo wnieść skargę do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

Załączniki do Regulaminu:

*Załącznik nr 1 – Ramowy program TUTORINGU*

*Załącznik nr 2 – Formularz zgłoszeniowy (wzór)*

**Program tutoringu pn. „Zawód: Edukator(ka). Jak pracować, aby nie zwariować”**

**1. Praca z grupą – przygotowanie** (9 września, godz. 16.00–20.00)

Jak przygotować swoje ciało i umysł do pracy z grupą ludzi? Jak zadbać o głos, oddech? Jak czuć się w swoim ciele jak u siebie? Na jakie potrzeby warto być uważnym/uważną?

**2. Dbanie o siebie w trakcie zajęć** (23 września, godz. 16.00–20.00)

Czym jest mądrość niespiesznego umysłu w trakcie prowadzenia zajęć i jak ją praktykować? Jak zadbać o własną koncentrację? Jak obserwować odczucia ciała? Jak nie nadwyrężyć głosu?

**3. Co zrobić ze sobą po zajęciach?** (7 października, godz. 16.00–20.00)

Jak odpocząć po właśnie przeprowadzonych zajęciach? Jak rozluźnić ciało i umysł, złapać oddech? Jak przeanalizować wykonaną pracę bez narzekań i rozbuchanej autokrytyki?

**4. Strategie dla dobrostanu** (21 października, godz. 16.00–20.00)

Podsumowanie: Jakie działania wpisać w codzienną rutynę swojej pracy, aby o siebie zadbać i nie zwariować?

**Zawód: Edukator(ka). Jak pracować, aby nie zwariować (2021)**

**Formularz zgłoszeniowy modułu: TUTORING „Zawód: Edukator(ka). Jak pracować, aby nie zwariować” z zakresu m.in. pracy nad dobrostanem edukatorki/edukatora: pracy z ciałem, z głosem, redukcją stresu, realizowanego w ramach programu *Bardzo Młoda Kultura 2019–2021 – Małopolska*, edycja 2021**

\*Wymagane

Adres e-mail \*

.....

Imię i nazwisko \*

.....

Telefon \*

.....

W którym roku uczestniczyłeś/eś w działaniach programu *Bardzo Młoda Kultura – Małopolska*? \*

.....

Czy deklarujesz udział we wszystkich spotkaniach (9 września, 23 września, 7 października, 21 października)? \*

.....

Dlaczego chcesz wziąć udział w spotkaniach? \*

.....

Co powoduje Twój największy dyskomfort w pracy z grupą? \*

.....