

## UMOWA UCZESTNICTWA

W RAMACH PROJEKTU

**„Program rehabilitacji leczniczej w zakresie chorób narządu ruchu dla mieszkańców powiatu wieluńskiego” nr FELD.08.04-IZ.00-0054/25-00** współfinansowanym przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego PLUS w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021-2027, Priorytet 8. Fundusze europejskie dla edukacji i kadr w Łódzkiem, Działanie 08.04 Zdrowy pracownik.

Zawarta dnia ..... w Wieluniu pomiędzy:

Panem/Panią.....

zamieszkałym/ą .....

PESEL.....

zwanym/zwaną dalej „Uczestnikiem projektu / UP / Pacjentem”,

a

**Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej w Wieluniu , ul. Szpitalna 16, 98-300 Wieluń**

**NIP.....** reprezentowanym przez:

.....- **Dyrektor Samodzielnego Publicznego Zakładu Opieki Zdrowotnej**

**w Wieluniu** zwaną dalej „Beneficjentem”,

a łącznie zwanych „Stronami” o treści następującej:

### § 1. Definicje

1. **Projekt** - „Program rehabilitacji leczniczej w zakresie chorób narządu ruchu dla mieszkańców powiatu wieluńskiego” nr FELD.08.04-IZ.00-0054/25” realizowany w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021-2027, Priorytet 8. Fundusze europejskie dla edukacji i kadr w Łódzkiem, Działanie 08.04 Zdrowy pracownik.
2. **Beneficjent** - Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Wieluniu, ul. Szpitalna 16, 98-300 Wieluń
3. **Uczestnicy Projektu (UP)/Pacjenci** – osoby kwalifikujące się do objęcia programem rehabilitacji leczniczej zgodnie z kryteriami zawartymi w Regulaminie rekrutacji i uczestnictwa, korzystające ze świadczeń zdrowotnych w ramach projektu.



Fundusze Europejskie  
dla Łódzkiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



4. **Biuro projektu** – Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Wieluniu, ul. Szpitalna 16, 98-300 Wieluń ,
5. **Miejsce realizacji projektu/realizacji świadczeń w ramach projektu:** Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Wieluniu, ul. Szpitalna 16, 98-300 Wieluń ,
6. **Program / PRL** - Program rehabilitacji leczniczej dla mieszkańców województwa łódzkiego zakresie chorób narządu ruchu.

## § 2. Przedmiot Umowy

1. Przedmiotem umowy jest udział Uczestnika w projekcie „**Program rehabilitacji leczniczej w zakresie chorób narządu ruchu dla mieszkańców powiatu wieluńskiego**” realizowanym w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021-2027, Priorytet 8. Fundusze europejskie dla edukacji i kadr w Łódzkiem, Działanie 08.04 Zdrowy pracownik.
2. Umowa zostaje zawarta na czas trwania dla Uczestnika wyznaczonych form wsparcia, nie dłużej niż do zakończenia projektu tj. 31 stycznia 2028 roku.
3. Miejsce realizacji świadczeń: porady i rehabilitacja: Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Wieluniu, ul. Szpitalna 16, 98-300 Wieluń

## § 3. Zakres Wsparcia

1. Wsparcie jest udzielane w oparciu o zapisy Umowy uczestnictwa, wniosku o dofinansowanie projektu, Programu rehabilitacji leczniczej dla mieszkańców województwa łódzkiego w zakresie chorób narządu ruchu oraz zapisów podpisanej między Beneficjentem a Instytucją Zarządzającą umowy o dofinansowanie Projektu nr **FELD.08.04-IZ.00-0054/25-00**.
2. Udział w projekcie jest **bezpłatny** i obejmuje ścieżkę zaplanowaną dla uczestnika określoną przez kadrę medyczną projektu, w tym m.in:

### **Krok 1: I porada rehabilitacyjna (1h/osobę)**

W ramach kwalifikacji pacjentów do programu zostanie wykorzystane narzędzie Międzynarodowej Klasyfikacji Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia – w skrócie znane jako ICF .

