

WOP.062.116.2019

116

Porytymie  
8.000-

do Regulaminu Koniniego Budżetu Obywatelskiego

Urząd Miejski w Koninie  
Biuro Obsługi Mieszkańcy

Załącznik Nr 1

31. 03. 2019

13418.2019

**Wniosek do Budżetu Miasta Konina w ramach  
Konińskiego Budżetu Obywatelskiego**

nr pisma .....  
podpis .....

**Imię i nazwisko Wnioskodawcy<sup>1\*</sup>:**

Olga Żaryn

**Adres Wnioskodawcy<sup>1\*</sup>:**

**Telefon kontaktowy do Wnioskodawcy<sup>1\*</sup>:**

**Adres e-mail Wnioskodawcy<sup>1\*</sup> (pole nieobowiązkowe):**

**Preferowana forma kontaktu Urzędu Miejskiego z Wnioskodawcą<sup>1</sup> (zaznaczyć właściwe):**



Kontakt telefoniczny



Poczta e-mail

**Nazwa zadania (prosimy o zmieszczenie się w max 250 znakach)<sup>1</sup>: NAZWĘ ZADANIA  
WPISUJEMY WYŁĄCZNIE WIELKIMI LITERAMI!**

**WIOSENNE OCZYSZCZANIE PRZEZ ODŻYWIANIE**

**Skrócony opis (prosimy o zmieszczenie się w max 1000 znaków)<sup>1</sup>.**

**Państwa skrócony opis będzie wykorzystywany na potrzeby promocji Projektów:**

Wiosna, wiosna! Wiosna, ach to Ty! Czas, aby poznać tajniki tej niesamowitej pory roku i dowiedzieć się jak postępować i jak się odżywiać, by zachować zdrowie i energię na cały okres wiosenny.

**Pełen opis (prosimy o zmieszczenie się w max 3500 znaków)<sup>1</sup>:**

Wiosna - zielona pora roku to czas odnowy, odrodzenia, wzrostu. Dietetyka uwzględniająca odżywianie wg pór roku zwraca w tym czasie uwagę na oczyszczanie i wzmacnianie organizmu. Dobre odżywianie uwzględniające post może szczególnie wesprzeć działania na rzecz własnego zdrowia i zapewnić siły organizmowi na długi czas. Idealna pora na ciemnozielone warzywa, lekkostrawne dania, które pomogą nam zrzucić zbędne kilogramy oraz pozbyć się z organizmu nadmiaru toksyn. Tylko wówczas możemy czuć się zdrowi, gdy bez zarzutu funkcjonują nasze jelita, które oprócz pełnienia ważnych funkcji trawiennych stanowią jedną z ważniejszych części układu odpornościowego organizmu. Wielokrotnie dowiedziono, że przywrócenie prawidłowego funkcjonowania jelit pozwala na cieszenie się zdrowiem i dobrym samopoczuciem. Oczyszczanie organizmu to jedna z praktyk osób świadomych własnego zdrowia. Przeprowadzone właściwie i z uwagą da naszemu ciału, jak i umysłowi same korzyści. Projekt zakłada jednodniowe warsztaty z pokazem gotowania.

**Harmonogram realizacji (pole nieobowiązkowe):**

Konty: Koordynator projektu 2000 zł, Księgowe 500 zł,  
wynajem sali + catering - 500 zł, prowadzące wykład -  
6000 zł

**Szacowany koszt:**

9 tys zł

**Oczekiwane rezultaty (pole nieobowiązkowe):**

**Potwierdzenie dostępności obiektu/terenu, na którym miałby być realizowany projekt, poprzez uzyskanie podpisu od zarządcy obiektu/terenu (jeśli dotyczy<sup>1</sup>):**

Data, podpis pieczęć administratora obiektu

**UWAGA !!!**

Jeśli wniosek zakłada realizację wizji artystycznej Autora/Wnioskodawcy konieczne jest dołączenie propozycji w formie załącznika do niniejszego formularza.

TAK		NIE	x
-----	--	-----	---

...

Podpis wnioskodawcy (obowiązkowy)

**<sup>1</sup> Niezbędne dane do wypełnienia przez Wnioskodawcę**

**\* W związku ze składanym wnioskiem realizowanym w ramach Konińskiego Budżetu Obywatelskiego wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych.**

**Oświadczam, iż przyjmuję do wiadomości, że:**

- 1) administratorem tak zebranych danych osobowych jest Miasto Konin;**
- 2) moje dane osobowe będą przetwarzane wyłącznie w celu umożliwienia kontaktu przez Urząd Miejski w Koninie;**
- 3) moje dane osobowe mogą zostać udostępnione innym podmiotom wyłącznie w celu realizacji proponowanego zadania;**
- 4) imię i nazwisko zostanie upublicznione wraz z treścią wniosku w celu realizacji Konińskiego Budżetu Obywatelskiego zgodnie z postanowieniami jego regulaminu;**
- 5) podanie danych jest dobrowolne, jednak odmowa ich podania jest równoznaczna z brakiem możliwości dalszego przetwarzania i realizowania danego wniosku w ramach Konińskiego Budżetu Obywatelskiego;**
- 6) mam prawo dostępu do treści swoich danych i ich poprawiania (zgodnie z Ustawą z dnia 29.08.1997 roku o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2018 r. poz. 1000)).**

Podpis wnioskodawcy (obowiązkowy)