Kierowana osoba powinna dysponować dokumentacją medyczną (nie starszą niż rok) zawierającą:

- wyniki badań obrazowych i neurofizjologicznych, lub
- odpisy dokumentacji leczenia ambulatoryjnego, lub
- karty informacyjne leczenia szpitalnego.

Przedstawiona dokumentacja, bądź dodatkowo zaświadczenie lekarskie, pozwala na potwierdzenie jednostki chorobowej dotyczącej układu ruchu zgodnej z kodami ICD-10 wymienionymi w Programie.



Fundusze Europejskie  
dla Łódzkiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Skompletowanie dokumentacji medycznej i wymaganych badań diagnostycznych leży po stronie uczestnika programu. Projekt nie przewiduje środków na badania diagnostyczne.

Podczas wizyty kwalifikacyjnej przeprowadzony zostaje szczegółowy wywiad, uwzględniający m.in. takie aspekty jak zakres niesprawności/zaburzenia, stosowane dotychczas metody leczenia i rehabilitacji, zażywane leki, rodzaj stosowanego zaopatrzenia ortopedycznego, informacje o wykonywanej pracy zawodowej (określające warunki pracy: praca siedząca, wymagająca schylania się, wymuszonej pozycji, podnoszenia/noszenia ciężarów), nawykach ruchowych, aktywności fizycznej), nawykach ruchowych, aktywności fizycznej.

Podczas I porady rehabilitacyjnej wykonane zostanie badanie i analiza ruchu, ocena chodu i ocena postawy ciała. Osoba dokonująca kwalifikacji wykonuje odpowiednie badanie przedmiotowe (wydolności fizycznej, siły mięśniowej, zakresu ruchów, oceny zjawiska bólu - zakres i miejsce występowania bólu).

W zależności od potrzeb wykonane będą również następujące pomiary:

- Badanie diagnostyki funkcjonalnej pacjenta zgodnie z klasyfikacją ICF, testy zgodne z ICF i zasadami diagnostyki funkcjonalnej np. test Otta, test Schobera (zaburzenia funkcjonalne).
- Pomiar dolegliwości bólowych przy pomocy skali VAS (wizualna skala analogowa / Visual Analog Scale).
- Pomiary antropometryczne – wysokość i masa ciała, obwód talii, w tym pomiar WHtR (stosunek talia-biodra),
- Określenie wskaźnika masy ciała BMI.

Nastąpi wypełnienie przez uczestnika Międzynarodowego Kwestionariusza Aktywności Fizycznej (IPAQ).

Sprawdzone zostanie także występowanie symptomów ostrzegawczych (czerwonych i żółtych flag obowiązujących w fizjoterapii (Wytyczne Krajowej Rady Fizjoterapeutów do świadczeń zdrowotnych z zakresu fizjoterapii i ich opisywania w dokumentacji medycznej) – **ankieta do wypełnienia przez pacjenta,**

Zidentyfikowanie, na którymś etapie badania lub tzw. „**czerwonych flag**” powinno skłonić do szczególnej ostrożności i podjęcia decyzji o odesłaniu pacjenta na dalsze badania i konsultacje z lekarzami specjalistami. Decyzję o tym, z jakim specjalistą konsultować pacjenta, fizjoterapeuta powinien podjąć na podstawie prezentowanych objawów i ich dynamiki narastania. Pojawienia się „**żółtych flag**” nie jest przeciwskazaniem do dalszego udziału w projekcie, lecz uczestnik może często wymagać wsparcia lekarzy specjalistów.



Fundusze Europejskie  
dla Łódzkiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Niezależnie od wyniku ostatecznej kwalifikacji (pozytywnej lub negatywnej), osoba dokonująca kwalifikacji sporządza pisemną dokumentację precyzującą powód przyjęcia (Załącznik A do Programu - karta pacjenta nr 1) lub odmowy przyjęcia danej osoby do projektu oferującego wsparcie w ramach Programu.

Kandydat zakwalifikowany zostanie poinformowany o przebiegu Programu i udzieli pisemnej zgody na udział w projekcie. Po uzyskaniu zgody pacjenta na udział w Programie, zostaje ustalony Indywidualny Plan Rehabilitacji (IPR). Uczestnik wypełnia również test wiedzy na temat właściwych zachowań zdrowotnych i ergonomii w miejscu pracy (test wstępny).

## **Krok 2. Rehabilitacja z elementami edukacji**

Uczestnik otrzyma wsparcie w zakresie rehabilitacji zgodne z ustalonym IPR (10 lub 15 dni zabiegowych).

Przyjęto, że ok 70% uczestników (268 os.) będzie korzystać z 10 dniowego cyklu (5 zabiegów, 4 zabiegi, 3 zabiegi x10 dni zabiegowych /uczestnika), około 30% uczestników (116 osób) z 15-dniowego cyklu (5 zabiegów, 4 zabiegi, 3 zabiegi X 15 dni /uczestnika).

Realizowane będą min. 3 dni zabiegowe w tygodniu, max 5 zabiegów/dzień. Realizowane będą zabiegi z zakresu kinezyterapii (60%), masażu (ok.10%), fizykoterapii (ok.30%). Częstotliwość i czas trwania każdego z zabiegów określa fizjoterapeuta. Każda zmiana powinna zostać odnotowana w karcie pacjenta i tym samym powinien zostać zaktualizowany IPR po konsultacji z osobą układającą IPR dla danego pacjenta.

Zakres możliwych zabiegów zleczanych przez lekarza/fizjoterapeutę:

- indywidualna praca z pacjentem - nie mniej niż 30 minut
- ćwiczenia wspomagane - minimum 15 minut
- ćwiczenia czynne wolne i czynne z oporem - minimum 15 minut
- ćwiczenia izometryczne - minimum 15 minut
- nauka czynności lokomocji - minimum 15 minut
- wyciągi
- inne formy usprawniania (kinezyterapia) - minimum 15 minut
- McKenzie, PNF, kinesiotaping, terapia manualna
- masaż suchy - częściowy - minimum 20 minut na jednego pacjenta



- masaż limfatyczny ręczny - leczniczy
- masaż mechaniczny (nie obejmuje urządzeń typu tele masujące, maty masujące, itp.)
- galwanizacja
- jonoforeza
- elektrostymulacja
- tonoliza
- prądy diadynamiczne
- prądy interferencyjne
- prądy TENS
- prądy TRAEBERTA
- prądy KOTZA
- naświetlanie promieniowaniem widzialnym, podczerwonym i/lub ultrafioletowym –miejscowe
- impulsowe pole elektromagnetyczne wysokiej częstotliwości
- diatermia krótkofalowa, mikrofalowa
- impulsowe pole magnetyczne niskiej częstotliwości
- ultradźwięki miejscowe
- laseroterapia - skaner
- laseroterapia punktowa
- krioterapia - miejscowa (pary azotu)
- ultrafonoforeza

O rodzaju zleczanych zabiegów każdorazowo decyduje fizjoterapeuta/lekarz kierując się wskazaniami i wytycznymi o jak największej sile dowodowej.

Elementem rehabilitacji będzie edukacja pacjenta (**2h/pacjenta**) - w trakcie lub po zakończeniu zabiegów. Element edukacyjny obejmować będzie w szczególności aspekt codziennej aktywności fizycznej w danym schorzeniu, fizjoterapeuta przedstawi pacjentowi przykładowe ćwiczenia/propozycje aktywności fizycznej, omówi tematykę znaczenia zdrowego trybu życia. Przekazane zostaną także zasady ochrony przed nadmiernymi przeciążeniami podczas czynności codziennych oraz ergonomii w życiu codziennym oraz podczas pracy.



Fundusze Europejskie  
dla Łódzkiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Edukacja pacjenta dotyczyła będzie przestrzegania zasad ergonomii, m.in:

- ergonomii życia codziennego,
- ergonomii pracy w pozycji siedzącej,
- ergonomii wpływu długotrwałej pracy przy biurku na organizm,
- ergonomii pracy fizycznej,
- ergonomii wpływu długotrwałej pracy fizycznej na organizm.

W celu ułatwienia i zachęty w podejmowaniu aktywności fizycznej zakupiony zostanie dla połowy uczestników (192os.) drobny sprzęt jak np. hantle– 96 szt., taśmy – 96 szt. oraz ręczniki - 384 szt. (dla 100% uczestników). Sprzęt zostanie przekazany uczestnikom.

### **Krok 3: Warsztaty psychoedukacyjne**

Każdy uczestnik projektu weźmie udział w dwóch indywidualnych warsztatach psychoedukacyjnych (każde spotkanie trwające min. 60 minut). Warsztaty psychoedukacyjne prowadzone będą przez:

- dietetyka (1 spotkanie),
- psychologa (1 spotkanie prowadzone w oparciu o podejście poznawczo-behawioralne).

Wśród tematów poruszanych podczas psychoedukacji znajdują się m.in.:

- dieta w schorzeniach narządu ruchu (jak utrzymać prawidłową masę ciała - podstawowe zasady zdrowego żywienia),
- psychospołeczne i organizacyjne czynniki związane z występowaniem chorób układu mięśniowo-szkieletowego (duże tempo pracy lub wysokie obciążenie pracą; dostrzegana monotonia pracy; niska satysfakcja z pracy; niewielka swoboda decyzyjna/kontrola nad wykonywanymi czynnościami; niedostateczne wsparcie społeczne, walka ze stresem),
- rozwój umiejętności psychospołecznych. Psychospołeczny aspekt rehabilitacji ma na celu naukę opanowywania sytuacji stresogennych i radzenia sobie z lękiem lub stanami obniżonego nastroju często towarzyszącymi chorobie.

Ma także ułatwić akceptację ograniczeń, które narzuca pacjentom dana choroba,

- związek pomiędzy sferą psychiczną i fizyczną - stres i umiejętność radzenia sobie z nim, techniki relaksacyjne (wpływ stresu, w tym zawodowego na nasilanie się dolegliwości mięśniowo-szkieletowych),



Fundusze Europejskie  
dla Łódzkiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Pierwsze trzy obszary stanowią treści podstawowe, które muszą zostać opanowane przez każdego z uczestników. Przed warsztatami przeprowadzony zostanie test wstępny, a po warsztatach końcowy. Umożliwi to ocenę dotyczącą zmiany stanu wiedzy uczestników.

#### **Krok 4: II porada rehabilitacyjna (1h/osobę):**

Po zakończonym cyklu zabiegowym rehabilitacji oraz po odbyciu warsztatów psychoedukacyjnych pacjent zgłasza się na II poradę rehabilitacyjną. Poradę tę w miarę możliwości poprowadzi ta sama osoba, która prowadziła I poradę rehabilitacyjną.

W czasie wizyty podsumowującej powinny zostać przeprowadzone wszystkie pomiary i testy, które zostały przeprowadzone w czasie wizyty kwalifikującej (osoba prowadząca wypełnia kartę pacjenta nr 2 – Załącznik C).

W razie potrzeby uczestnik zostanie skierowany do kontynuowania leczenia finansowanego ze środków publicznych. Planuje się, iż min. 50% uczestników (192 os.), u których nie występują przeciwwskazania, zostanie rekomendowanych do udziału w sportach i aktywności fizycznej (Kroku 5).

Uczestnicy, którzy nie są kierowani na zajęcia dalszej aktywności fizycznej wypełnią: ankietę satysfakcji (Załącznik B) oraz - kwestionariusz IPAQ i test wiedzy (test końcowy). 50% uczestników (192 os.) po wypełnieniu powyższych ankiet kończy udział w projekcie i dla tych pacjentów II porada stanowi jednocześnie wizytę końcową.

#### **Krok 5: Aktywność fizyczna**

Osoby, które podczas II porady otrzymały rekomendacje (192 osób) wezmą udział w dodatkowej aktywności fizycznej (do 3 m-cy). Uczestnik otrzyma zalecenia odnośnie rodzaju, częstotliwości i czasu trwania aktywności.

Sfinansowane zostaną przez Beneficjenta zajęcia zgodne ze wskazówkami otrzymanymi przez uczestnika podczas tejże porady.

Planowana jest dofinansowanie/refundacja:

- karnetów sportowych dla 96 os. (136,50 zł x 3 m-ce),
- karnetów na basen dla 96 os. (12 wejść x 21 zł/wejście- ok. 3 m-ce).

#### **Krok 6: Wizyta końcowa (1h/osobę)**

Po zakończonym kroku 192 pacjenci odbędą wizytę końcową i wypełnią:

- ankietę satysfakcji (Załącznik B),



Fundusze Europejskie  
dla Łódzkiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



- kwestionariusz IPAQ oraz test wiedzy (test końcowy).

Zbadane zostaną osiągnięte efekty medyczne Podczas końcowej wizyty pacjent wypełniając kwestionariusz IPAQ nie powinien uwzględniać kinezyterapii zrealizowanej w ramach projekcie, lecz podać informacje o aktywności fizycznej wykonywanej poza ćwiczeniami w ramach kinezyterapii.

W przypadku osób, dla których koszt dojazdu do realizacji świadczeń stanowi barierę wejścia do projektu istnieje możliwość jego sfinansowania.

#### **§ 4. Prawa i obowiązki Beneficjenta**

1. Udzielenie Uczestnikowi Projektu wsparcia w ramach projektu zgodnie z Umową uczestnictwa.
1. Zapewnienie wykwalifikowanej kadry realizującej wsparcie, zgodnej z wymogami prawa oraz PRL.
2. Zapewnienie dostosowanych pomieszczeń do potrzeb Uczestników Projektu wraz z odpowiednim zapleczem sprzętowym.
3. Informowanie Uczestnika, ze stosownym wyprzedzeniem, o dacie, godzinie i dokładnym miejscu udzielania poszczególnych świadczeń (na adres mailowy/nr telefonu podany przez Uczestnika).
4. Beneficjent zastrzega sobie prawo do wypowiedzenia niniejszej umowy ze skutkiem natychmiastowym  
w przypadku naruszenia przez Uczestnika Regulaminu rekrutacji i uczestnictwa i/lub zapisów niniejszej umowy i/lub zasad współżycia społecznego

#### **§ 5. Prawa i obowiązki Uczestnika Projektu**

1. Uczestnik Projektu jest zobowiązany do uczestniczenia we wszystkich przewidzianych dla niego formach wsparcia (w terminach i godzinach wyznaczonych przez Beneficjenta) określonych przez kadrę medyczną na poszczególnych etapach.
1. Podczas uczestnictwa w realizacji świadczeń Uczestnik Projektu zobowiązany jest:
  - stosować się do zaleceń personelu,
  - zachowywać się kulturalnie,
  - przebywać w wyznaczonym miejscu w czasie udzielania świadczeń,
  - dbać o higienę własną,
  - nie zakłócać spokoju innym uczestnikom,
  - szanować mienie będące własnością beneficjenta,
  - nie palić tytoniu, nie stosować alkoholu, nie stosować używek/narkotyków (oraz nie być pod ich wpływem),



Fundusze Europejskie  
dla Łódzkiego

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



- zgłaszać wszelkie stany złego samopoczucia/ pogorszenia stanu zdrowia personelowi.
- 2. Uczestnik projektu jest zobowiązany do potwierdzania swojego uczestnictwa w formach wsparcia w tym m.in. poprzez złożenie podpisów na listach obecności/ złożenie podpisów na stosownych oświadczeniach/ wypełnienia testów wiedzy/ankiet itp.
- 3. **W przypadku braku możliwości uczestnictwa w zaplanowanej formie wsparcia uczestnik zobowiązany jest do niezwłocznego poinformowania Beneficjenta i ustalenia nowego terminu realizacji danego świadczenia.**
- 4. Uczestnik Projektu oświadcza, iż został poinformowany/y iż projekt jest współfinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego PLUS w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021-2027.
- 5. Uczestnik Projektu oświadcza, iż wyraża zgodę na poddanie się badaniom ewaluacyjnym w trakcie realizacji Projektu, w tym m.in. wypełnianie ankiet, kontakt telefoniczny ze strony Beneficjenta oraz Instytucji Zarządzającej.
- 6. **Uczestnik projektu zobowiązuje się do udzielania informacji oraz dokumentacji dotyczącej jego sytuacji na rynku pracy po zakończeniu udziału w projekcie (do 4 tygodni od zakończenia udziału) – w szczególności dokumentów tj. umowa o pracę, umowa cywilnoprawna, wpis do CEIDG lub KRS, zaświadczenie od pracodawcy/KRUS potwierdzające kontynuację zatrudnienia.**
- 7. Uczestnik Projektu deklaruje, iż spełnia wszystkie kryteria kwalifikowalności (rekrutacyjne) uprawniające do udziału w projekcie.
- 8. Uczestnik zobowiązany jest do poinformowania Beneficjenta o wszelkich zmianach i okolicznościach wpływających udział w projekcie.

#### **§ 6. Warunki korzystania ze Wsparcia**

1. Wszystkie formy wsparcia są **nieodpłatne** dla Uczestnika Projektu.
2. Udział we wszystkich formach Wsparcia określonych przez kadrę medyczną Beneficjenta jest obowiązkowy.
3. Uczestnik może dokonać rezygnacji z udziału w Projekcie na każdym jego etapie w szczególności w przypadku pogorszenia się stanu zdrowia, w tym wymagającego realizacji świadczeń zdrowotnych w warunkach stacjonarnych lub w przypadku zaistnienia istotnych okoliczności osobistych/rodzinnych uniemożliwiających dalszy udział projekcie.
4. O rezygnacji Uczestnik/Opiekun jest zobowiązany powiadomić **w formie pisemnej** z podaniem jej przyczyny.



### § 7. Postanowienia końcowe

1. Umowa uczestnictwa w projekcie wchodzi w życie w dniu podpisania jej przez obie Strony.
2. W sprawach nieuregulowanych niniejszą Umową, zastosowanie mają postanowienia przepisy Kodeksu Cywilnego.
3. Strony zobowiązują się do polubownego załatwiania wszelkich sporów mogących wyniknąć w związku z realizacją Umowy.
4. W przypadku niemożliwości rozstrzygnięcia sporu w trybie określonym w pkt. 3, Strony ustalają zgodnie, iż spór zostanie poddany pod rozstrzygnięcie sądu powszechnego właściwego dla siedziby Beneficjenta.
5. Ostateczna interpretacja zapisów niniejszej Umowy należy do Beneficjenta, w oparciu o odpowiednie reguły i zasady wynikające z FEWŁ 2021-2027, a także odpowiednie przepisy prawa Unii Europejskiej.
6. Zmiany w treści Umowy wymagają formy aneksu do Umowy.
7. Umowa zostaje zawarta na czas realizacji świadczeń oraz wywiązania się Uczestnika Projektu ze wszystkich zobowiązań wobec Beneficjenta, określonych w niniejszej Umowie, nie później niż do 31.01.2026r.
8. Umowa sporządzona została w 2 (dwóch) jednobrzmiących egzemplarzach po 1 (jednym) dla każdej ze Stron.
9. Wszelkie zmiany Umowy Uczestnictwa w Projekcie wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności.
10. **Moje dane podane w Formularzu zgłoszeniowym i załącznikach dotyczących rekrutacji do projektu nie uległy zmianie/uległy zmianie (wykreślić niewłaściwe). W przypadku pozostawienia opcji "uległy zmianie" Uczestnik projektu zobowiązuje się do ponownego wypełnienia Formularza zgłoszeniowego na dzień podpisania umowy i lub stosownych załączników.**

.....  
Data

.....  
Podpis Uczestnika Projektu

.....  
Data

.....  
Podpis Beneficjenta